

夏バテ解消！

リフレッシュ体操！

講師 東京在宅サービス あんまマッサージ指圧師
小久保 智弘 先生

9月5日(月)

午後2時～3時

定員 20名 申し込み順

宮前図書館 3階 講座室にて



誰でも簡単にできる体操で
心も身体もリフレッシュ。
残暑を乗り切りましょう。

8月21日(日)より宮前図書館カウンター、
またはお電話にて受付開始です。

☆お問い合わせ☆

杉並区立宮前図書館 03-3333-5166 杉並区宮前5-5-27