



OHANASHI-DOKORO

sawa's cafe

「冷え改善講座」

冷えを解消して、あったか女子になろう！

講師：高橋ゆかり先生
(ホリスティックビューティーアドバイザー)

冷えは体質じゃない！

冷えはなぜ身体に悪いの？

冷えの原因は？

冷えを改善するライフスタイルとは？

冷えの原因を徹底説明します。

今年の冬はポカポカ温まろうよ。

11月4日（月・祝日）

12:00～14:00

受講料：3,500円

※当NPO会員は受講料3,300円

マクロビオテック
ランチ
とドリンク付き！

お申込み・お問い合わせ

NPOこころの休憩所

Sawa's Cafe Tel : 022-797-5114

E-mail : sawas_cafe@love.plala.or.jp