



西部老人福祉センター 市民講座



西部福祉センターで9月に実施される講座をお知らせします。

9月の講座は、定期開催の「マンダラ塗り絵」と「健腸美肌」です。



大人のマンダラ塗り絵

日時：9月14日（月）13:30～14:30

持ち物：色鉛筆等（貸出用あります。）

マンダラの図案を講座では、初心者向けから、細かいものまでさまざまな図案を用意しています。

色を塗る時は、直感に従い好きな色を選ぶと潜在意識が活性化され、心の不安が浄化されるとも言われています。

暑い日が続きます。マンダラ塗り絵で疲れを癒してみませんか？

目指せ！健腸美肌！

日時：9月28日（月）13:30～14:30

講師：名古屋ヤクルト販売株式会社
ヤクルト健康教室 菊地 千恵氏

持ち物：メモ、筆記用具

お肌の悩みはありますか？腸内環境を整えて健康美肌を目指しましょう！

お肌のバリア力を高めるポイントを学ぶ講座や測定器で肌の水分チェック！他にも化粧品体験なども行います。

ヤクルトさんからのプレゼント付き！



◇会 場 総合福祉センター・ウェルフェア土岐 3階

西部老人福祉センター

◇対 象 60歳以上の人（西部老人福祉センター利用者）

◇費 用 無 料 ※西部老人福祉センター利用登録が必要です。（無料）

＜お問い合わせ先＞ ☎509-5202 土岐市下石町 1060 番地

総合福祉センター・ウェルフェア土岐

（電話：57-6661 FAX：57-4611）担当：森川・渡辺