

～介護福祉士の現状シリーズ～

ストレスケアの現状！

～体の声に耳を傾けて、出来ることから実践しよう！～

講師：美容整体ありこり 船津 桂子氏

毎日のお仕事、生活でお疲れではありませんか？

自分の悩みを周りと共に共有し、専門家からアドバイス！
以前阿蘇フロックで行い好評だった研修が、地元玉名で開催されます♪

不調の原因や解消法を知り、体を動かして実践もできる研修です！
明日への活力を養いましょう☆彡

なお、研修後は懇親会も予定しています。
懇親会へのみの参加もOKです♡



日時：令和元年11月30日（土）18時半～（受付開始 18時～）

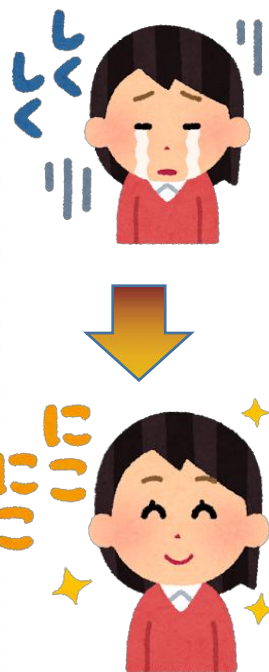
研修会場：玉名市文化センター（大河ドラマ館隣）
（〒865-0051 熊本県玉名市繁根木88-1）

参加費：当日徴収 会員 500円 非会員 1000円 学生 無料

懇親会：Cafe & steak ROOTS ～20時半開始予定～
（〒865-0025 熊本県玉名市高瀬506-1 2F）
会費 4000円

定員：30名程度

※バスタオルorフランクットをご準備ください！



阿蘇で好評だった、
ありこり直伝
人気のタオル枕の
作り方も、教えちゃ
いますよ～♡

待ってま～す ☆彡

