

忙しいママはお灸でほっこりリラックス

# お茶するお灸 cafe ラピユタ

in あざれあメッセ

自宅で手軽にセルフケアできるお灸(当日は火を使わないお灸で)  
みんなでお茶しながら楽しく体験しませんか?  
ツボの取り方や“こんな時にこんなツボ”も覚えて  
肩こり腰痛を軽減しましょう!

とき **10月26日(土)**

場所 **あざれあ 4F**

時間 10:30 ~  
11:30 ~  
13:30 ~

各回  
10名

参加費 **500円** (お茶付き)

## 申込方法

- あざれあメッセお灸 cafe O時の会希望とお伝えください。
- お名前●お電話番号 を下記連絡先までお知らせください。

TEL **054-249-1089**

【鍼灸治療院 ラピユタ】西村まで ※(木)(日)はお休みになります。



あざれあメッセ2013で  
お待ちしております!

