

2019年度前期 会員ミニ講座

2講座開催 お気軽に楽しく受講ください

1 自分でできる 5才若返る超簡単美容法

7月18日(木) 14:00~16:00
講師:癒美館 美容カイロ~ソレース~
サロンオーナー 藤原 光世氏

【会場】三木商工会館 4F 研修室

【定員】10名(最少催行人数 2名)

【参加対象】女性 年齢不問

【受講料】無料

(内容)

骨盤を整えることで、こんなに変わる!美姿勢になるための3分美容法。

受講者の皆様には実際に体感していただきます。

(準備物)

フェイスタオル1枚
動きやすい服装と靴下



2 アロマの香りでストレス改善法 & 香りの癒し玉作り

9月4日(水) 13:30~15:00
講師:アロマ健康サロン アロミーユ
代表 稲田 光夕希氏

【会場】三木商工会館 4F 研修室

【定員】15名(最少催行人数 4名)

【参加対象】特になし

【受講料】1,000円(材料代)

(内容)

ストレスを受けることで、体調を崩すだけではなく気持ちも不安になります。心の健康や体の健康を保つためにも早めの対処が大切です。脳の緊張を緩めることで、心も体もリラックスさせるアロマのお話&目で見て楽しみ、アロマの香りで癒される香り玉を作ります。

(準備物)

あれば花切りバサミ



下記の参加申込書に必要事項をご記入頂き、三木商工会議所窓口・FAX・郵送にてお申込みください。

なお、受講料は、当日ご持参ください。※募集の締め切り日は各講座開催日の一週間前とさせていただきます。

ただし、先着優先、定員になり次第締め切らせていただきます。

三木市在住の一般の方もご参加いただけます

会員ミニ講座

参加申込書

(FAX 82-3192)

事業所名		電話	
住所		FAX	

参加したい講座に○印をつけて参加者名をご記入ください(複数可)

	講座内容	開催日	参加者名
1	自分でできる 5才若返る超簡単美容法	7/18(木)	
2	アロマの香りでストレス改善法 & 香りの癒し玉作り	9/4(水)	

三木商工会議所

〒673-0431

兵庫県三木市本町2丁目1番18号

TEL 0794-82-3190 FAX 0794-82-3192