

無料

資生堂

ライフクオリティービューティーセミナー

いきいき美容教室

化粧のちからで介護予防、
健康寿命をのばそう！

元気に
若々しく！

男性も
大歓迎！



日時

2025年5月23日(金)14時～15時30分(90分)

予約受付期間：2025年4月19日(土)～5月13日(火)
お電話または図書館に直接ご来館の上、お申し込みください。

場所

下野市立南河内図書館 2階 視聴覚室

対象

65歳以上

定員

15名(先着順)

内容

ストレッチ・スキンケア・メイク・頭皮マッサージなど
資生堂のソーシャルエリアパートナーに「自分でする化粧」を
サポートしていただきます。

*当日は、普段通りの化粧をしたままご来館していただいて大丈夫です。

持ち物

筆記用具

当日使用する化粧品やメイク道具などは、すべて会場でご用意いたします。

協力

資生堂ジャパン株式会社



資生堂ライフクオリティー
ビューティーセミナー

問い合わせ

下野市立南河内図書館 0285-48-2395

化粧療法をご存じですか？

化粧は、見た目をきれいにするためではなく
前向きな気持ちにさせてくれる効果があります。
化粧を使って心身機能やQOL（Quality of Life
（クオリティーオブライフ）=生活の質）を
維持向上させ健康長寿をめざすものを
「化粧療法（メイクセラピー）」といいます。
今回のセミナーでは、この化粧の力を借りた
「化粧療法」を体験することができます！

心身ともに健康に！

口腔ケア
唾液分泌の促進

脳の活性化
認知症予防

幸福感
抑うつ予防

筋肉維持
身体能力向上

