



## リバース人參クラブ

藤原美知子さんに学ぶ  
健康生活講座  
9月 17日(金)  
テーマ 「季節の病 秋編」



あちらこちらの  
会場に整体と  
セルフエステに行か  
せていただきます。  
1か月に1度ですが  
楽しみにしていただ  
いて嬉しいです。



整体 エステの後はティータイム お話の花が咲きます。  
いいですね！

リバースでの  
セルフエステお手いれ会！  
9月 29日(水)  
毎月是非どうぞ  
日頃お家でできない分を  
この日に集中して、  
お肌も喜びます。  
参加¥500 午前/午後



いつもありがとうございます  
人参クラブも10年を迎えました  
健康生活を提案する為に毎月  
やリつづけています。

身体の毎日の健康管理のために  
お気軽に是非いらして下さい  
旬の野菜を使ってのメニューも好評  
です。

短い講座の後  
ミニ体操教室も始めました。

時間 11時～14時頃まで  
講座の後 軽食 自由解散  
ご予約お願いたします。