

No.19

シワやたるみを若々しく！ アンチエイジング顔筋ケア

9月28日～11月16日 火曜日
10:00～11:30

託児あり

講師 一般社団法人 KTYフェイスアナリスト協会 認定インストラクター
さいとう きみえ
齊藤 規光枝

顔の筋肉、表情筋の使い方によってできてしまうシワやたるみ、顔の歪み。そんなお悩みを自宅で簡単にできる表情筋のホームケアで改善しましょう。

今回は3回の講座で、更に深く「筋肉にアプローチしていただくだけでこんなに顔が変わっていく」お話をしていきます。

実際に、皆さんの顔をご自分で見ていただき、人それぞれ違う骨格、筋肉に合わせたホームケア方法もお伝えしていきます。

今、マスク生活で顔のたるみが気になったり、老けたような気がする人が多くなっています。いつまでも若々しく生き生きとした顔でいるための顔筋ケアについて聞いてみませんか。

※実習はありません。講義とデモンストレーションによる講座です。

回	月/日	講座内容(進行状況により変更になることがあります)
1	9/28	シワ、たるみのできる仕組み ほうれい線解消 HOW TO レッスン
2	10/26	人からどう見られている?!表情の印象で損していませんか? フェイスラインたるみ解消 HOW TO レッスン
3	11/16	女性の好感度を上げるための秘訣 まぶた、目の下のたるみ解消 HOW TO レッスン

◆持ち物

自立する鏡(自分の顔全体が映るもの)、筆記用具、マスク、ハンカチ、ひざ掛けなど(換気のため部屋が冷えることがあります。)

定員 10人

費用 1,950円 【内訳】受講料1,950円

会場 サンライブ3階 講座室1



講師プロフィール

一般社団法人KTYフェイスアナリスト協会
認定インストラクター

齊藤 規光枝（さいとう きみえ）



安心・安全な方法で、自然に若々しく、でも目に見える若返りの変化が欲しい。そんな美容のメソッドを探して、表情筋のケアに辿りつきました。

「しわ・たるみ専門サロン エスポワール」代表