

ときめきを再び

自分磨きトータルレッスン

～美しく歩く・装う・すこやかに暮らす～

会場：土岐市役所 2階 議場

1月
27～31
火～土

ときめきファッションショー&
生きがい発見イベント 写真展

8:30～17:15（最終日は12:00まで）

28
水

ファッション講座
暮らしたのしむ着こなし

講師：N style ENGINEER代表
二橋 直之 氏

13:30～15:00 申込不要 先着20名様



29
木

軸から整えるウォーキングレッスン&
トークショー

講師：世界グランプリ受賞者
人生革命家X美脚ウォーキング講師
佐武 ひろこ 氏

13:30～15:00 申込不要 先着20名様



30
金

体の中から美しくなる栄養講座&
ベジチェック

申込不要 先着20名様

講師：中北薬品 管理栄養士 安江 宏美 氏

講座：13:30～14:00 測定：14:00～16:00

問い合わせ：土岐市役所 高齢介護課
0572-54-1111 (231.232)