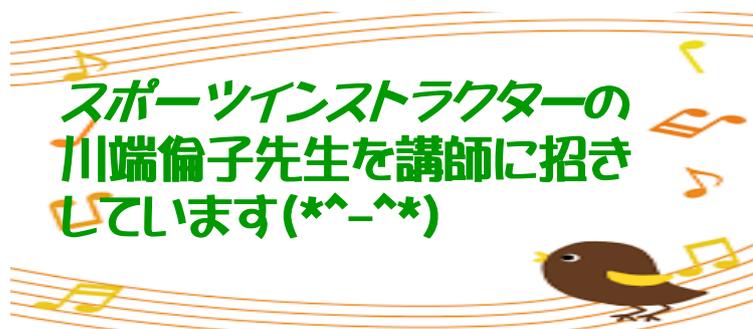


# ヨガで心と体を元気に リフレッシュしましょう！



スポーツインストラクターの  
川端倫子先生を講師に招き  
しています(\*^-^\*)



参加費は無料です 

日時:令和2年9月5日 土曜日  
14:30~16:30  
※前半はピア交流会  
後半でヨガ教室を行います。

場所:ワークショップはこだて集会室  
※すてっぷ 向かい

ヨガをする時は素足になります。  
当日は動きやすい格好(ジャージやスウェット)で  
来て下さいね。(更衣室あります)  
飲み物は用意しています  
(マスク着用)

**申込:先着10名です★**

申込は電話、ファクス、  
またはメールで！

☎ 0138-34-7177  
fax (0138)34-5545  
✉ step@yuai.jp

社会福祉法人 侑愛会  
道南しょうがい者就業  
・生活支援センター  
すてっぷ (担当:福土)



# 令和2年度 第2回 在職者向け交流会

FAXで申し込む場合は、この用紙にご記入の上、すてっぷに送信してください。

## 参加申し込み

お名前 :

---

電話番号 :

---

すてっぷ FAX 34-5545

検温・消毒・換気・ソーシャルディスタンス  
万全の体制をとりお待ちしております (^^♪

