

サンライフ袋井にて、令和5年5月、下記の短期講座を予定しております。  
皆様のご参加をお待ちしております!!

講座名	日	時間	定員 (先着順)	受講料 (材料費含む)	内容
気になる身体の不調整えませんか	5月24日(水)	10:00~ 11:30	8名	1,000円	目の疲れ・かすみ、肩首のこり、腰や膝の痛み、手足の冷え・むくみなどに効果がある、自宅で出来るツボ押しやエクササイズを学ぶ。(講師:石川茂樹さん) 持ち物: 筆記用具、動きやすい服装



## 気になる身体の不調整えませんか

図・写真はイメージです。

### ◆◆ 申し込みについて ◆◆

- 申込開始日: 令和5年 4月14日(金)から、受付時間: 午前9時~午後8時30分
- サンライフ袋井の受付まで直接、もしくはお電話にてお申し込みください。
- 講座は先着順となります。定員に達し次第募集終了となります。
- 申し込み人数が少ない場合、教室が開講しないことがあります。

### ◆◆ サンライフ袋井 連絡先 ◆◆

電話 : 0538-43-5051 (毎月第4月曜日休館)  
ホームページ : <https://sunlife-fukuroi.jp>

**4月14日(金)から、  
申込開始です。**