

# みんなの学校

## 指圧による健康づくり ちょっと 講演会と体験

指圧って痛いと思いませんか？

痛くない指圧もあるんですよ♪

最近肩こりがひどくなった、腰が痛いなどの症状  
ありませんか？

セルフケアの指圧方法もお教えします。

この機会にどんなものか体験してみませんか。

開催日時：平成29年 **4月22日（土）** 13:30～15:30

開催会場：芦屋市立あしや市民活動センター リードあしや 会議室C

阪神芦屋駅下車 北へ徒歩約5分（芦屋市公光町5-8）

講師：佐久間 壮仁（兵庫県指圧師会会長）

定員：40名（先着順）※応募多数でご参加できない場合のみご連絡します

参加費：**無料**

申込み：4月21日（金）まで

**※下記事項をご記入の上、メールまたはFAXでお申し込みください**

氏名	電話番号
住所	

FAX送信後に、電話にてFAX到着確認をお願いします

FAX確認先電話番号：(06)6482-0579 兵庫県阪神南県民センター県民運動課

メール：anian-vision-8@excite.co.jp

第8期阪神南地域ビジョン委員会ホームページ

<http://www.minami-vision.net/>

