^{令和6年度 第1回} **介護者交流会**

社協では介護者のみなさんのリフレッシュと交流の機会として「介護者交流会」を開催しています。

今回は、心と身体に癒しをお届けする「ヒーリングハンドセラピー」をします。

心と身体に愈しをお届けする ヒーリングハンドセラピー

<u>ハンドヒーリングの</u> 効果

血行がよくなること により、筋肉の緊張が 緩み肩こりや身体の痛 みが軽減し疲労が回復、 栄養が隅々まで行き渡 り皮膚に潤いが生まれ ます。



<u>ハンドヒーリング</u> とは

ハンドマッサージ のリラックス効果で 副交感神経を刺激し、 自律神経を整えます。

気持ちが落ち着き脳の血流も よくなりやる気がでてきます。

愛ちゃんと希望くん

手を包み込むことにより、安 心感や自己肯定感が高まります。

日 時:7月18日(木)午後1時30分~3時

場 所:中川文化センター2階小ホール

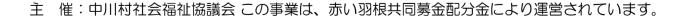
セラピスト:日本ヒーリングハンドケア協会

ハンドヒーリンググループ「はんど優」のみなさん

申込み期限:7月12日(金)

申込み定員:16名 (定員になり次第締め切り)

申込み・お問い合わせ: 中川村社会福祉協議会(88)3552



第1回介護者交流会(7月18日)申し込み書

| 氏 名 | 住所(地区) | 電話番号 | 送迎希望 |
|-----|--------|------|--------------------------------------|
| | | | 希望する希望しない |

グーグル フォーム申 し込みもで きます。



