



令和7年度 第2回

荻野地域包括支援センター主催講演

心も体も軽やかに!!

元気に新年を迎えるためのセルフケア講座

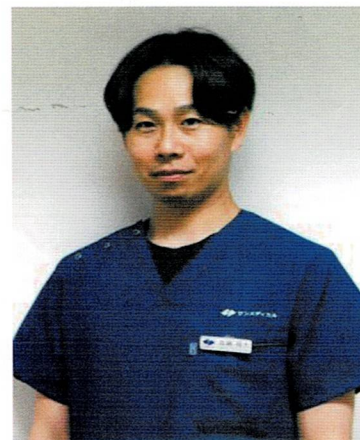
セミナー内容

- ①「押すだけで元気に? ツボの不思議、やさしく解説」
- ②「タオルを使って簡単体操」
- ③「あんしん♪ 火を使わないやさしいお灸」

講師: サン介護マッサージ厚木営業所 所長
北嶋 翔太氏

所持資格: あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師

訪問マッサージは、国家資格を持ったマッサージ師がご自宅や施設にお伺いしてマッサージやリハビリを行います。外出が難しい方でも、安心して受けていただける健康保険を使ったサービスです。



日時: 12月8日(月) 13時30分~15時

参加費: 無料

場所: 荻野公民館 集会室 (2階)

定員: 70名

申込み先: 荻野地域包括支援センター

TEL: (046) 241-5780

受付時間: 平日 8時30分~17時15分
土曜日 8時30分~12時

締め切り: 12月5日(金)

駐車場に限りがあります、公共交通機関をご利用下さい。

定員に達した場合は、早めにメ切らせて頂く場合があります。ご了承ください。

