

顔ヨガ Facial Yoga

【今の自分が一番好きと言える。】

顔は年齢に関係なく鍛えることで若々しさを取り戻すことができます。

また、誤嚥予防や認知症予防などの嬉しい効果も！

「顔を動かす」、ただそれだけで、これからもまだまだ変われます。

全4回 9,800 円 (消費税込み)

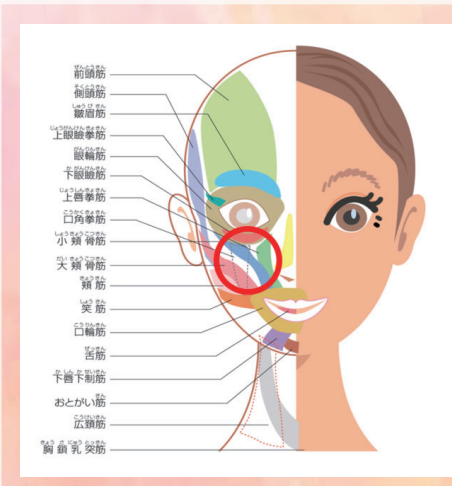
要予約
先着順

日程

全4回 ● 10:00～11:30

2/5 2/19 3/5 3/19

※お申し込みをされ一部参加されなかった場合の返金はございません。



参加者の声

- 自分の顔を鏡でみて「嫌だなあ」と思わなくなりました。ここを良くしたいと思ったり、変わっていくところを見るのが楽しかったです。(40代女性)
- 全体的に顔の血流がよくなり、小顔になった気がします。楽しかったです。(50代女性)
- 自信ができました。顔ヨガに出会えてよかったです。一生ものにして頑張ります。(50代女性)



予約専用フォームから
ご予約ください

予約フォーム



市民健康開発センター

ハーティ21

管理課リハビリテーション担当

電話：06-6426-6160

受付：火～土曜日 9:00～17:00

★公共交通機関でお越しください

