



**2021/10/23 (土)**

**14 時～15 時**

**さよなら肩こり!! 自分で**

**できるストレッチ! 参加費無料**

**講師：清水久子（川端鍼灸治療院の鍼灸師）**

**～リアル参加は限定3名、オンラインでも参加できます～**

「不要不急の外出は控えて！」という生活が続きましたが、家にずっといると身体がなまって「なにか家でできることはないの??」という思いになりますよね! ?そこで今回は、そんな皆さんの要望にお応えして『肩こりに効くストレッチ』を皆さんで、と思います。今回は自宅からでも LINE で参加できます。

(使い方がわからない方は当日 13:30～14:00 にご連絡ください)  
ふるってご参加ください!

### 治療院で参加の方

事前予約をお願いします。先着順とさせていただきます。

場所：川端鍼灸治療院

予約は762-2101まで

### LINE で参加の方

以下のQRコードをスマホで読み込んで「参加」ボタンを押すだけで参加できます。途中参加や退出も可。気軽にご参加下さい。



また、ミーティング中のみトーク画面で質問を入力いただければ、最後の質問コーナーで取り上げさせていただきますので、たくさんのコメントお待ちしております。

主催：よもぎの会

京都市左京区中川町 188

HP：kawabata-shinkyu.com