10月ほっとさろん

秋のやさしい気功

講師　横山　道子さん
（NPO法人気功協会指導員）

秋は感覚が繊細になる時期
心が落ち着かない、こんな時こそ
気功で心身を整えることが大事です

日程　10月14日（水）

時間　13:00～14:30

場　所：大阪狭山市役所南館講堂２階
（SAYAKAホール南側）
対　象：女性（市内在住在勤の方優先）
参加費：無料
定　員：12名（先着順）
申込み：講座名・住所・氏名・年齢・電話番号を
メール・電話又は直接きらっとぴあまで
１日（木）10時より受付開始
（市外の方は8日（木）より受付開始）

〒589-0005 大阪狭山市狭山1丁目862-5　大阪狭山市役所南館1階（SAYAKAホール南側）
大阪狭山市男女共同参画推進センター「きらっとぴあ」
TEL　072-247-7047　E-Mail　os-gender@water.ocn.ne.jp