

整体師が教える

お家でできる

# 整体術



2025年

2月26日 水

13:30~15:00

会場

ピピアめふ1 6階  
和風ホール

参加費

500円

定員 15名

あなたは身体を正しく使えていますか？  
もし、疲れやすいと感じているなら、それは  
身体が惰性運転モードになっているかも  
しれません。自分の身体のクセを知り、向  
き合い、ケアをしながら身体が軽くなる  
習慣づくりを目指しませんか？

整体師 堀内 千賀子

整体師歴15年。4児の母。日々の生活の中  
で良い習慣を作り出し、オートマチックに良  
くなるための簡単・楽しく・美味しい土台  
づくりを提案しています。  
食、日用品、身体、運動、コミュニケーション  
など生活のあらゆる分野を簡単に伝える  
カリスマセラピストです。



2月3日(月)9時~申し込み開始

受付窓口・お電話または、右の  
QRコードからお申込みください。  
先着順となります。



お申込み・お問い合わせ

ピピアめふ公益施設  
0797(85)2274  
(9:00~20:00)

■ 宝塚市売布2-5-1  
ピピアめふ1 4階  
■ 阪急宝塚線「売布神社駅」  
東改札前

主催

pipia  
MEFU 公益施設



宝塚市公益施設指定管理者  
国際ライフパートナー(株)

後援

宝塚市