

# 青コミ健康カフェ

青コミで人気のフライデーヨガの講師である  
栗山先生をお迎えして足指マッサージと健康の  
おはなしを聞きみんなでお茶を飲みながら語り  
合いましょう



日時: **10月25日 (水)**

**10時00分～11時30分**

会場: 青葉台コミュニティハウス 1階 多目的室

講師: 栗山直美さん(ヨガインストラクター)

参加費: 500円(お茶付) 定員: 20名

申込方法: 9/11より電話 又は 受付にて

青葉台コミュニティハウス「本の家」 TEL **045-981-1400**

〒227-0062 青葉区青葉台2-25-4

ホームページ <http://yokohama-shisestu.com/aoba/>