

# リンパマッサージ講座

～フレイル対策をして  
元気に楽しい人生を！～



**日時: 6月11日 18日 25日(金) 全3回**

**15時15分～16時45分**

**参加費: 1,200円**

**定員: 8人**

**講師: 百瀬 千春先生**

**申込み: 5月11日から電話、または来館にて先着順**

**持ち物: テニスボール 1個、飲み物**

**大きめのタオル(座布団の上に敷くもの)**

※新型コロナウイルスの感染拡大防止の取組に伴い中止する場合がございます。また申し込みが定員に満たないときも、開催を中止させていただく場合がございます。予め、ご了承いただきますようお願い申し上げます。

若草台地区センター ☎961-0811

〒227-0045 青葉区若草台20-5



指定管理者

公益社団法人

横浜市民施設協会

<http://yokohama-shisetsu.com>