

資生堂 による

いきいき美容教室

開催のご案内

化粧のちからでフレイル予防、健康寿命を延ばそう！

日 程

令和6年 **3月18日(月)**
14:00~15:30

定員 20名 (先着順)

参加費 無 料

会 場 シルバー人材センター
(ふれあいワークセンター)研修室

講 師 資生堂ジャパン 専門スタッフ



タイムテーブル

項目・内容

考え方

軽いストレッチ

リラックスから気持ちの集中

スキンケア

肌を清潔にする、
唾液腺を刺激するスキンケア、
日中用スキンケア

だんだん活性化

メイクアップ

ファンデーション、
眉ずみ、口紅、ほお紅

(見る、聞く、覚える、動かす、
褒め合う、一緒に喜ぶ)

仕上げ

ヘアを整え、笑顔で終了

効果の波及 (見る)



写真サークルの会員
さんによる写真撮影
を行います。
その場で写真を印刷
L判写真プレゼント♪
ぜひお気に入りの服装で
おいで下さい。



申込み・
問合せ先

公益社団法人 **江別市シルバー人材センター**

〒069-0811 江別市錦町3番地5 江別市ふれあいワークセンター内

TEL : 011-384-3771 FAX 011-382-4761

