



男性も大歓迎!! セルフリンパ^o無料講習会

毎日使っている手。お手入れしていますか？ この冬は乾燥も加わり手荒れがひどかったという方もいらっしゃると思います。荒れたりしびれたり痛んだりすると何をしても不自由を感じる部位ですね。手腕の使い過ぎで痛みがあったり加齢と共に症状が出る事もあります。毎日ご自身の手を触って変化や不調を早くキャッチしましょう。

4月17日(木) 10:30~12:00



ひらつか市民活動センター (2階)



- 持ち物
- ・飲み物
 - ・手ぬぐい (薄手のハンカチ等)
 - ・ハンドクリーム (今回は手のマッサージほので)
 - ・マスク



事前の申し込み、お問合わせ 下記まで (当日参加も大歓迎です)
初めて参加の方 資料代 100円 (任意)

ひらつか市民活動センター
 ・平塚市見附町1-8 (2階)
 ・バス停 平塚文化芸術ホール前
 ・平塚駅 西口より徒歩 8分

・ひらつか ホール	ひらつか市民 活動センター	
オーケー スター	・丸昌	・市民 フォーザ



お問合わせ・申し込み
 糸井 090 5997 2710
 木岡 080 4375 7520

(電話対応できない場合は
お名前、参加のメッセージをお願いします)

