

《参加の申込方法》

◆下記①～⑦をお知らせし申込ください。

① 講座番号	例) ①
② 講座名	笑いヨガで健康に
③ 郵便番号	〒488-0000
④ 住所	尾張旭市〇〇〇〇〇
⑤ 氏名	若 ぎゃ～る
⑥ 電話番号	53-7373
⑦ 年齢	〇〇歳

◆申込先

電話の場合

090-3568-8818

FAXの場合

0561-53-7373

1. 各講座の1週間前に〳切りですが定員になりましたら、〳切ります。
2. 受付完了しましたらお知らせします。
※もちものが必要な場合は、受付完了時にお知らせいたします。
3. 参加費は、当日おつりのないようにお持ちください。
※参加費の中に、お飲みもの1杯分とおやつ代も含まれています。

《問合せ先》

090-3568-8818 (清水)

《担当講師紹介》

皆様のご参加を笑顔でお待ちしています♡

	【笑いヨガで健康に】 Dr.カタリアラフターヨガスクール認定 ラフターヨガティーチャー わかさぎ みきこ先生
	【アロマハンドマッサージ法】 AEAJ認定 アロマセラピスト 整体師 富田 妙美先生
	【パワーストーンプレスレット】 パワーストーンセラピスト カラーセラピスト 日比野 眞由美先生
	【パステル和アート】 日本パステルホープアート協会インストラクター ネイチャープリントインストラクター 堂原 美恵子先生
	【シルクフラワーアレンジ】 フLOWER装飾技能士 日本フラワーデザイナー協会講師 名倉 しのぶ先生
	【押し花でつくる赤富士】 ふしぎな花俱樂部押し花インストラクター 押し花教室ほこあぼこ主宰 清水 美千代先生

はじまいま～す♪

尾張旭 de すこやか

きゃ～るカフェ



NPO法人心豊かにARDの会は
健康都市尾張旭市をPRします。

きゃ～るカフェでは・・・

心と体の日・ハンドクラフトの日・フラワーの日の
各種講座開催の後に、カフェタイムを設けて
講師やスタッフ・参加者同士の交流を図りますよ～～！

何でもチャレンジ
わくわく・ドキドキは
NK細胞がふえて
免疫力アップ↑↑

どの講座も、男性の参加大歓迎
で～す
ご自分の健康づくりに、OK！
大切な人のために、心を込めた
手作りチャレンジも、とても
よろこばれますよ！

心と体の日		
日程・定員	講座	参加費
① 10月14日(火) 10時～12時 定員15名	笑いヨガで健康に 	500円
② 10月26日(日) 10時～12時 定員15名	10分間でできる アロマハンドマッサージ法 	800円 アロマオイルの お土産 付き 
③ 11月9日(日) 10時～12時 定員15名	10分間でできる アロマハンドマッサージ法 	800円 アロマオイルの お土産 付き 
④ 11月11日(火) 10時～12時 定員15名	笑いヨガで健康に 	500円

ようこそ 多世代交流館へ

笑って・しゃべって・くつろいで♪
笑って・しゃべって・たのしんで♪

ハンドクラフトの日		
日程・定員	講座	参加費
⑤ 10月28日(火) 10時～12時 定員15名	パワーストーンプレスレット 	1000円
⑥ 10月28日(火) 10時～12時 定員15名	パステル和アート 指で描きます。ハガキ大 	1000円 (額付き)

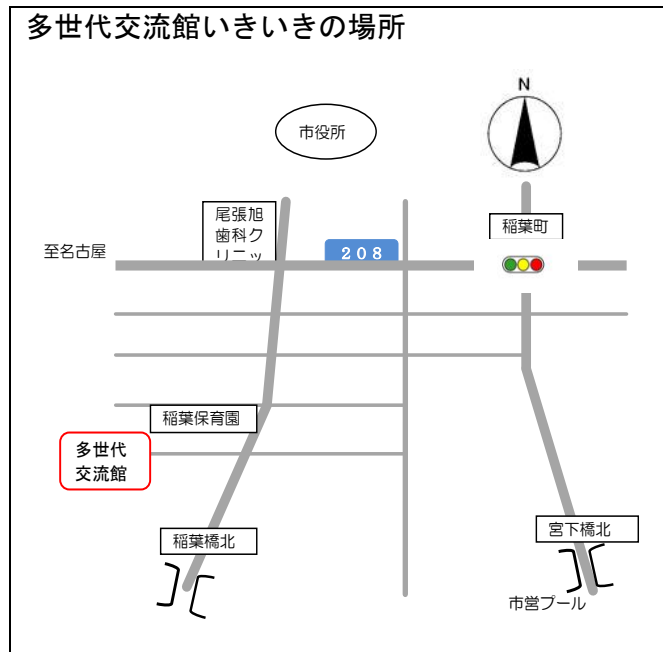
フラワーの日		
日程・定員	講座	参加費
⑦ 11月25日(火) 10時～12時 定員15名	シルクフラワーアレンジ  40cm×20cm	1500円
⑧ 11月25日(火) 10時～12時 定員15名	押し花でつくる赤富士  縦21cm 横18cm	1500円



ネスカフェアンバサダー

ホット	アイス
ブレンドコーヒー	アイスコーヒー
エスプレッソ	オレンジジュース
カプチーノ	りんごジュース

※ 参加費の中に、お飲みもの1杯分とおやつ代も含まれています。



交通機関
▼名鉄バス「稲葉橋」停留所下車。南へ60m先の「稲葉橋北」信号交差点を西へ徒歩1分
▼市営バスあさび一号「西の野町」停留所下車。南へ徒歩6分

