

☆墨俣老人福祉センター利用団体紹介シリーズ☆  
いつもセンターをご利用いただきありがとうございます！  
ご利用いただきしている団体の皆さまをご紹介します！！



# ヨーガサークル

## さんのご紹介です♪



会が発足して何年ほどですか？

46年ほどです

会員は何名ですか？

9名です

いつ活動されていますか？

毎月第2・4金曜日の午前です

どんな活動をされていますか？

誰にでもできるやさしいヨーガをしています

会の特徴は何ですか？

70歳から90歳の方々が姿勢と健康、呼吸に対し意識を高くもっています  
ヨーガを行った後は、身体がととのい、とても気持ちが良いです

現在、会員さんは募集されていますか？

募集中です！

お誘いメッセージをひとこと！！

“ととのう”をぜひ体感  
してみてください！

詳しくはセンターまで！！

