

<報道発表資料>

令和7年6月30日

京都市東山区役所健康長寿推進課

健康教室「笑いヨガ講座」の開講

東山区役所では、中長期的なまちづくりの指針である「東山・まち・みらい計画2025」の下、健康づくりに取り組める環境整備を進めることで、区民の皆様の健康寿命を延ばすことを目指しています。

この度、健康教室「笑いヨガ講座」を開催します。

【笑いヨガ講座の概要】

- 日時 令和7年8月29日(金) 午前10時～午前11時
- 場所 東山区総合庁舎北館3階 大会議室(〒605-8511 東山区清水五丁目130-6)
- 内容 笑いヨガに関する講話と実技(講師:笑いヨガサポーター 里内 初乃氏)
- 対象 東山区内在住で、医師より運動制限を受けていない方
- 定員 10名(先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装
- 申込方法 令和7年7月22日(火)から前日までに電話、FAX、窓口又は下記専用フォームにてお申込みください。

(<https://kyotocity.form.kintoneapp.com/public/b1369c3c70b8c1dd49a564dc4f406628c99814941df6aa1ee8946179adbb7721>)

<お問合せ先>

東山区役所健康長寿推進課(健康長寿推進担当)

電話:075-561-9128 FAX:075-531-2869