かけまし 25年3月

生活館だより NO.19



呉市本通5丁目8-19 MOA 健康生活館・くれ TEL&FAX 25-6139 moa.kure@moa-inter.or.jp

第2回美 し雛の会(2/23)





ふくさで作るひな様







出来上がったステキな ひな様に笑顔



おひな様も笑って いました。



(ハンドマッサージ体験)

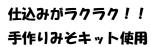


健康セミナー(花の体験)

みそづくりセミナー

食べられる日が まちどおしいです

こんなに簡単に 出来るとは思い ませんでした



☆健康増進セミナー 3月より新メニューがはじまります。 3/22(金) 10:00~13:00 ※参加費 1500円 健康づくりの基本は、自然治癒力を高めることです。 「心身共に健康な人」への体験をしてみませんか セミナー内容 (・美を楽しむ

- ·MOAの食事法
- ·岡田式浄化療法体験
- ・療法士によるプレゼンテーション





<3 月のご案内>

- ☆絵画教室は9日(土)、15日(金)、19日(火)、 27日(水)です。13:30~(土曜のみ 18:00~)
- ☆あなただけのオイシサ! みそつくりセミナーは2日(土) ご要望・ご希望があれば1人からでもお応えします。
 - ※参加費は材料費込で 2000 円
- ☆ミニ茶会 9日(土) 併せて手づくりひな人形の展示

<3 月の料理教室メニュー>



黑豆寿司 茶碗蒸し 小松菜とすき昆布の 炒め物