

11月18日(金)



10:30~12:00

☆日常 簡単に役立てられる健康増進メディカル・ハーブ

講師 村井 美千代

参加費 会員 1200円 会員外 1500円

プロフィール

日本メディカルハーブ協会認定ハーバルセラピスト
アロマ環境協会インストラクター 紅茶塾 DAGU 主宰
HTTP://hwbb.gyao.ne.jp/tea-pb
中日文化センター、毎日文化センター等で紅茶教室開催中

12:15~13:20 玄米おむすび ランチ会 (お弁当要予約 700円 持ち込み可)

身体は食べた物でできています。食べ物の大切さを話しながらつながるひとときです。

13:30~15:15

☆ゆらゆら体操 自分で・自然で治す

講師 高森 かおり

参加費 1000円

動きやすい服装着替え可能 タオル持参

プロフィール

ゆらゆらほぐし チベット体操 呼吸法等を取り入れて、自然治癒力を助ける体操をお伝えしています。
東海市しあわせ村にて体操教室開催中



10月23日・11月27日(毎月第4日曜日) 13:00~16:00
日本がんマネジメント協会 玄米おむすびの会 定例会

平日は10月21日・11月18日(金)

場 所 中生涯学習センター集会室(1F 掲示板にて確認して下さい)

参加費 会員無料 会員外500円

(できるだけ事前に連絡おねがいます。)

午前中は自己整体
午後は定例会
スイッチONにする
休日!(裏参照)

【主催】 玄米おむすびの会・日本がんマネジメント協会 代表 織田英嗣

【場所】 名古屋市中生涯学習センター 中区橋 1-7-11 3F 和室 TEL052-321-5511

【お問い合わせ・お申し込み】 参加・お弁当のお申し込みは前日までOKです。

講座: TEL・FAX 052-991-3429 090 9906 0356 (村田)

メール genmusu@gmail.com http://onoue-kikaku.com/omusubi/

定例会: TEL がんマネジメント協会事務局 TEL 0561-37-5080 FAX 0561-37-5090