

伝統文化と自然 知りたいこと体験したいことは沢山ある！

この冬は自分について考える時間と新しいことに挑戦する時間を作りたい。

「健康と家庭の医学」特別講座

990 健康を再定義 自分にとっての健康は何かを考える

開講日 1/31(金)10:00~11:30 受講料 3,980円 医師、医学博士、作家/稲葉 俊郎

私たちは生まれながらにして自分の体や心を持っているにも関わらず、体や心といった自分のことはほぼ何も知りません。今回は、私たちの体のこと、心のことをより深く知ることを目的とし、それは自分を知ることにも通じます。心身の困りごとがあるとすぐに病院に行くのではなく、まず自分自身を理解するいい機会と捉えてほしいと思います。その上で、いのちが持つ自然治癒力を高める場を共に創造していくことが、新しい医療の在り方そのものです。体のこと、心のこと、養生やセルフケアのこと、新しい視点でとらえなおしてみます。※講座中、グループワークあり



医学知識ゼロでも分かる「自分の仕組み」とは？
注目の医師が教える、
心身を大切に続ける術。



講師プロフィール

西洋医学だけではなく伝統医療、補完代替医療、民間医療も広く修め、医療と芸術、福祉など、他分野と橋を架ける活動に従事している。近著に「ことばのくすり〜感性を磨き、不安を和らげる33篇」などがある。

HP



Instagram



手染めの温もりをインテリアに

975 鯉のぼりのインテリアパネル

開講日 1/20・1/27・2/3・2/10(月)13:00~15:30

受講料 19,900円

ワタナベ鯉のぼり 伝統工芸士/古川 智



鯉のぼりは子どもの健やかな成長と立身出世を願う象徴として端午の節句に飾られる伝統的な飾り物。インテリアとして飾れるように岡崎市唐沢町にある明治37年創業ワタナベ鯉のぼりの伝統工芸士が教えます。



身近な雑草の力とおいしい料理

948 雑草を使ったカレーとクッキー作り

開講日 3/14(金)10:30~14:30

受講料 6,200円(食材費込)

雑草料理研究家/前田 純

焼き菓子と草木染め工房アンティマキ主宰/村田 牧子

春になるとビタミンやミネラルが豊富で生でも食べやすい雑草が多くできます。胃腸や体の疲れなどによいものが食べられるので、体調管理の見直しに活用できます。



伝統工芸を身近に

973 有松・鳴海絞 ワンピースを自由に絞り染めしよう！

開講日 3/10(月)13:00~15:30

受講料 18,900円(教材費込)

有松鳴海絞 括り職人/大須賀 彩

有松絞りの様々な伝統の技を受け継ぐとともに、現代の感性をも取り入れる有松鳴海絞括り職人、大須賀彩さんとワンピースを自由に絞り染めしよう！



トントンと自分で叩いて

974 一生大切にしたい銅鍋づくり

開講日 1/29(水)10:00~15:00

受講料 22,500円(教材費込)

Kanade copper主宰/奥田 邦宏

お鍋は家族の料理を作る大切なもの。だからこそ大切に作りませんか？熱伝導率が高くプロの料理家に愛されている銅鍋。そんな銅鍋をトントンと叩きながら作ります。



3ヶ月で作るショートムービー

130 岡崎発みんなで作るシネマ講座

開講日 1/17(金)・31(金) 2/7(金)・22(土) 3/8(土)・21(金) 10:00~20:30(撮影日は10:00~16:00)

受講料 9,900円(教材費込)

脚本家/広光 美絵

企画から撮影まで行い完成した映画は上映！俳優、音響、照明など各役割をローテーションで体験。出会った仲間と話し合い、一緒に悩み、喜びを分かち合うことも映画作りの魅力のひとつ。映画作りを体験しながら学べる内容です。



おひとりさま 4kg お持ち帰り

9931 9933 無添加手づくり赤味噌・米味噌教室

開講日 1/29(水)午前10:30~11:30 午後13:00~14:00

受講料 5,980円(食材費込)

手づくりの味 蔵っ工/宇佐美 正子

無添加の麴の香が特徴の味噌を手づくりしましょう。赤味噌か米味噌をお好みでお選びください。材料から容器まで準備するのでお気軽に参加できます。

