

女性のたすけ 満員御礼

5/27(土)
13:30~15:30

顔の表情筋を鍛えるストレッチを
体験してみませんか！
輝く笑顔でイキイキと活動しましょう！

場所 アマランス研修室 1

講師 井手 里美さん(顔ヨガ インストラクター)



- ◆定員 女性 30人(先着順)
- ◆申込方法 電話か窓口、
または市民会館ホームページの専用フォームから
- ◆申込〆切 令和5年5月26日(金)
- ◆無料託児 託児申込〆切 5/20(土)
講座中、1歳から就学前までの幼児をお預かりします
- ◆持ってくる物 卓上鏡、スマートフォン(お持ちの方のみ)、飲み物

お問い合わせ／お申し込み

長崎市男女共同参画推進センター アマランス
(長崎市魚の町 5-1 長崎市民会館1階)

◆Tel **826-0018** ◆Fax 826-2244
◆ホームページ <http://ngs-shiminkaikan.jp/>



長崎市民会館 で検索