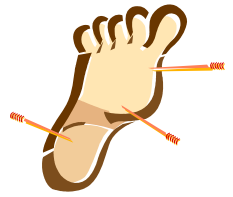


足湯って、そんなにいいの？



～足を温め心も体もぽかぽか(第4回)～

血液の循環は健康に密接な関係があることは皆さんご承知のとおりです。
しかし足湯の具体的な方法やその効果の実態についてはあまり知られて
いません。

昨年度に引き続き“足湯”について、どのようにしたらより効果的なのかを
実際に体験しながら学習していきたいと思います。

【日 時】 平成24年2月14日（火） 午前10時～11時30分

【場 所】 益田市須子町 益田市総合福祉センター ふれあい広場

【参 加 費】 無料（タオルなどはこちらで用意します）

【申込期限】 平成24年2月10日（金）

【申込方法】 氏名、連絡先を記入し、この用紙を FAX して下さい。
お電話でもけっこうです。

（お預かりした個人情報は、この事業の連絡にのみ使用します）

【主 催】 NPO 法人 陽だまり（しまね社会貢献基金活動団体）

NPO 法人 陽だまり

大谷・高田 行き （電話・FAX 22-0526）

足湯体験学習に参加します。

参加者氏名 ① _____ ② _____ ③ _____

代表連絡先 _____