

# ♪ 橘陰塾受講生を募集します

## 郷土づくり講座

郷土に親しみを  
持とう!

あなたは郷土北橋についてどれだけ知っていますか? 知っているようで知らなかった北橋町のあれこれについて、文化財調査委員の今井郁男先生にお話していただきます。



【日時】(全3回講座)

- 第1回 8月2日(金) 北橋町の太々神楽と獅子舞
- 第2回 9月5日(木) 木曾三社神社と木曾三柱神社
- 第3回 10月4日(金) 北橋町民のおなまえ

【時間】10:00~11:30

【会場】北橋公民館3階 講義室302

【講師】今井 郁男 先生(渋川市文化財調査委員)

【対象】成人の方 【参加費】無料

【定員】20人程度

## ライフデザイン講座

## セルフリンパマッサージ

マッサージで  
健康維持♪

身体の老廃物を排出するリンパマッサージは血液や筋肉の活性化につながり、むくみや頭痛、腰痛、肩こり、冷えを予防します。

アロマオイルを使ったセルフリンパマッサージで健康的な身体に保ちましょう。



【日時】9月18日(水)

【時間】10:00~11:30

【会場】北橋公民館1階 講義室103

【講師】小林 真理子 先生(アロマアドバイザー)

【対象】成人の方 【定員】15人(超えた場合は抽選)

【材料費】アロマオイル代 500円

【服装】上は半袖、下は膝までまくれるパンツ等  
マッサージできる服装

## 講座申し込みについて



下記申込書の希望する講座名に○をつけ必要事項を記入の上、北橋公民館事務室へお持ち下さい。

電話での受付も行います。なお、申込みは先着順ではありません。

定員を超えた場合は抽選とさせていただきます、結果は当選者へのみ連絡します。

**申込期間** 7月8日(月)~12日(金)、8:30~17:00まで ※日程・内容は都合により変更する場合があります。申込者が5人(組)未満の場合は開講しない場合があります。

**問い合わせ** 北橋公民館 (☎52-2300) ※申込書は公民館にもあります。



令和元年度橘陰塾(郷土づくり講座・セルフリンパマッサージ) 申込書 申込受付期間 7/8(月)~12(金)

名前(ふりがな)	住所	電話番号(昼間連絡出来る番号)
(男・女)	〒	
希望する講座に ○をつけてください 郷土づくり講座	セルフリンパ マッサージ	事務局記入欄 受付日: 郷土:No.      リンパ: No.