

からだの健康講座 －腸活のススメ－

身体の内側と外側から
腸内環境を整えるコツを一緒に学びませんか？



第1回:セルフ腸もみマッサージ講座
6月20日(木) 10:00～11:30

第2回:おから活用料理講座
7月18日(木) 10:00～12:00

対象・定員:名取市在住・在勤の方 15名
参加費:2,000円
会場:名取市館腰公民館 研修室・調理室

お申込み/お問合せ

名取市館腰公民館

☎ 022-382-2006

🏠 〒981-1226

名取市植松3丁目9-5

申込方法

館腰公民館窓口もしくはお電話にて
お申込みください。
右記のQRコードからもお申込み
いただけます。

※QRコードは、デンソーウェーブの商標登録です。

