

## 温め・ゆるめ・ほぐす シニア向けストレッチ&マッサージケア

高齢のシニアドッグは、筋肉や関節が硬くなり、通常のマッサージなどが負担になることがあります。高齢でも安心してできるケアで硬くなった体を温め・ゆるめ・ほぐす テクニックを学びませんか？シニアドッグ介護習得コース 講師の寺井聖恵が、老犬の訪問介護で実際に行なっているケアであり、テクニックです。首が床についてしまいそうに曲がってしまったハイシニアさんにも行えるケアです。ストレッチは、関節を無理して伸ばすことは一切しません。ゆるめてリラックスさせながら自然に体や関節を伸ばしていくゆるゆるストレッチです。シニアドッグにも負担がかかりませんが、施術する側も無理をさせることがないので安心して行なうことができます。日常的に行なうことで、ゆがみ予防も期待できます。

日時： 2018年 9/29（土） 13:00~16:30

### シニア&ハイシニア向け ゆるめるマッサージ&ストレッチ



- ・シニアの体 どこがどう硬くなる？どこをゆるめる？
- ・大切な温め ・温めポイント
- ・まずはリラックス&ゆるめる
- ・温めが不向きなシニアドッグには
- ・ハーブでリラックス ・ハーブ湿布
- ・ペットボトル簡易温灸でゆるめる
- ・マッサージをする前に
- ・マッサージして良い時、だめな時

- ・マッサージ方法 ・マッサージポイント
- 「ほぐすと歩きやすくなるポイント」など
- ・ゆるゆるストレッチとは

#### ◆参加費

シニアドッグ介護習得コース 卒業生	6,000 円
シニアドッグ介護習得コース受講生（9/15～開始の秋・冬コースを受講中の方）	7,000 円
シニアドッグ介護習得コース受講予定生（1月に始まるコースにお申込み済の方）	8,000 円
一 般	10,000 円

※ドッグライブラリー協会の「愛犬のための植物療法コース」を受講された方は一般価格から 1,000 円割引。

会場： 神奈川県葉山町長柄 705-503 講師自宅教室にて  
JR 逗子駅から車で 6 分。JR 逗子駅からの送迎あり。  
※犬との同伴できません。ご了承くださいませ。

お申込み： ドッグライブラリー協会 [www.doglively.com](http://www.doglively.com)  
メール [info@doglively.com](mailto:info@doglively.com)

Dog Lively  
Association  
ドッグライブラリー協会