



令和4年度宜野湾市立中央公民館主催講座
～セルフケアで心身スッキリ～



ツボ・マッサージ講座



生命エネルギーの出入り口とされている「ツボ」。身体の不調や疲労回復・美容にも役立つ知識とセルフケア術を学びませんか。「ツボ」の効果を利用して未病と心身の健康維持に役立てませんか。

9 / 8 ・ 1 5 ・ 2 2 (木) 全 3 回

午前 10 時 ～ 12 時

受講料：無料

宜野湾市立中央公民館 2F 多目的室

講師：玉城 佑 氏

【お申込み】 ※事務所受付窓口、又は電話・メールにてお申し込みください

期間：8月10日(水)～25日(木)

※山の日と火曜日は休館日の為、受付不可

時間：9時～17時

場所：宜野湾市立中央公民館 1F 窓口

定員：10名(市内在住または在勤の成人)

【お問い合わせ】 TEL 893-4436

※応募者多数の場合は抽選になります。

※講座へご参加の際は手指消毒・マスクの着用にご協力ください。

最新の情報は宜野湾市のホームページから中央公民館をチェック！

宜野湾市立中央公民館 講座

検索

講座お申込みはこちら

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、講座を延期や中止する場合がございます。予めご了承ください。

