

頭皮の血行を促進し、筋肉を優しくほぐしてリフレッシュ

# 疲れスツキリ！

## セルフヘッドケア講座

日時：2026年2月7日（土）

時間：10：00～12：00

場所：県民せいきょう江守きらめき（江守中町 2-12）

五感をつかさどる脳を、優しく包みながら心地よい刺激を与えることで感覚機能を高め、心身のバランスを整えます。



講師：ビューティータッチセラピスト 寺井 和美氏

ビューティータッチセラピストとは、日本介護美容セラピスト協会が認定する資格で、高齢者の肌に触れながら美しさを引き出し、笑顔と元気を導くお仕事です。

— お気軽にご参加下さい♪お待ちしております —

会 場：江守きらめき（福井市江守中町 2-12）

日 時：2026年2月7日（土） 10:00～12:00

持ち物：なし 定 員：10名 ※事前申し込みをお願いします。

参加費：無料

【お問合せ・お申込み】お気軽にお問合せ下さい

県民せいきょう江守きらめき TEL: 0776-35-0660（代表）