「ときめきサロン」・笑いヨガ

○　日時：２０１７年　２月２０日（月）１０：００～１３：００
○　場所：カフェ来遊留（所沢市元町）
○　参加者：19 名（会員 12 名、一般：7 名）
○　指導：河原千恵子氏（笑いヨガ指導者）
○　主催：NPO 法人ときめきライフ埼玉



「笑いヨガ」について解説



身振り手振り、大いに笑った





作り笑いでも、いい！　あふぁ～　あふぁ～　笑いは元気の源・大いに笑った





芸者姿に変身！　踊りを披露・感動した