

未来へ「知」をつなぐ～おかげさまで開館 30 周年～
令和 5 年度

寒さに負けない めぐりケア講座

2月4日(日)

午前10時～正午

場所:2階 AV ホール

講師:ふみ先生(リフレクソロジスト栄養士)

定員:15名(小学3年生以下は保護者同伴)

持ち物:フェイスタオル、座布団(必要な人)

参加費:900円



【内容】

- ★足裏・ふくらはぎを
リフレクソロジーするセルフケア
及びアロマオイル作り
- ★乾燥ケアクリーム作り

申込期間

1月19日(金)午前9時～1月26日(金)

申し込み方法:中野市立図書館カウンターにて申込用紙をご記入ください。
またはお電話でお申し込みください。
定員になり次第締め切らせていただきます。

※図書館駐車場が満車の場合は、ひまわり保育園駐車場をご利用ください。

お申し込み・問い合わせ先 中野市立図書館 0269-26-5841