

H27年度 第1回 リフレッシュサロン

*参加無料

6月1日より要予約

自宅でできる!

簡単セルフケア



マッサージ&ツボ押し&体操

日々の気分転換に、
心も身体もリラックス
後半は「茶話会」を予定しています。



日時

7月16日(木) 14:00~15:30

(受付:13:45~)

会場

大船学習センター3階 第1集会室

講師

あおば鍼灸整骨院

対象

介護中の方、今後予定されている方、
その他内容に興味のある方 どなたでも!

*先着20名

<お申し込み・お問い合わせ>

☎ 42-7503

主催:地域包括支援センターきしろ
鎌倉市 地域福祉相談室きしろ

