



化粧療法でリフレッシュ！

# 認知症の方を介護するご家族とご本人のための スキンケアとストレッチ教室



参加無料  
要予約

資生堂の化粧療法とは、化粧行為を通じて心身機能やQOL（生活の質）の維持向上などをめざす療法です。日々の生活や介護をがんばっている皆さん、この講座でリフレッシュして新たな自分を発見しませんか。

日時

2024年 **11月9日(土)**  
13時30分～15時30分(茶話会含む)

会場

高島平団地  
**2-32-2集会所**

## 内容

資生堂の化粧療法講師が、手や指先を使った簡単なストレッチ～スキンケア、そして簡単なメイクアップをお教えします。

プログラム終了後に参加者交流のための茶話会をご用意しています。

- 認知症の方には、スタッフがサポートいたします。
- 本教室は商品の販売を目的にしておりません。また当日、商品の販売はいたしません。
- ご負担のない範囲でアンケート等の調査にご協力ください。

スキンケアで  
気持ちもさっぱり！  
男性にも好評です

## 定員 対象

先着 **20** 名

認知症の方を支えているご家族の方と認知症の方。  
おひとりでの参加、認知症のご家族とご一緒にの参加も  
大歓迎です。

お申込み・  
お問合せは  
こちらへ

UR都市機構 ウェルフェア推進部  
電話：045-650-0590 (向野・外川)  
受付時間：9:15～17:40 (平日のみ)

高島平ココからステーション  
電話：03-6909-7645  
住所：板橋区高島平2-32-2-105  
※開室日の11時～16時 月・水・金・第2・第4土のみ

- ・会場ではマスクをはずして頂きます。
- ・開催当日に発熱等が確認された場合は、参加をお断りする場合があります。
- ・感染症等の状況によって、スケジュール等の変更または中止することがあります。

# 高島平2-32-2集会室への行き方

## 住所

〒175-0082

東京都板橋区高島平2丁目32-2号棟1階集会室

## 最寄り

都営三田線 高島平駅 東口改札より徒歩7分

## 行き方

- ① 駅の東口改札を出ます
- ② 改札を背に右に進み、横断歩道を渡ります
- ③ 建物を右手にし、まっすぐ進みます
- ④ コミュニティカフェ高島平駅前がある角を右に曲がり、スロープを上がります
- ⑤ 地域包括支援センターが
- ⑥ 見えたら建物の中に入り、通路を進んでください
- ⑦ クリニックが並んでいる通路を歩き、突き当たりが会場の集会室です。

