

「化粧のちから」で、いつまでも元気に、楽しく、美しく！

化粧療法いきいきセミナー

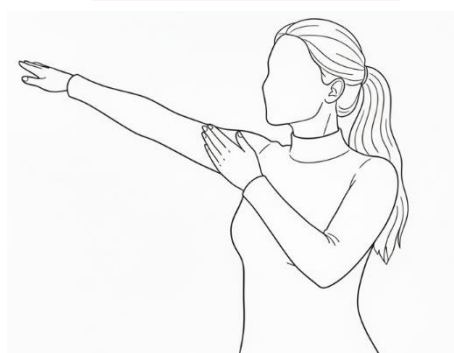
化粧療法とは

スキンケアやメイクなど化粧行為を通じて心身機能や生活の質の維持向上など健康寿命の延伸をめざす非薬物療法です。化粧をすると気持ちが引き締まったり、楽しい気分になったり、人に会うときに自信が持てたりします。化粧は脳を刺激して気持ちを変え、身体にとっても上肢の良い運動になると言われています。



講座内容

ストレッチ



香りを嗅ぎ、ハンドケアから身体をほぐし循環を高め、化粧へ導きます。

スキンケア



唾液腺を刺激するスキンケア方法をお伝えします。

メイクアップ



高齢の方でも、簡単に続けられるメイク方法をお伝えします。

【日時】**10月16日（金）** 14:00～15:00

【定員】先着20名（**男性**の参加大歓迎です）

【持参物】ヘアブラシ（くし）

【講師】**資生堂ジャパン（株） 化粧療法セラピスト**

【受付開始日時】**9月8日（火）** 9:30～

【申込み】窓口または電話でお申し込みください。



瀬戸公民館 ☎952-4146

開館時間9:30-21:00（日曜日は9:30-17:00、毎週水曜日・国民の祝日休館）

----- 切り取り線 -----

10.16「化粧療法いきいきセミナー」参加申し込み

お名前	お電話	備考