

セルフで

# 台湾式足つぼ体験

2026年5月24日(日)

13:30~15:30(受付13:15~)

足裏からのメッセージに耳を傾けてみませんか？  
足裏の反射区をやさしく刺激して、身体も心もリラックス。  
自宅でもできる簡単セルフケアを体験しましょう。



講師



陳美里(メイリチャン)さん

台湾出身の祖父母の影響で、幼い頃からツボや東洋医学に興味を持つ。産後、自身の体調不良をきっかけに自然療法を学び、足つぼのセラピストの道へ。未病を意識した生活に役立つ「台湾式足つぼmeili」として、市内外のマルシェなどで活動している。

会場 うみかぜテラス 1F-3集会室

定員 10人(抽選)

参加費 800円(マッサージ棒付き)

持ち物 白湯または常温のお水500ml、汚れてもいいタオル

申込期間 4月10日(金)~5月11日(月)

当選発表 5月16日(土)までに  
当選のみに電話またはメールで連絡

申込方法 窓口、電話、ウェブ申込フォーム



ウェブ  
申込フォーム

※講座の様子は写真・動画で撮影し、HPやSNSなど広報業務に使用します。

申込・お問い合わせ

茅ヶ崎公園体験学習センター うみかぜテラス

☎0467-85-0942 月曜休館

(9:00~21:00、休館日除く)

〒253-0055 茅ヶ崎市中海岸3-3-9



公式Facebook



公式HP

茅ヶ崎公園体験学習センターは、指定管理者である株式会社タウンニュース社(☎045-913-1220)が管理・運営を行っています。

