

わたしへのごほうび講座

【6月開催スケジュール】

■第12回 6月17日(火) 11:00～「講座名:脳と心はキレイのみなもと?!」～脳のバランス整えて幸せ美人になりましょう～
「美人じゃないのに人気がある」「話すときとホッとすると、一緒にいると気持ちが安らぐ女性っていませんか? 反対にいつも文句や批判ばかり…そんな女性もいますね。両者の違いは「性格»? いえいえ「性格」ではありません。なぜなら感情や心の状態は脳の神経伝達物質に左右されるから。不安や恐怖に関係するノルアドレナリン、やる気や意欲はドーパミン、不足がうつ病に関係するセロトニン。自分ではコントロールしにくい脳のバランスを、シナプソロジー(脳活性レクリエーション)で手足を動かしながら楽しく活性化しましょう。

■第13回 6月27日(金) 11:00～「講座名:ベタつく季節を快適に!夏のキレイの保ち方」
今年もそろそろ夏がやってきます。汗や皮脂で全身ベトベト、毎年不快感に悩まされている方も多いのではないでしょうか。今回は夏を気持ちよく過ごすためのスキンケアのお話や、ついやってしまいがちな逆効果ケアについてお話をしていきます。これからやってくる夏本番に向けての手作りコスメ体験もご用意いたします。お気軽に涼みにいらしてください♪

■第14回 6月30日(月) 10:00～「講座名:夏に向けたフットケア・角質ケア講座」
これから夏に向かって素足の増える時期です。見られていないようで、結構見られているのがかかとのひび割れや角質…冬の間にかちかちかになってしまったかかとや足の裏の角質、すっきり除去しませんか?デモで角質除去のコツをお伝えします。是非、この機会にお足元のお手入れ方法をご覧ください。



YAMATOビューティパークは女性のための集いの広場としてアークホテル大和内で運営されています。

年間40回の無料ビューティ講座を開催し、参加者同士の出会い、講師とのつながり交流をサポート。「私へのごほうび講座」を通じて、新しい発見や、豊かな人生が広がるきっかけになり、大和をキレイでオモシロく!するお手伝い活動をしています。子育てママを重点的に応援しています!

定員:15名 参加費:無料 対象:40歳以下の女性で現役ママ、もしくはプレママの方各回の前日締め切り

会場:アークホテル大和内、YAMATOビューティパークにて

講師:過去の講座でとても評判の良かった3人のビューティ専門の講師をそろえました!

・伊澤裕子さん(ホホバオイル専門店ホホバージュマネージャー)

・大久保優華さん(ネイルサロンカミュ代表)

・渡辺多美子さん(シナプソロジスト)

申込方法:電話またはFAXでお申込下さい。

(FAXでの申込は裏面に参加希望の講座と氏名等を記入して送信して下さい)

申込締切:各講座の3日前まで(応募者多数の場合は抽選)

主催:YAMATOビューティパーク事務局

共催:エステティックH&B大和店、アークホテル大和



社会貢献活動のため無料で開催しています

YAMATO ビューティパーク 事務局

TEL:0120-959-706

大和市中央4-1-17 アークホテル大和内

<https://www.facebook.com/yamato.kirei>