

# 和み健康教室

## 2021年6月

### 中国整体×漢方煎薬

#### 6月21日(月)

バキバキの痛い整体ではなく  
ツボに沿って筋肉や腱を心地よくほぐしてくれます。

9:30~16:00

↑こちらの時間内で好きな時間をご予約ください

30分3500円・60分5000円

施術：かおる整体院 安川 薫 先生

足裏岩盤浴・その日の気分や体調で選べる  
漢方煎薬茶もセットです♪

### 女性のカラダと 栄養のおはなし

#### 6月17日(木)

10:30~11:30

参加費：¥1000

(プチデザート・健康茶付き)

講師：細川 みゆき

(当局薬剤師)

定員：3名様

健康志向でもちゃんと  
体の事や栄養の知識がないと  
もったいない！  
しっかりした知識を  
身につけるチャンスです☆



### ベビーマッサージ

#### 6月23日(水)

10:00~11:30

参加費 ¥2000

(ベビーマッサージ・酵素プチスイーツ  
健康茶・レッスン中のお写真)

講師：and Baby北村 明子 先生

持ち物：バスタオル、お子様の水分(母乳で  
も大丈夫です)、いつものお出かけセット

定員：3組様

ママもベビーも癒しの時間に♪  
ふれあいマッサージ後は  
プチティータイム♪  
北村先生から  
レッスン中のお写真も  
いただけます☆



### 笑いヨガ

#### 6月28日(月)

13:00~14:00

参加費 ¥500

ラフターヨガティーチャー

細川 みゆき

(当局薬剤師)

定員：3名様



笑いヨガもヨガと同じく身体的効果・心理的効果・生  
活改善効果・社会的効果が見られます♪

教室のお申し込みやご質問は  
LINEまたはお電話にて  
お待ちしております



## 和み薬局

石川県白山市藤木町18番地

TEL076-275-1155 FAX076-275-1156







