

# 自分の手が好きになる

～今日からはじめるセルフハンドケア～

春よこい♪新年度スタートまでもう少しの2月。

自分の手を大切に。ごくごく簡単そうだけれどなかなかできなかつたりしますよね。  
素敵な空間でハーブの香りに包まれながらセルフケアをしてみませんか？



## セルフハンドケアレッスン



毎日、働くあなたの手、意外に目につく手元の手は心の鏡ともいわれます。そんな大切な手、ケアしていますか？

一日のおずかな時間でできるセルフケアをレクチャー  
あなたも手元美人を目指しましょう！

## ハンドケア

Lessonの仕上げにセラピストによるハンドケア  
ラベンダーの浸出油で指先から肘まで優しく丁寧にトリートメントいたします。  
落ち着いた和空間でゆったりとお過ごしください。



## HERBゴマージュ

ゴマージュの語源はフランス語。  
ハーブを粉碎し塗布すると古い角質が剥がれツルツルのお肌！  
ワントーン明るくなった手を体感してみてください。  
植物のチカラですごくいい！

## PRESENT

Cute Glassオリジナルのガラスびんにハーブソルト作ってお持ち帰りいただけます。



## 詳細

CuteGlass Shop and Gallery  
大阪市中央区伏見町2丁目4-4

## SHOP見学

CuteGlass Shop and Galleryは  
大正時代に建てられた、  
京風の木造町家が元となっています。  
格子戸をあけたところからガラスびんのある町屋空間を感じいただけます。  
ワークショップには、お店の見学時間もはっています。  
前回も大好評の大人の社会見学をお楽しみください！



## お申込み

Pensees 高田真紀・中尾和子

(一社)日本ハンドケア協会 (一社)日本フィットセラピー協会

ハンドケアインストラクター / フィットセラピスト

pensees.mk@gmail.comにメールまたは、ORコードからお申込みください。



令和2年2月20日(木曜日)

第一部 10時15分～12時15分 4名様限定

第二部 13時30分～15時30分 4名様限定

参加費：3000円(税込)