

令和6年度 旭文化センター 市民学校

フェイシャルヨガ(顔ヨガ)

～すっきり小顔、むくみ解消!～

一日たった3分続けるだけで顔の変化を実感できるそうです。大崎先生にその効果の出る方法をお習いして、10歳若返りませんか。お気軽にご参加ください。

日時：令和6年7月9日(火)

10:00～11:30

場 所：木村会館 1階交流室

講 師：大崎あつこ 先生 (顔ヨガ協会認定インストラクター)

受講料：無料

定 員：15名

持参物：A4サイズぐらいの鏡、タオル

筆記用具、飲み水、髪留め



★受付：7/2(火)9:30から直接受け付けます。定員に達しない場合は、同日13:00から電話での申込みも可。(電話 872-0374)
(日・月曜・祝日は休所日)

★受付場所：旭文化センター(木村会館) 1階

共催：旭地区社会福祉協議会 ・ 高知市文化振興課