

アロマオイルでリラックス

# 足裏ほぐすリフレクソロジー

足裏から全身へつながる“反射区”をマッサージして、全身の体調を整え、人間が持っている自然治癒力を最大限に引き出すとされるリフレクソロジーを自分で行う施術方法を学びます。心地よい手加減でセルフマッサージして、心と体をほぐしましょう。

★ リフレクソロジーとは(リフレックス:反射)と(ロジー:学問)をつなげた造語です。

講師 小山 りえ さん

アロマセラピーインストラクター  
ベビーマッサージ講師  
アロマサロン&スクール sama-sama 主宰  
八王子市学習支援委員

日時 4月20日(月)

午前10時~11時30分

会場 生涯学習センター川口分館  
第2・3学習室 (川口やまゆり館 2階)

対象 どなたでも

定員 20名 (応募者多数の場合は市民優先で抽選、定員に満たない場合は申込期限の翌日以降先着順)

費用 500円 (受講料200円、材料費300円)

申込方法 Eメール、または往復ハガキでお申込みください。

講座名「リフレクソロジー」と住所、氏名(ふりがな付き)、年齢、電話番号、往復ハガキは返信面のあて名を書いて、川口分館へお送りください。



申込期限 3月25日(水)【必着】 抽選結果は申込期限後、おおよそ10日前後で送付します。

## ■問合せ・申込先

八王子市教育委員会  
生涯学習センター川口分館  
〒193-0801 八王子市川口町 3838  
電話 042-654-8450 FAX 042-654-8452  
アドレス kouza-kawaguchi@city.hachioji.tokyo.jp

メール申込はこちらから



【八王子市の生涯学習講座・イベント情報】

Facebook



X(旧Twitter)

