

セルフネイルケア ミニ講座

講師：Cure Cocoa 高橋彰子先生

ささくれたり、あかぎれしたり、爪ガタガタだったり。

そういう時って仕事が忙しかったり、
心が何かに追われてセカセカしていたりしていませんか？

そう気づいているのと、手荒れが自分のいつもの手になっているのとでは
心に大きな違いがあります！

爪が短い方も長い方も、飾りたい方も飾らない（飾れない）方も
すべての方にネイルケアは必要なものです！

ご自分でできる基本の爪のお手入れの方法を
お伝えします！

夏も意外と乾燥する指先。心とからだはつながっています。

無意識でも目に入る指先をお手入れすることで
心も元気になります。自分に優しくなりましょう！

日時：9月1日(日)

9月29日(日)

10:30～12:30

*どちらか1回の受講もOK

受講料：各3,000円（飲み物代込）

※当NPO会員は受講料2,700円

お申込み・お問い合わせ

NPOころの休憩所

Sawa's Cafe Tel: 022-797-5114

E-mail: sawas_cafe@love.plala.or.jp



OHANASHI-DOKORO

sawa's cafe