

温泉と健康



講師：高橋 祐次氏

日本温泉協会会員
(温泉入浴指導員)

温泉って気持ちいいなあ～！

「肌がツルツルになったみたい」
「腰の痛みが取れた感じ！」
「いつまでも体がポカポカする♪」

あなたは温泉にどのような印象をお持ちですか？
「入るだけでリラックスできる～！！」と感じている方もいるかもしれません。

本講座は、温泉に含まれる成分と効能やその他温泉に関する正しい知識を学び、健康の維持増進・生活の質の向上を図ることを目的に実施します。
一緒に学んでみませんか？

開催日時：令和元年11月30日（土）14:00～16:00
（受付は13:30～）

会場：総合学習センター2階セミナールーム
相模原市中央区中央3-12-10

対象：市内在住・在勤・在学の15歳以上の人（中学生を除く）

定員：50人（申し込み順） ※保育はありません。

参加費：一人300円（当日、受付でお支払いいただきます。）

申込み・問い合わせ

生涯学習センター：電話 **042-756-3443**

申し込みは11月1日（金）～11月15日（金）
9:00～21:30までに直接、または電話で
お申込ください。

