

シニア対象

冬のスキンケア講座

※正しいスキンケア方法を学びましょう！



1. 看護教室「冬のスキンケア講座」(10:00-11:00)
洗浄、保湿、保護の3ステップで皮膚トラブルを予防します。

2. まちの保健室（健康相談）(11:00-12:00 ※希望者のみ)
普段から気になっていることがあれば
ご相談ください。
(スキンケアのこと以外でもどうぞ)



◆日 時：令和8年2月5日(木) 10:00-12:00

◆対 象：浜松市在住の60歳以上の方

◆講 師：聖隷三方原病院 皮膚・排泄ケア認定看護師
佐奈 明彦講師

◆受講料：無料

◆定 員：20人（応募者多数の場合は抽選）

◆申込期間：令和8年1月6日(火)～2月3日(火)

◆申込方法：電話、E-mail <csu-seiryu@major.ocn.ne.jp>

または直接窓口にてお申込みください。

<お問い合わせ先> 浜松市ふれあい交流センター青龍

〒435-0037 浜松市中央区青屋町300 TEL 053-422-2161

窓口受付用申込み用紙

切り取り

※

スキンケア講座 定員数:20人 募集期間 1月6日(火)～2月3日(火)

氏名	年代	住所	携帯番号
フリガナ	60歳代・70歳代 80歳代・90歳代		

