

# 一期一会ニュース

2019年9月13日 発行

発行責任者 川上道子

特定非営利活動法人一期一会

伊勢原市高森台3-10-28

☎0463-97-0015

～しなやかに ゆるやかに つながる まち暮らし～

## 「私が皆様に紹介したい腰痛改善体操」講座

気軽に♪ 毎日♪ 自宅できる♪



肩こり 腰痛に効く

みんなでやってみよう♪♪

後半・薬の相談もどうぞ

お医者さんもお墨付き

日時：10月13日（日）10時～12時

場所：デイ愛甲原（よろずやさん横）

講師：長谷川一夫氏（愛甲東在住）



プロフィール：薬剤師（調剤薬局経営）・昭和大学非常勤講師

暮らしの保健室メンバー（毎月最終水曜日 CoCo てらすにて開催）

参加希望の方は要予約 参加費資料代 100円

申込：CoCo てらす 月～金 10時～12時 ☎0463-93-0101

## リレー講座と夜なべ会 VOL29

日程：9月25日（水）

17:30～ CoCo てらす

第1部：リレー講座 17:30～18:30

～ヤマトタケルの東征と小野神社～

三種の神器 草薙の剣 私たちの身近な場所の歴史

講師：松永刀雲 愛甲原住宅 愛甲西在住

第2部：夜なべ会 18:30～20:30

男の手料理：今回もなにがでるのかお楽しみに。

参加費：500円（アルコールはご自身で持参）

お問い合わせ：CoCo てらす ☎0463-93-0101（月～金の午前中）

主催：「CoCoいきましょ会」