

第108回 二十五三昧会

未来に備える

「介護予防セミナー～美容編～」

7月28日(日)

お話：14時～16時 会場：本堂



講師：株式会社ハクネンミライ代表取締役 介護メイク士 阪上明子さん

講師の阪上明子さんは、資生堂美容部員歴32年のベテラン。阪上さんの新聞記事を見せ「ご近所の人だけど、話聞いてみない」と提案された時には「えっ？お化粧の話？」と驚いたが、お会いしてお話を伺っていると、住職である私でも「きれいに頭とひげをそったらシャキッとて、元気になるな」と納得した次第です。そしてその日から、左手を使って、歯磨き・髭剃り頭剃りをやっています。かなり脳が活性化してきました！（ほんとかな？）さて、お話の内容は…

◆第一部

「美容は女性だけのものではない！脳と美容の関わりを知る」

- 毎日の美容が脳活・左手を使う→神経も活発化・洗顔の正しい方法を知っていますか？
- 日々の洗顔やメイクの習慣化で右脳左脳がバランス良く活性化。認知症予防に。

◆第二部

「整容 身だしなみを整える意味を知る」

- おしゃれは自分が楽しむためのもの。
- 身だしなみは相手に不快感を与えない。
- 男女ともに、まず「顔」を整える（女性はメイク、男性はひげそり）ことが重要。「顔」→「頭」→「服装」「持ち物」→全身=自分自身が整う。
- 身だしなみが整うと、脳の前頭葉が大きく働き【意欲】に繋がる。
女性には口紅をつけたり、男性にはヘアスタイルや眉を整える実演があります。



◆参加無料・予約なし！どなたでも自由に参加できます！詳しくはお寺までご連絡ください。（平日10時～16時）

主催：観瀧山 岡本寺（こうほんじ）TEL.072-793-0203

〒666-0121 兵庫県川西市平野1-33-14 TEL/FAX072-793-0203 mail:vyku11976@nike.eonet.ne.jp

ホームページ <https://www.kohonji.jp> または 川西市岡本寺 検索



岡本寺QR