



お顔を
すっぽと

セルフリンパ無料講習会

2025年 暑くて長い長い夏でした。酷暑という言葉がセッパリでしたね
皆さんは どの様な 暑さ対策、熱中症対策を取られていたのでしょうか？
少し涼しくなってきた 9月、10月にリンパの流れを整えて季節の変わり目に
備えましょう

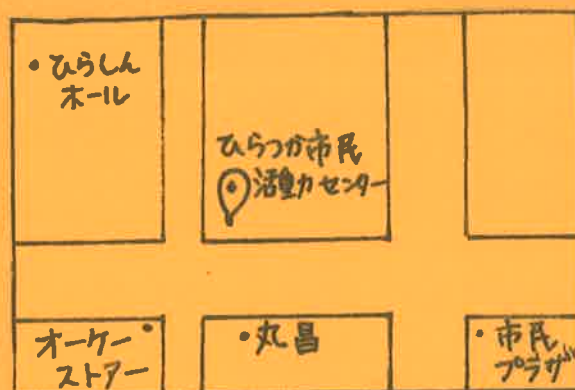
9月 25日 (木) 10:00~11:30

顔・頭のリンパを流して リフレッシュ
秋の花粉症対策にも

- ・ ひらつか市民活動センター 2階 (入口正面の小さな会議室)
- ・ 持ち物
 - ・ 飲み物
 - ・ てぬぐい (薄手のバンダナ等も可)
 - ・ マスク (任意です) 、ジェル(メイクが落ちてもOKの方)
- ・ メイクが落ちる可能性があります。"エアーマッサージ"での実践でOK
- ・ 事前の申し込み 下記まで (当日 参加も大歓迎です)

ひらつか市民活動センター

- ・ 平塚市見附町 1-8 (2F)
- ・ バス停 平塚文化芸術ホール前
(ひらしんホール)
- ・ JR駅西口より 徒歩 8分



お問い合わせ申し込み

細井 090 5997 2710

本岡 080 4375 7520

(電話対応できない場合は
お名前、参加のメッセージを
お願いします)

