

■ラウンジセミナー <軽食付き> 事前申込制(抽選) お一人様 2 講座まで申込み可

● 各定員 20 名 ● 参加費 500 円

11月13日(水) 10:30~12:00

健康な体をつくるさじ加減
~ 何をどれだけ、いつどのように
食べたらよいか ~

食事の時間は家族や自分とのやり取りの時間です。食事を美味しく、楽しく食べることは幸福感を高め、健康寿命を延ばすことが分かっています。食べるという毎日行うことを、より良いものにしていつまでも元気にお過ごし頂く「さじ加減」をお伝えします。

~プロフィール~

仙台市青葉区保健福祉センター
訪問指導員・訪問栄養相談員
宮城県予防医学協会
特定健診・保健指導員・健康講話講師
自宅にて料理教室“kitchen minimamu”
ライフステージ別料理教室主宰

○ 講師
料理家・管理栄養士
吉村 和美 氏



11月20日(水) 13:00~15:00

声に出して
本を読んでみませんか

深まる秋に、これまでと違った本読みはいかがですか？声優や舞台俳優として活躍されている樋渡氏が、声に出して読む「リーディング(音読)」の世界に誘います。言葉にすることで、さらに広がる物語の世界観をご一緒に体感しましょう。

※ 午後は軽食ではなく、
ケーキセットとなります。

○ 講師
俳優・声優
SENDAI座プロジェクト
樋渡 宏嗣 氏
(マウスプロモーション所属)



11月23日(土) 10:30~12:00

彫刻家 山中環さんが語る
「石で彫刻を作る仕事場から」

石という素材を使って割ったり削ったり磨いたりして形を作っていく作業を、仕事場で撮った写真や動画をご覧ください。ただきながらお話ししていただきます。作業中の仕事場の風景や自然の写真も併せて。同日開催中の山中さんの作品展もどうぞご覧ください。

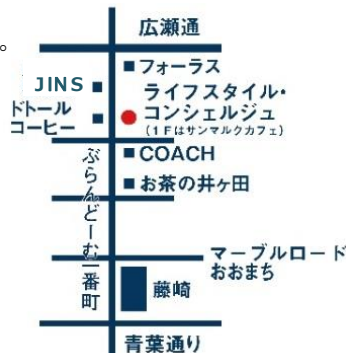
○ 講師
彫刻家
山中 環 氏



お申込みフリーダイヤル **0120-417-541** 営業時間 10:00 ~ 18:00
(定休日 月曜日)

~ Information ~

- (1) ラウンジセミナーは、お申込みが既定人数(各40名)に達し次第、受付を終了し、抽選によって参加者を決定いたします。抽選結果は、各講座の一週間前までに電話連絡いたします。お一人様 2講座までのお申込みとさせていただきます。
- (2) 会場(2F)にエレベーターはございません。
- (3) セミナー時間は軽食タイムが含まれます。
- (4) 参加費は当日申し受けます。参加費は、一般社団法人宮城骨髄バンクに全額寄付いたします。



仙台市青葉区一番町 3-11-8-2F

■アートスペース企画 <入場無料>

山中 環 石彫展
「石の一筆書き」

11月16日(土) ~ 11月30日(土)

石で空間に一筆書きで描いたような作品や、石に思いのまま彫った線を金色に浮かび上がらせた小さな作品などをご覧ください。



STONE HEAD FACTORY <http://www.tamaky.com>

● 作者来場日 ※下記日程の13:30~16:30にいらっしゃいます！
11月16日(土)・17日(日)・23日(土)・24日(日)・30日(土)

プロが撮ります！ラウンジ写真館

撮影日 10月 18日(金) 10:00~15:30
11月 17日(日)

撮影代 6,000円(税込)
※画像データでお渡し

事前申込制・限定10名



写真家 茅原田 哲郎氏

自然光のみで撮影する写真家 茅原田 哲郎氏の写真は、とてもナチュラルで満足度の高い仕上がりがです。ぜひお気に入りの服装でお越しください。撮影時間はお一人様 約30分 (撮影時間は個別指定)

