アロマの香りで
健康ストレッチ講座

第１回　１月 21 日(木)　オリジナルコロン作成
どんな香りにしょうかな？

第２回　１月 28 日(木)　オリジナルコロンの香りにつつまれて
ストレッチをしましょう

第３回　２月　４日(木)　ストレッチで日頃の不具合なところの
再確認をしましょう



時間　午後２時～３時 30 分

場所　新郷公民館　講座室１号・和室

費用　全３回で 1,000 円（教材費）

定員　20 名（先着順）

申込方法　12 月 12 日(土)～電話または窓口にて
（午前９時から午後５時まで※休館日は除く）

注）公共交通機関でお越しください

新郷公民館　☎　048-281-0849