

<健康セミナー>

# 痛くない 整体講座

## 9/28(日)

参加  
無料

午後 1 時より開催

温心堂整骨院の院長による痛くない整体講座です。  
腰痛や肩こりなどの身体の不調について、  
痛くない治療法やセルフケアなどをご紹介します。  
講座は1時間程度で、終了後に希望者へカウンセリング  
を行います。

講師紹介

会場：2階多目的ホール

定員：12名（申込順）

申込：9/13(土)より

阿佐谷図書館カウンターまたは  
電話(5373-1811)にて受付



温心堂整骨院 院長  
柔道整復師 磯田 彰

杉並区立阿佐谷図書館