

# お灸でほっこり、ゆったりしましょう リラックスしましょう。

毎日、仕事・子育て・家事を一人でこなしているシングルマザーの皆さん、

お灸を体験しませんか？熱くなく、リラックス癒し効果がありますよ。

お灸の後、ティータイムします。美味しいお菓子をつまみながらおしゃべりしましょう。シングルマザー、プレシングルマザーの方、是非いらして心のモヤモヤを吐き出しましょう！

日時: 10月20日(日) 13:00~15:00

場所: 尼崎市女性センタートレピエ3階和室

講師: 小池まき子さん(まき鍼灸院)

服装: 肩、腕、膝下にお灸をしますのでパンツスタイル(膝上まで折れるもの)

スカートなら膝から下が出るような格好なら大丈夫です。(ストッキング不可)

えりぐりの開いたものやボタンで肩を出せる服装でお願いします。

参加費: 無料

主催: しんぐるまざあず・ふぉーらむ・尼崎

お問い合わせ先: しんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西

電話/FAX 06-6147-9771

E-mail [smfkansai@orange.zero.jp](mailto:smfkansai@orange.zero.jp)

