

受講生
募集

誰でもできる

女性限定

リンパマッサージ
と ホームセラピー

ヨーロッパで生まれたリンパマッサージの基礎的な知識と手法が楽しく学べます。

リンパの流れを良くすることで免疫力を高め、
体内の老廃物を排泄する効果があるといわれています。
ご自身やご家族の健康にお役立てください。

◆期 間

2026年10月2日(金)
～2027年3月19日(金)

*定員になり次第、募集を締め切らせていただきます

◆日 時

毎月第1・3金曜日 10:30～12:00
※11月は第1・2金曜日
※1月は第2・3金曜日

◆受講料

18,000円（全12回分／1回あたり1,500円）
○別途ジェルが必要(3,000円程度)
○受講者の都合による欠席・退会の場合、原則として
払い戻しいたしませんのでご注意ください

◆会 場

SAWARAPIA 福岡県立ももち文化センター
4階 和室

◆持参するもの

タオル、バスタオル、飲み物、
タンクトップ(鎖骨の見えるもの)・短パン

◆講 師

NPO法人リンパメディカルセラピー協会
公認インストラクター 高山 美智代

◆講座日程表

10月	2日(金)	16日(金)
11月	6日(金)	※13日(金)
12月	4日(金)	18日(金)
1月	※8日(金)	15日(金)
2月	5日(金)	19日(金)
3月	5日(金)	19日(金)

講師の都合等により、日程が変更または中止
となる場合があります。

発熱や風邪症状のある時、体調がすぐれない時は来館をお控えください。

【お問合せ・お申込み】

SAWARAPIA 福岡県立ももち文化センター TEL 092-851-4511

福岡市早良区百道2丁目3-15