



主催：洗馬公民館

1月25日(土) Pm1:30-3:00

バルーンアートにチャレンジ!

初めての方～初心者向けの講座です☆

お子さんから大人まで、楽しみながら実際に作ってみます！
みんなでチャレンジしてみようw

会 場 洗馬公民館(大会議室)

参加費 無 料

講 師 寺澤 智美さん(下小曽部)

申 込 み 洗馬公民館へ電話またはメール ※下記参照

募集人数 20名程度(先着順)

申込期限 1月17日(金)17時まで



問合せ先/申込み先 洗馬公民館

〒399-6462 塩尻市大字洗馬2550番地2 洗馬支所内

電話(直通) 0263-52-0053 FAX 0263-53-4682

Mail seba@city.shiojiri.lg.jp

宗賀・洗馬・檜川地区ヘルスアップ委員会
宗賀・洗馬・檜川公民館共催

いたい講座

頭痛を知ろう～危険な頭痛、治せる頭痛～

講師

松本医療センター 脳神経外科医長

佐々木 哲郎 氏

頭痛に悩んでいませんか？

頭痛について、脳神経外科の医師から

学んでみませんか？

日時

1月22日(水)
14時～15時30分

場所 宗賀支所

定員 30名(先着順)

申込み

①電話:0263(52)0858【担当:石井・加藤】
②電子申請(右のQRコードより)

締め切り 1月20日(月)

持ち物 筆記用具

自律神経ツッカー
体験あり!!!

