

～いきいき美容講座～

内側から整える



食のセルフケア



美肌・血流改善に役立つ栄養素について、
普段の食事に取り入れやすいレシピと合わせて
お話しします♪スープの試食もあります！

美肌編→3月4日(水)

血流改善編→3月11日(水)

各回 15:00～16:00

会場：神明いきいきプラザ 2階展示ギャラリー

対象：おおむね50歳以上の区民

費用：無料

申込：2月24日(火)までに電話または4階受付へ
25日(水)に抽選を行い、当選者のみに
ご連絡いたします。

【問い合わせ先】：神明いきいきプラザ 港区浜松町1-6-7

☎03-3436-2500