

教養講座

自宅でできるツボ体操

～ツボを押して健康になる～

2018年 **4月22日**(日)
午後2時～3時30分

講師 武田 健太郎氏

(クレーアーレ狭山はり・きゅう整骨院 鍼灸師)

場所 公民館2階 多目的室

定員 先着50名

参加費 無料

服装 動きやすい服装

申込み 4月4日(水)午前9時～
図書館へ電話または直接



武田 健太郎氏



ツボを押すことでどんな効果や効能があるのか、簡単にできるツボ体操を交えてお話しします。

問合せ 大阪狭山市立図書館
TEL072-366-0071