

こころとからだの 休養教室

日頃の疲れ・ストレスはたまっていますか？

昭和村ではストレスフルな日々をお過ごしの方を対象に「こころとからだの休養教室」を開催しています！ヘッドマッサージ 又は ハンドマッサージで心までほぐし
リラックス&リフレッシュにお役立てください。

日時：令和 8 年 6 月 23 日(火) 13:30~16:00

場所：昭和村コミュニティセンター

定員：7名 ※初めての方を優先的にご案内します。

対象者：村内にお住まいの方

費用：無料（一人15分程度）

持ち物：タオル、飲み物



お問い合わせ
健康福祉課 健康係 TEL 25-3285