

2時間でわかる



定年後の“身だしなみ”講座

なぜか、“身だしなみ”のことは面倒臭い、うわべの問題、外見の問題として軽く見られているところがあります。定年後、“自分らしいスタイル”を見つけませんか！
本来の自分を活かし、よいところを伸ばす行為が“身だしなみ”なのです。
人生は“第一印象”の連続といえます。“第一印象”で人生がどんどん変わっていきます。なるべく少ない数の衣服で生活する。身だしなみに不得意な方に、知っていれば必ず得する着こなしのコツをお伝えしたいと思っております。 講師：アパレル ナビゲーター なて かつし 名手 勝史

9月17日(木) 13:30～15:30

はじめ論

- ・“身だしなみ”や“オシャレ”は自分自身を元気にします
- ・誰でも初対面するとき、人生はおおよそ第一印象の連続です

具体論

- ・シンプルイズベストです
- ・2つのS “清潔感”を優先、自分“スタイル”を持つ

まとめ論

- ・みんなで学ぶ「同好会」の説明、ワイワイガヤガヤ、みんなが先生みんなが生徒になって“ハマトラ”を学ぶ

実践論

- ・断捨離のコツ、スカーフやマフラーの巻き方、洗濯やメンテナンス方法、釦の付け替え、靴の手入れ、など



【定員】 60歳以上 12名 【参加費】 無 料

【持ち物】 筆記用具、お手持ちのマフラーかスカーフ

【申込方法】 8/18(火)10時から 電話・来館受付 (先着順)

※申込時にいただいた個人情報は講座連絡に関してのみ利用いたします



申込み・問合せ：SAKAESTA 本郷地区センター担当：高橋
〒247-0007 栄区小菅ヶ谷 1-5-4 電話：392-5157