

体験会「リンパマッサージ」

開催日：	平成30年7月18日 水曜日	
開催時間：	16：30～17：30	
対象：	子育て中のお母さん	
定員：	10名 ※体験会は、お子様の一時預かりなし（同室サークル預かり）	
場所：	多目的ルーム	
料金：	無料	
講師：	柴田千賀子	
持ち物：	タオル・飲料水 ※動きやすい服装でお越しください。	

リンパが滞ると、むくみ・疲労・肩こり・冷え性・肌荒れの原因になります。
いつも忙しいママさん♪
リンパを流してカラダをリセットしましょう！

※詳しくは、事務室まで
※お申し込みは、お電話でも可。



上山市総合子どもセンター

めんごりあ