

子育て真っ最中の方いかがですか！ セルフケアセミナー

簡単なハンドマッサージ、タッピングタッチで、日頃、子育てに奮闘している保護者の皆さん、日々の疲れをケアしてみませんか？

日時と場所：

11月21日(火)・11月28日(火)

あさけプラザ 1階 第1集会室

いずれも13:00～14:30

講師：四日市看護医療大学準教授・保健師・タッピングタッチインストラクター
伊藤 薫 さん

対象：四日市市か三重郡に在住の2歳未満の子どもと保護者

参加料：500円

定員：10組(応募多数の場合は抽選)

申込み：11月15日(水)までに、参加者全員の住所、名前、年齢(子どもは月齢も)
電話番号を記入のうえ、往復はがきで

〒510-8028 四日市市下之宮町296番地1

あさけプラザ「子育て真っ最中の人向けケアセミナー」係へ

持ち物：タオル、飲み水



あさけプラザ



〒510-8028

四日市市下之宮町296番地1

(近鉄三岐富田駅から徒歩15分・あさけプラザバス停すぐ)

TEL 059-363-0123

FAX 059-363-0129

月曜日休館(祝日の場合はその翌平日)