

「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26日 (火)

19:00～21:00

受講料：2,000円

(1ドリンク付き)

※当NPO会員は受講料1,700円

開催場所：Sawa's Cafe
仙台市青葉区上杉2丁目4-21
リバーシティ上杉1階
【地下鉄北四番丁駅 徒歩3分】

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



OHANASHI-DOKORO

sawa's cafe