

65歳以上の市内にお住まいの方

## 口腔ケアと尿漏れケア

令和5年6月19日(月)

★午後1時30分～午後3時30分

花王グループカスタマー

マーケティング株式会社

楠本 恭子 氏



口腔機能を向上、尿漏れ対策もセルフケアで改善しましょう。

## シニア男性の身だしなみ講座

令和5年6月22日(木)

★午後1時30分～午後2時30分

花王グループカスタマー

マーケティング株式会社

竹本 正恵 氏



やらないなんてもったいない!今こそ身だしなみケアをしましょう。

## シニア女性の身だしなみ講座

令和5年6月26日(月)

★午後1時30分～午後2時30分

花王グループカスタマー

マーケティング株式会社

了舟 美菜子 氏



若々しく、元気でいたい女性に。簡単キレイ、好印象メイク♪

もっと自分  
自分でできる、  
快適生活

高齢期こそ、  
お化粧品&  
身だしなみを…

受講料 **無料**



場所： 苫小牧市民活動センター 3階会議室2

苫小牧市若草町3丁目3番8号

※令和5年6月1日～前日までにお申込み下さい。

お申込み先： 苫小牧市役所 介護福祉課 地域包括係

☎ (0144) 32-6347 (直通)

共 催： 花王グループカスタマーマーケティング株式会社



定員各20名

KaO