



# リラクセーション



アロマの香りの中ゆっくりとした呼吸をして心身ともにリラックスしましょう。

講師の方がお家でもできる方法を教えてくださいます。

日時：2019年12月11日（水）

14：00～

定員： 8名

プログラム中、お子さんはひろばで保育いたします。

\*申し込み多数の場合、抽選とさせていただきます、

当選した方のみ電話にてご連絡させていただきます。

申し込み期間：11月20日（水）～12月4日（水）

