

主催 塩尻市立図書館 北小野分館
共催 北小野公民館

季節の変わり目に乱れがちな
自律神経を整えるべく、
足つぼについて学んでみませんか？



季節の変わり目に負けない 足つぼ講座

6月13日（土） 14：00～15：00

北小野地区センター 教養娯楽室

申し込み
参加費
不要

講師 谷合 俊明さん（宮前在住）
対象 大人（中学生以上）※子どもを連れての参加も可能
持ち物 タオル、飲み物
服装 ひざ下まで出しやすいゆったりした服装
※靴下を脱ぎます

【問い合わせ】塩尻市立図書館

■北小野分館（代） 0263-52-0280 内線5326
日・月曜日・祝日休館

■本 館 0263-53-3365
水曜日・資料整理日休館