

「セルフマッサージケア」セミナーを開催しました♪

1月27日(木)に、「自宅簡単ハリアップ!!【セルフケアマッサージケア】セミナー」と題し、女性部員向けに開催させていただきました。

今回のセミナーは、私が商工会女性部の研修委員で活動させていただくようになり、日々、お仕事、家庭にと活躍されてる女性部の方々にお役に立てる研修をしたいという事で計画をさせていただきました。特に今はマスク生活の中、お肌のたるみ、手の荒れの悩みが増えており、加えてマスクで表情筋を使わなくなる事で血行不良も引き起こります。これらのお悩みをご自身でケアできるように、セミナー内容も考えさせていただきました。実は昨年から研修委員会内で計画させていただいておりましたが、新型コロナウイルスの影響で延期となっております。今回のセミナーでも感染防止対策を行った上で、マスクを取らなくてもできるように内容を一部変更しての開催となりましたが、1年越しに開催することができました。

セミナーが終わった後には、ポカポカになったと喜んで頂く事ができました。肌、身体をケアすることは、リラックス効果で免疫も上がります。人の手でしかできないケアをこの様な研修を通して身に付けていただき、ご自身のケアの大切をお伝えすることで、エステが身近に感じて頂けると嬉しいです。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

POLA ルミエール日進赤池店(赤池) 中牧 千晴



今回お手伝いいただいた
POLA 日進駅前店の石居さん(右)と
POLA エステイン泉の前田さん(左)

東尾張支部女性部活動 推進研修会に参加しました♪

去る2月1日(火)日進市民会館にて東尾張支部女性部活動推進研修会が開催され、日進市商工会女性部から14名が参加しました。

前半の講演会では、ユーモアセラピストの米津さち子氏を講師に迎え、「商売は笑売」をテーマに笑顔が増えるコミュニケーションを学びました。米津氏は笑顔のスペシャリストとして全国で活動中。最高の笑顔の作り方、相手を誉める、自分から笑う等々、大変勉強になりました。

後半の活動報告発表会では、日進市商工会女性部として健康ダンスが披露されました。コロナ禍で練習が少ない中でしたが、皆さん一生懸命踊って下さり、とても良かったです。ホールでは書道作品の展示クラブバッグの展示即売も有り、大変好評でした。コロナ禍の影響もあり、他商工会の方との交流会は中止となりましたが、とても有意義な一日でした。

インテリア中川(藤島町) 中川 恵子

