

～肩こり・腰痛・イライラなどの不調はありませんか～

# 『指ヨガ体験講座』

～手は全身の縮図・指ヨガ健康法伝授します～



真壁ヒサ子様

講師:リンパケアセラピスト・指ヨガセラピスト  
看護師

真壁 ヒサ子様(68才)

看護師・看護教員として44年間、医療と看護に携わる。退職後は、郡山市安積町のご自宅にて、リンパケアサロン「ここ。」をオープンし心身のバランスを整える健康法を伝授されている。



日時

令和1年11月15日(金)

午後1時30分～2時30分

場所

健康未来24(国分内科向かい)



『スッキリ』



『ますます』



『若く』

対象者:会員・一般の方どなたでもご参加いただけます。お待ちしております。

主催 健康未来24 お問い合わせ先 TEL0248-94-8273