

ハンドマッサージ教室

講師の方を招いて、ハンドマッサージのやり方を教わります。
参加者同士でマッサージをし合いながら、効果的なやり方を教
わり、帰ったらご家族にマッサージをしてみましょう



(参加費：無料)

日時

9/29(金) 11:00~12:00

※えんは通常通り、10:00~15:00で開所しています

場所

地域の縁側 えん

(NPOサポーターズ)

トールペイント 体験教室

木材などに絵を描くトールペイントを体験してみませんか？
絵に自信のない方も、講師が丁寧に教えてくれます。
お気軽に体験に来てください。

(参加費：200円) ※木材・絵の具代

講師による完成見本



日時

10/13(金)

①10:00~12:00 ②13:00~15:00

場所

地域の縁側 えん

(NPOサポーターズ)

参加希望の方は・・・

【えんでのお申込み】

下部の予約票にお名前と人数、ご連絡先を明記の上、回収ボックスに入れてください。

【電話でのお申込み】

TEL 86-7501 受付時間…平日9:30~16:30 ※各イベントの前日まで

★ グループで参加される方は、代表の方のみのお申込みで結構です。

----- 切り取り線 -----

----- 切り取り線 -----

参加者・ 代表者名					
電話番号					
参加人数	ハンド マッサージ	名	トール ペイント	①午前	②午後
				名	名

※ 電話番号はこのイベントに関して、連絡が必要な場合にのみ使用させていただきます。

※ 第三者に個人情報を提供、または開示をすることはありません。