

「つくばみらい市立コミュニティセンター講座」受講生募集

# 自分でできる 足ツボ健康法

血流の改善、老廃物の除去など、  
自己免疫力を高め、自然治癒力を呼び覚ます  
自宅で実践できる足ツボ健康法を学びましょう。

- ☆ 講師 荻原 修
- ☆ 日時 7月21日(水) 13:30~15:30
- ☆ 会場 みらい平コミュニティセンター 和室1・2
- ☆ 対象 中学生以上
- ☆ 受講料 500円
- ☆ 定員 10名

## 【申込み方法】

みらい平コミュニティセンター事務室にて受付します。  
申込み用紙に必要事項を記入し、受講料を添えてお申込みください。  
申込み用紙はみらい平コミュニティセンター事務室にあります。  
※当日キャンセルは返金不可となります。  
申込み〆切日：7月18日(日) ※定員になり次第締め切ります。  
定員に満たない場合開講しないこともありますので、ご了承ください。

【コミュニティセンター所在地】

◇みらい平コミュニティセンター	: つくばみらい市紫峰ヶ丘 4-4-1	☎0297-38-7240
◇谷井田コミュニティセンター	: つくばみらい市谷井田 1960	☎0297-57-8551
◇小絹コミュニティセンター	: つくばみらい市小絹 848	☎0297-52-0789
◇板橋コミュニティセンター	: つくばみらい市板橋 2675-1	☎0297-58-9797