

手から伝わるやさしいケア

ハンドマッサージ体験講座



2026 11.26 Thu.10:00-11:30

講師:アロマセラピスト

松永 智子

参加費:300 円

定員:20 名

手にやさしく触れるケアは、安心感やリラックスにつながると言われています。

本講座では、家庭でも簡単にできるやさしいハンドマッサージを体験します。

高齢のご家族へのケアとしてはもちろん、日々のリラックスや家族のコミュニケーションにも役立つ内容です。どなたでも気軽にご参加いただけます。

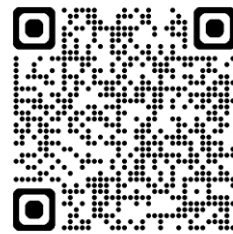
<講座内容>

手のケアの効果

セルフハンドケア

やさしいハンドマッサージ体験

ハンドケアジェル作り(50ml)



10月1日9時より受付開始

祝町市民センター 651-3816