

【令和6年度】中瀬協働センター「前期市民スクール」

令和6年5月31日～7月5日（金曜日）9：30～11：30 ホール

【筋ゆるリンパ体操】～痛みとコリを改善し、免疫力アップ！～

皿良陽子 先生（国際ウェルネス協会公認 セルフケアマスター）

5月31日より7月5日で全5回の講座を開催しました。大変人気の高い講座となっていて、今回も抽選となりました。受講した皆さんは、毎回、有意義な時間を過ごして頂きました。



