

～手のひらで伝える温もり～

参加者  
募集!  
(定員20名)

# 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)



**ボランティアの一步をはじめませんか...**

ハンドセラピーは、道具を使わず、手のひらで伝える温もりで、どんな場所でも、着衣の上からでもできる、こころと身体をリラックスさせるケアです。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し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7年1月19日(日)

10時30分～12時

※10時より受付開始(事前申込必須)

**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 (お申し込みは、令和6年12月11日(水)から令和7年1月13日(月)までです。) ※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「肩と背中ハンドセラピー」

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。

ケアされる方の背面に座り、手のひら全体を使い、包み込むように優しく背中をさすります。言葉に頼らずとも気持ちの良いコミュニケーションがとれます。

お申込み／NPO法人 ハンドセラピー・彩 所沢地区

☎ 090-5806-9777  [ht.tokoro@jcom.zaq.ne.jp](mailto:ht.tokoro@jcom.zaq.ne.jp) 上野節子(ときこ)