第2弾／手と腕のハンドセラピー

第2弾
募集!!

ハンドセラピー
地域ふれあい講座

（所沢市地域福祉センター共催事業）

ボランティアの一歩をはじめませんか...

ハンドセラピーは、手のひらで伝える温もりでこころと身体をリラックスさせるケアです。第2弾は、前回の「肩と背中のハンドセラピー」に続き、「手と腕のハンドセラピー」の講座を開催します。講習会で学んだ手技は日常生活の中で生かすだけでなく、こころのケアを必要とている場でのボランティア活動に役立たせることができます。

日 時 令和6年2月18日(日)
10時30分～12時
※10時より受付開始

会 場 こどもと福祉の未来館
多目的室1号・2号

参加費 ５００円（資料代等実費分）

定 員 ２０名（2月9日申込締切）

※定員になり次第
受付を終了します。

◉ 対象者／18才以上（所沢在住、在勤） ◉ 持ち物／筆記用具

◆ 講座内容「手と腕のハンドセラピー」

短時間でハンドセラピーの概要とケアの方法を学びます。
ケアされる方と向き合って座り、相手のお話に耳を傾けながら、ゆっくりケアをすすめます。対面して行うケアなので安心感があり、認知症の方等にも有効とされています。

お申込み／NPO法人 ハンドセラピー・彩 所沢地区

☎ 090-5806-9777 e-mail ht.tokoro@jcom.zaq.ne.jp 上野節子（ときこ）