

女性限定入会説明会



いつまでも若々しく!足腰元気に!



～ヨモギカイロで体ポカポカ・健康体操

- 日 程 : 1月31日(火) 13:30～
講 師 : 日の出鍼療所 院長
場 所 : であえーる 1F お休み処 すたあ☆ばあ
定 員 : 5名(先着順)
対 象 者 : 市内在住 60歳以上の女性の方



※参加費無料!プチ治療もしてくれます。動きやすい服装で来てね☆

※講習会が終了後、簡単な入会説明会を開催します。

ぜひ、お友達と参加しませんか?お待ちしております!!

すたあ☆ばあスタッフに申し込むか、
お電話でお申し込みください☆

岩見沢市シルバー
人材センター

☎24-4255 までお気軽に♪

女性限定入会説明会



春色フラワーボールづくり!



～手作りで楽しく♪春が待ち遠しい!

- 日 程 : 2月28日(火) 13:30～
講 師 : ハンドメイド作家 佐々木潔美さん
場 所 : であえーる 1F お休み処 すたあ☆ばあ
定 員 : 6名(先着順)
対 象 者 : 市内在住 60歳以上の女性の方



※参加費無料!かわいいフラワーボールお持ち帰りしてください☆

※講習会が終了後、簡単な入会説明会を開催します。

ぜひ、お友達と参加しませんか?お待ちしております!!

すたあ☆ばあスタッフに申し込むか
お電話でお申し込みください☆

岩見沢市シルバー
人材センター

☎24-4255 までお気軽に♪

女性限定入会説明会

いきいき美容教室



～つやつやお肌で美しく健康に あなたも体験しませんか？

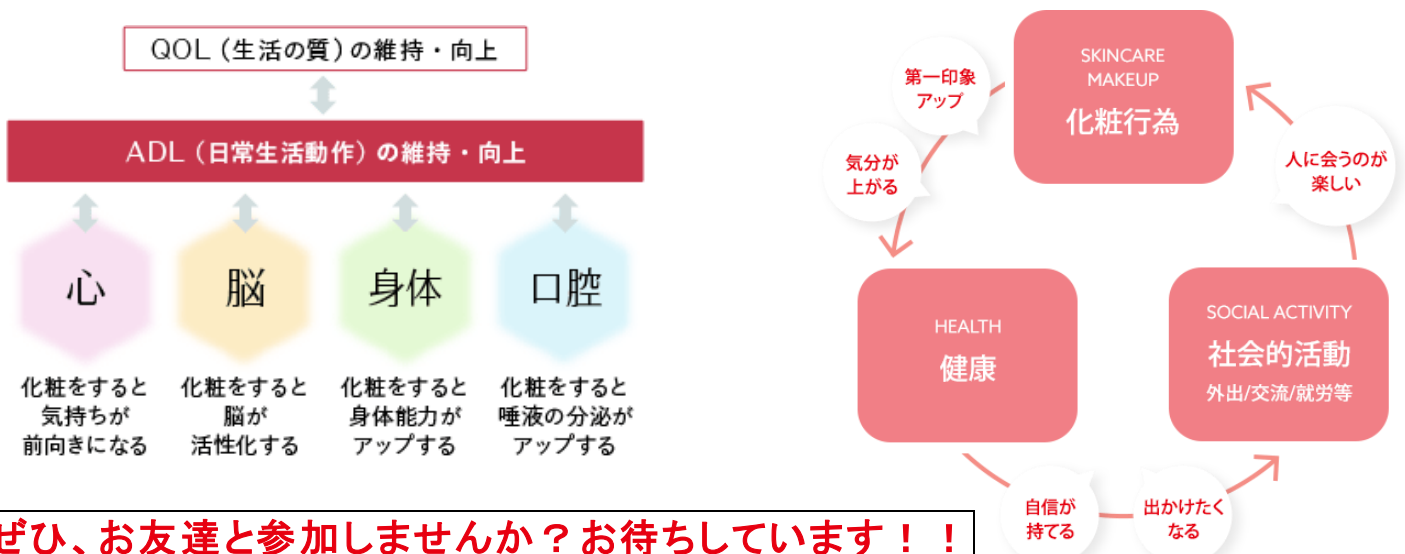
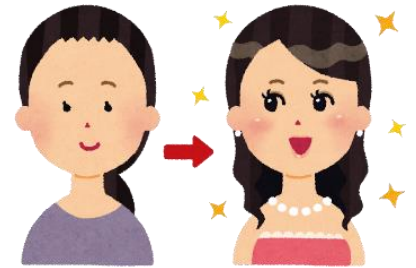
- 日程 : 3月28日(火) 13:30～(90分)
講師 : 資生堂のビューティーセラピストさん
場所 : であえーる 1F お休み処 すたあ☆ばあ
定員 : 7名(先着順)
対象者 : 市内在住 60歳以上の女性の方

※参加費無料！ナチュラルメイクで来てね☆

※講習会が終了後、簡単な入会説明会を開催します。

「化粧のちから」がもたらす作用

- ♡若わかしくなる 気持ちが明るくなり、出かけたくなる
- ♡外出した時に自信が持てる 笑顔を引き出す
- ♡気分が上がる 気持ちがしゃきっとする
- ♡自己肯定感が高まる 人に会うのが楽しくなる
- ♡第一印象がアップする 脳の活性化につながる
- ♡外に働きかける作用→自分らしさを演出・表現する
- ♡内面に働きかける作用→自分に自信がもる、癒される



ぜひ、お友達と参加しませんか？お待ちしております！！

スタッフに申し込むか
お電話でお申し込みください☆

岩見沢市シルバー
人材センター

☎24-4255 までお気軽に♪