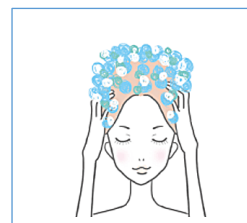


いつまでもイキイキと活躍するあなたへ

この一年間で美しい髪を育てる



“髪は女の命”といわれています。髪は女性の印象を決める重要なポイントです。今年度のテーマは「髪」一年かけて髪の悩みを解決しながら、つややかな髪を目指します。

「頭皮ケアと シャンプーテクニック」

最も基本となる“洗い方と乾かし方”のテクニックを学びましょう。

自分の髪の特徴を知る事によって正しいシャンプー・トリートメントの選択をし、ハンドドライヤー技術とブラッシングの方法を身につけ、頭皮のエイジングケアの習慣化を目指します。また、髪に必要な栄養素を含むレシピをご紹介します。

日時：6月16日(土)10時～12時
定員：6名
料金：3,000円(材料費込)

「東洋医学の考え方Ⅰ」

東洋医学の考え方をもとに、自分の体と向き合い、食生活や生活習慣を見直しましょう。

東洋医学では髪をどのようにとらえているのでしょうか。薬剤師が解説します。また、エイジングによる抜け毛や白髪が気になる方への頭皮ケアクレンジング方法を学び、美しいつややかな髪を目指します。髪や体にいい薬膳酒を作り、冬に向けた準備をしましょう。

日時：9月29日(土)10時～12時
定員：6名
料金：5,000円(材料費込)

「アーユルヴェーダの考え方」

インドで生まれた伝統医学を、皮膚科医の山本医師が分かりやすく解説します。

アーユルヴェーダにおける体質と頭髪の関係や、体のバランスが乱れている時のアドバイスについてお話しします。また、頭皮の乾燥やかゆみ、フケなどの原因を身体の外へと押し出し、頭皮の状態を緩和させるシロピヤングの方法(ヘッドケア)を学びましょう。

日時：12月15日(土) 時間未定
定員：6名
料金：6,000円(材料費込)

「東洋医学の考え方Ⅱ」

東洋医学の考え方をもとに、ストレスと髪との関係を学びましょう。

ストレスは髪にとっても影響を与えます。薬剤師が東洋医学の考え方をもとに解説します。また、経絡の流れを考えながらヘッドケアをすることで、頭皮の悩みだけでなく、肩こりやストレス、イライラなど、さまざまな心身のトラブルにアプローチしていきます。

日時：2月16日(土)10時～12時
定員：6名
料金：5,000円(材料費込)

講師：荒川恵梨香 山本記念病院【CODES認定ソシオエステティシャン】

管理美容師 美容師 日本エステティック協会認定指導講師 AEAJ日本アロマ協会アロマイストラクター・セラピスト CIDSCO認定国際資格

☆すべての回にご参加いただいた方には修了証をお渡しします。