



顔の表情筋を  
動かすことで  
顔や首のリンパや  
血液の流れを良くし  
むくみを解消  
しましょう。

# 顔 ヲ ガ 教室

**2026 年 3 月 5 日 ・ 19 日**

**13:30~14:30 木曜日（全2回）**

**場 所**

伊勢原市体育館 2階 会議室（空調設備有）

**対 象**

市内・市外の方問わず（高校生以上） 定員 24 名

**参 加 費**

1,000円（全2回） 初回時にお支払いください。  
※欠席の場合、払い戻しはできません。

**持 ち 物**

・ 手鏡（顔全体が入る大きさ）  
・ 筆記用具      ・ タオル      ・ 飲み物

**申込方法**

2月1日（日）よりお電話または直接体育館管理事務所へ

お問合せ： “元気な伊勢原づくり”共同事業体 伊勢原市総合運動公園 体育館 管理事務所

TEL 0463-92-3536 FAX 0463-92-3777

e-mail [info@genkina-isehara.net](mailto:info@genkina-isehara.net)



“元気な伊勢原づくり”共同事業体