あの！

『ゆる体操』講習会

が

仙台にやって来る！！

と　き：**１０月２５日（土）**
午後２時～午後３時半（予定）
ところ：**（仙台市）エル・パーク仙台　ギャラリーホール**
（１４１ビル　仙台三越定禅寺通り館　６階）
内　容：ＮＰＯゆる協会指導による「ゆる体操」の講習を行います。
定　員：**８０人（先着順）**
会　費：**無料**
（ＮＰＯゆる協会　「ゆる体操指導員派遣支援制度」の支援を受けて実施しています）
その他：お子様連れで、遠慮なくお越し下さい！
会場が広いので、子どもたちのスペースを作ることができますので…。

テレビ出演、新聞・雑誌掲載　多数！　**『ゆる体操』で　健康！若返り！**

- 高齢者の健康効果　…内臓・免疫力等の改善効果、転倒予防等の健脚効果　他
- 女性の美容効果　…スキンケア、ダイエット　他
- 妊産婦さんに　…安全・快適な妊婦出産への効果　他
- 働く全ての方々に　…疲労回復、集中力・効率アップ　他
- 心のリラックスに　…メンタルヘルス　他
- スポーツに　…シルバーエイジの競技力向上　他　等あらゆる分野で役立ちます！

**是非！
この機会を利用して
体験してみて
下さい！**

〔申込み方法〕
↓　下記のメール　又は　ブログ内の【お便り】フォームからお願いします。
お申込みのメール・【お便り】には、
申込む会の名称・お名前・ご住所・人数・お子様連れの場合お子様の人数を記入して下さい。
折り返し受付状況のお知らせのメールを返信します。
※ご記入いただいた個人情報は、申込みに関する事務連絡、ＮＰＯシュエットが主催する事業のご案内に使用します。

主催：　特定非営利活動法人シュエット
〔メール〕　fukurou2537@seagreen.ocn.ne.jp
〔ブログ〕　http://blog.goo.ne.jp/fukurou2537
〔Twitter〕　@fukurou2537（https://twitter.com/fukurou2537）
共催：　特定非営利活動法人 地域医療支援ネットワーク
特定非営利活動法人 抜苦ねっと

後援：シュエット有限責任事業組合
TBC 東北放送　Date fm　fmいずみ797

寄合処　豆玄

寄合処『豆玄』（よりあいどころ　『まめげん』）のご紹介
この度、特定非営利活動法人シュエットでは「寄合処『豆玄』」を企画しました。趣旨は次の通りです。
◆たくさんの方が寄合い、情報提供・交流ができる「場」をつくります。主に『食』『健康』『住』『暮らし』の情報や『シュエットの活動』について…。
◆名前の由来は…。　寄合処・人が集まること、ある目的をもって集まる「寄合」の意味より。
豆　玄・豆と玄米が「食」の基本と位置付け、日本人の体の作りに合った情報提供・交流をしていきたい思い。
又、「マメに元気でくらす！」をテーマとしていますので、このマメに元気の「まめげん」でもあります。
ということで、寄合処『豆玄』を、よろしくお願いします！一足先に、ブログ上で寄合処と称して情報発信を行っていますので、こちらもご覧下さい。