

【 ^{からだ} ^{こころ} 身体と心の健康講座 】

入場
無料

ただし…

先着150名!

★日時：平成30年3月25日(日)

- ・受付：午後1時00分～1時20分
- ・身体の健康：午後1時30分～2時00分
- ・心の健康：午後2時10分～3時40分

★会場：新見商工会館5階 大会議室
新見市高尾2475-7

新見法人会では上記日程により健康講座を開催します。身体の健康と題しHiroさんによる呼吸法と簡単ストレッチ、心の健康として水葉さんによるシャンソソコンサートで春に向けて健康でスタート…しませんか。

身体の健康～呼吸法&簡単ストレッチ



”Hiro”プロフィール

交通事故による脳脊髄液減少症を患ったことをきっかけに、ヨガと出会う。後遺症の倦怠感や頭痛がヨガにより改善したことで、ヨガの素晴らしさを多くの人に伝えたいと講師となる。
2017年4月より新見市西方のLoycelにてヨガクラスをスタート。

心の健康～シャンソソコンサート



”水葉”プロフィール

帝塚山学院大学 美学美術史学科
プロを目指し、ロサンゼルスに渡米。1年後断念し帰国。
大阪シャンソソニエ「ペコー」オーディション入賞、合格。
大阪・奈良・東京シャンソソニエ出演。
10年前から東京の水織ゆみ師事。「水葉」の名を頂く。
コンサート活動平均3回。

* 駐車場が少ないため公共交通機関でのご来場をお願いいたします。

* 参加人数把握のため、下記申込書にご記入のうえFAX又はTELをお願い致します。

主催 (公社)新見法人会 女性部会

新見市高尾2475-7 TEL / FAX 0867-88-8223



参加申込書 (TEL / FAX 0867-88-8223)

連絡先	〒	氏名	TEL	
			FAX	

* ご記入いただいた個人情報は、本講座以外の目的で使用することはありません。