



暮らしを楽しむ 寵の家

第28回

サロン de かまど

日時: 5月27日(月) 9時~日暮れまで

*参加ご希望の方は準備の都合上、5月25日(土)までにご連絡ください。

場所: 四日市市采女町大日 寵の家
*駐車場遠方。(古市場バス停前)なるべく公共交通機関をご利用ください。

会費: 講座を受講される方 1,500円
講座を受講されない方 500円

*ともにお抹茶・和菓子付き。来館時に受付へお支払いください。

呈茶時間: 10時以降のお好きな時間に
持ち物: フェイスタオル1枚

講座: 10時、11時、13時、14時からの4回
(各回6人まで、40分程度)

*昼食は自由にお持ち込みください。
前日までに連絡頂ければ、とりまとめたの
手配も可能です(500円)。

(くらしをたのしむ かまどのいえ/さろん で かまど)

講座

リンパでお顔の リフトアップ講座

講師: 飯田 利佳さん

誰でも気軽にできて、健康・美容・ダイエットに役立つセル
フマッサージ・リラクゼーションです。講師はリンパ美容健康
普及協会認定インストラクターの飯田さん。

今回はお顔を中心に、希望によりデコルテや足のマッサー
ジ方法も教えていただきます。

講座とは別にホルミシス・リンパマッサージや傾聴ボラン
ティアもしています。マッサージは30分1,000円の部分施術、高
齢者、障害者、予約優先です。傾聴は費用はかかりませんが、
事前の予約をお願いします。
地元産減農薬野菜の即売もあります。

*申し込み & 問い合わせ先 古市まで(Tel 090-2181-3824)



暮らしを楽しむ 寵の家

第28回

サロン de かまど

日時: 5月27日(月) 9時~日暮れまで

*参加ご希望の方は準備の都合上、5月25日(土)までにご連絡ください。

場所: 四日市市采女町大日 寵の家
*駐車場遠方。(古市場バス停前)なるべく公共交通機関をご利用ください。

会費: 講座を受講される方 1,500円
講座を受講されない方 500円

*ともにお抹茶・和菓子付き。来館時に受付へお支払いください。

呈茶時間: 10時以降のお好きな時間に
持ち物: フェイスタオル1枚

講座: 10時、11時、13時、14時からの4回
(各回6人まで、40分程度)

*昼食は自由にお持ち込みください。
前日までに連絡頂ければ、とりまとめたの
手配も可能です(500円)。

(くらしをたのしむ かまどのいえ/さろん で かまど)

講座

リンパでお顔の リフトアップ講座

講師: 飯田 利佳さん

誰でも気軽にできて、健康・美容・ダイエットに役立つセル
フマッサージ・リラクゼーションです。講師はリンパ美容健康
普及協会認定インストラクターの飯田さん。

今回はお顔を中心に、希望によりデコルテや足のマッサー
ジ方法も教えていただきます。

講座とは別にホルミシス・リンパマッサージや傾聴ボラン
ティアもしています。マッサージは30分1,000円の部分施術、高
齢者、障害者、予約優先です。傾聴は費用はかかりませんが、
事前の予約をお願いします。
地元産減農薬野菜の即売もあります。

*申し込み & 問い合わせ先 古市まで(Tel 090-2181-3824)