

グループ名

食の美と癒し



活動内容及び  
(具体的)  
グループ紹介

ハーブティー 勉強(健康と美容) やさしいヨガで身体と心のストレッチ 瞑想も取り入れて毎回楽しく行っています。

活動日・時間

不定期

13:00

～

16:00