

平城公民館

健康づくり教室

健康な体づくりを始めませんか？初心者も大歓迎！
平城公民館へ直接お申込みください。



中止

8月24日 (火) 19:00～20:30

お灸体験…初心者コース

新型コロナウイルス感染
拡大防止のため中止

9月14日に変更

申込締切：8月18日 (水)

- お灸の効果と体のツボ
- お灸体験 (直接灸・台座灸)
- お悩み相談

先着**10名**

持ち物：マスク、飲み物・タオル

6月に実施した「お灸の楽しみ方」と同じ内容で実施します。
※腕や足を出しやすい服装でお越しください。

第2回

9月14日 (火)
19:00～20:30

お灸体験…初心者コース

- お灸の効果と体のツボ
- お灸体験 (直接灸・台座灸)
- お悩み相談

申込締切：9月8日 (水)

参加費 **無料** / 先着 **10名** あと2人

持ち物：マスク・飲み物・タオル
※腕や足を出しやすい服装でお越しください。

個別対応のため定員は10名です。8月24日に申込みされた方を優先します。

第3回

10月12日 (火)
19:00～20:30

お灸体験…実践コース

- 体のツボを探す (個別対応)
- お灸体験 (直接灸・台座灸)
- 質問

申込締切：10月6日 (水)

参加費 **無料** / 先着 **10名**

持ち物：マスク・飲み物・タオル
※腕や足を出しやすい服装でお越しください。

個別対応のため定員は10名です。9月14日の実践コースに申込みされた方を優先します。

申込先 **平城公民館**

TEL: **0895-72-1011**

【申込受付間】
平日：8:30～17:00

〒798-4110 南宇和郡愛南町御荘平城2123-1
<https://www.town.aiman.ehime.jp>

講師

寺阪嘉峰 (鍼灸師)