桜川ささえあいの会・桜川公民館共催講座

おうちでできる セルフ整体講座



こわばった筋肉をほぐし姿勢を整えることによって、自然治癒力を高める体作りを、座学を交えて学びます。地域のお困り相談会も実施しますので、ぜひご参加ください。

無料

令和9年 1月9日(土)

13:30～15:00

内容	1, 桜川ささえあいの会 始めのあいさつ 2, セルフ整体講座 3, 地域のお困り相談会 4, 桜川ささえあいの会 終わりのあいさつ

締切:令和8年12月8日(火)

会　場　桜川公民館

対　象　桜川地区在住18歳以上　15名

講　師　高須晃次郎氏(桜川地区生活支援コーディネーター)



こちらからもお申込みいただけます。⇓

お申込み・お問い合わせは

桜 川 公 民 館

TEL 029-892-2000(内線 4101)