

~ こころとからだのストレッチ ~

リラックスセミナー開催のご案内

【事前にサポステ松江への利用登録が必要となります。】

講師

臨床心理士、公認心理師、インド政府公認ヨーガ教師、国際フォーカシング研究所認定コーディネーター
浄土宗僧侶

土江 正司 先生

日時

令和 6年 12月 9日 (月) 10:00~12:00

※当日は動きやすい服装でお越し下さいませ。

定員
10名

予約制
(12/4日切)

会場

いきいきプラザ島根2階 201研修室※松江市東津田町1741-3

ご予約はお早めに!!

島根県松江市東津田町1741-3 いきいきプラザ島根1F
厚生労働省・島根県委託事業
しまね東部若者サポートステーション

サポステ松江



予約受付番号 (0852)33-7710