

<健康セミナー>

# 痛くない 整体講座

5/31 (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（花粉症に効くツボなど）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：5/16(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