2月ほっとさろん

早春のやさしい気功

講師　横山道子さん（NPO法人気功協会）

～ゆるむとゆれる　ゆれるとゆるむ～

このところ、緊張が抜けない毎日。ポカンとして体にまかせて動けば
身も心もゆるんでいきます♡

日程　2月16日(火)

時間　13:00～14:30

場所　大阪狭山市役所
南館2階講堂

対象　テーマに関心の
ある女性
（市内在住在勤の方優先）

定員　12名

参加費　無料

申込み　2月2日（火）
10時より受付開始
市外の方は2月9日（火）

講座名・住所・氏名・
年齢・電話番号を電話・
メールまたは直接
きらっとぴあまで

〒589-0005 大阪狭山市狭山一丁目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