

# セルフネイル講座

〈第1回〉

11/10・17 Fri

〈第2回〉

1/19・26 Fri

時間 19:00～20:45

対象 概ね45歳位までの、在職中または求職中の方

定員 4名

参加費 3,000円(全2回)

持ち物 自宅で使用している道具(お持ちでない方には、当日貸出します)

## 第1回

### ジェルネイルを長持ちさせるコツ

- ◆ ジェルネイルとは  
LEDライトで固めるので、短時間でツヤツヤに!
  - ◆ 基本の道具紹介  
セルフネイルに必要な道具のご紹介
- 【実践編】実際にやってみよう!(片手)
- ◆ 爪の形を整える  
指が長く綺麗に見える爪の形をつくろう
  - ◆ 爪周りのケア  
角質を除去してジェルネイルの持ちを良くしよう
  - ◆ ジェルを塗る  
1. ベースジェル・トップジェルの役割とは  
2. ムラにならない塗り方
  - ◆ 仕上げのファイリング  
爪を滑らかにし、引っかからないように仕上げる

## 第2回

### 爪を痛めないオフの仕方

- ◆ ジェルネイルをした感想  
持ち期間はどうか
- ◆ 爪を痛めないジェルオフの仕方
  1. ネイルオイルで皮膚を保護
  2. 爪の削りすぎに注意
  3. 爪を健康に保つには
- ◆ オフィスで使える簡単アート
  1. 先端ラメライン
  2. パールで上品に
  3. ストーンを置くだけで華やかに

——— コロナ感染症対策に関するお願い ———

- ・体調がすぐれない場合や発熱がある方はご来所をご遠慮ください。
- ・新型コロナウイルスの影響により内容の変更や中止になる場合があります。

お申込みはこちら



027-252-0500

(平日 9:00-21:00 / 土曜・日曜・祝日・年末年始除く)

HPからも講座情報の閲覧・ご予約頂けます♪

ジョブセンターまえばし

<https://jobcenter-maebashi.com/>



ジョブセンターまえばし

〒371-0854

群馬県前橋市大渡町2丁目3-15

【指定管理者】セントラルグループ共同企業体

セントラルサービス CSテクノ セントラルリリーフ