



無料

# 指圧・マッサージ

## ボランティア施術を体験しませんか？

体内の循環と自律神経を高め、心も体もリッツ・リラックス！お気軽にお申し込みください（予約制）

### 体験メニュー

#### イスに座る施術

- ・時間の目安/約30分
- ・首肩背中 of 施術

#### マットに寝る施術

- ・時間の目安/約60分
- ・全身の施術

どちらかを選んでね



### 場所・日時

#### 文京区立「大原地域活動センター」

文京区千石1-4-3

（都営三田線千石駅 徒歩約8分、B-グルバス共同印刷下車2分、都営バス(上60系)白山二丁目下車2分）

毎週日曜/10:00~12:00※第4週除く

会場費：イス指圧200円、マット指圧300円



予約はこちら



### 施術者紹介

50歳台の男性個人ボランティア。日本指圧専門学校（浪越学園）を卒業したばかりの、国家資格「あん摩・マッサージ・指圧師」有資格者のひよっこです。

昼間は異業種ワーカーをしているため、ボランティアを通して自身の施術スキルアップを目指しています。

営利活動ではなく、皆さんの癒しを創造する、社会貢献活動です

