回覧

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せんか？

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 10 月 27 日(火) 9:00～11:30

場 所 ： 昭和村保健センター

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