

学びの21世紀塾市民講座

大人向けアロマ講座
手・体ゆるめて♪ 脳を若々しく♪
きらめき★脳活

自分の事は後回し...

Relax

ムリなく楽しく脳活したい♡

身体力が抜けないと
感じてる♡

10月4日(日)

14:00~15:30

分かりやすい紙芝居(スライド)で認知症を楽しく学びます。
後半は、認知症予防におススメな香りでルームスプレー作り、
お家でも出来る簡単な手と体のゆるめ方をプチ体験♪
香りに癒され心も体もゆるんでスツキリと★
そんな時間を一緒にしませんか？

場所

集会室

定員

対象:一般15名(要予約)

参加費

無料

講師

幸齢者ハンドセラピスト 稲垣昌子

沢山の方の
ご参加をお待ちしてます。

お問合せ・お申込み

豊後高田市立図書館
TEL 0978-25-5115

お申込フォーム



申込開始日 9/5~