

2023年5月30日（火）はじめてのハンドケア教室01
爪の整え方を学ぼう！



●ハンドケアの基本！爪の切り方

第1回の講座テーマは『爪の切り方を学ぶ』です。講師は丸山愛さん。

爪の基本的な構造や役割をしっかりと学び、いざ爪切りを実施！けれども、爪切りは使いません。爪用の『やすり』で、丁寧に自分の爪を整えていきます。ハンドケアグッズを手にしたみなさんは、わくわくした表情！ケアが進むにつれ、みなさんから「綺麗になった〜！」「ちょっとの手間でこんなに変わるんだ！」など、歓声が上がる楽しい会となりました。

●爪から健康を考える、楽しみが広がる

講師からは「爪や手を大事に、日頃の所作を見直すと、自分を大切にすることにもつながりますよ」といった、心が温くなる言葉をかけてもらいました。「爪が割れやすくて…」「シミやシワができて自信がない…」など、手に関する悩みがきっかけで受講された方も、「指輪の似合う手になりたい！」「自分の仲間にも広めたい」「セルフケアできるように！」「ピンク色を塗ってみたい」と夢や希望や話していました。爪を通して、自分を見直し、楽しみが増える♪6回の講座での変化が楽しみです！

事業概要

日 時 2023年5月30日（金）

場 所 デ・ルッソ（hanaくずは商店会）