

乾燥じわを深くしないために & ハンドマッサージ

かがやきアップの
スキンケアとメイク

冬の乾燥じわを深くしないためには、お手入れを続けることが大事。
諦める前に今一度見直しませんか？ 乾燥はあらゆる肌トラブルの悪化の
もと。潤いが不足した肌では、かさつきがひどくなったり、小じわが増え
たり、きめが乱れたり、化粧ノリが悪くなったり、また、代謝機能も低下
して、肌のツヤも失われがちになり弾力機能も低下します。

後半はハンドマッサージ。手は心臓から遠い位置にある
ため、血流がよくないと栄養も届きにくくなり、手荒れや
ささくれができやすい部分です。マッサージすることで
透明感が戻り、しなやかになるだけでなく、手や指に
あるたくさんのツボや神経が刺激されて血流が良くなり、
リフレッシュできます。



1/25(金)

14:00~17:00

1/31(木)

10:30~13:30

前半(10:30~、14:00~)： 乾燥じわを深くしないために（講義）

後半(15:30~、12:00~)： ハンドマッサージ

- 場 所： ららぽーと柏の葉北館3F
まちの健康研究所「あ・し・た」
- 予約不要、無料

お知らせ

本講座は、原則まちの健康研究所「あ・し・た」の会員様向けとし、会
員でない
方の体験参加は2回までとさせていただきます。

以降は、会員登録(無料)の上、引き続きご参加くださいますようお願い
いたします。

主催： まちの健康研究所「あ・し・た」 04-7197-7713