

令和7年度 第3回家族介護教室

自宅でできるセルフケア

～自分をいたわり自分を癒やす～

12月5日(金) 10:00～12:00

日常のハンドケアのポイントをおさえながら

参加者ご自身でハンドマッサージを行っていただきます。



場 所

健康増進プラザ 悠悠館
ふれあいホール

材料費

500円
(ハンドクリーム代含む)

定 員

15名

講 師

一般社団法人
日本介護美容セラピスト協会認定
ビューティータッチセラピスト
鈴木 かおり 氏



申し込み・問い合わせ

※開催日前日までに電話にてお申込みください。

胆沢地域包括支援センター

奥州市胆沢南都田字大持30番地



0197-47-5228



高齢者総合福祉施設ぬくもりの家内