

おかげさま

便り 平成26年
10月号

富田地区会館

この会・この人

今回は茶葉料理【イオスの会】の加藤典子先生にお話を伺いました。

<食について>

ただ食べる、ただ空腹を満たすだけでなく、他の生命をいただく、

野菜・肉・魚に感謝して自分のエネルギーに生かさせていただきます。

全体食・・・一物は全体でいきているので、葉も皮も一緒に食べる。

季節・・・その土地で取れた旬の物を食べる。

気をつけるのは農薬や添加物です。現在はグルメブームにより摂取

する情報が多いです。

私たちの身体が悲鳴をあげるまで気づかないことがほとんどです。

栄養の摂取自体より消化吸収し排泄する事の方が重要です。

<ハーブについて>

・レッドクローバー(ヨーロッパ大陸)ホルモンバランス 旧約聖書にも記述され、世界で最も多く使用されています。

・ハーバリン(アジア大陸)免疫力強化 釈迦が法話のなかで語り、古来より伝わっています。

・インディアンセージ(アメリカ大陸)消化・浄化・殺菌 心と身体の健康のため太古から受け継いでいます。

3種類のハーブがブレンドされた事により、相乗効果がはたらきます。

体内に蓄積された毒素を排泄する優れた作用をもち、細胞再生を促進し免疫力が正常に機能し自己治癒力が向上します。出がらし茶葉を使用する事により(全体食)肉・魚の臭味や硬さを柔らかくし、素材の旨みを引き出してくれます。短時間で料理できて美味しいです。

食べたい! 作りたい! 話したい! 笑いたい! 楽しい時間を一緒に体感しましょう!



『10月は17日です』 毎月1回 金曜日13:00から 富田地区会館 2階実習室
連絡先 : 加藤 典子 090-4253-7998 (電話 ショートメール)

次回の初日受付は

11月1日(土)です、平成27年2月分となります。

★朝 9:15分開館

★9:30分 受付開始です

御礼 『繚乱の華』地区会館3館合同の展覧会

名古屋市民ギャラリー矢田第3展示室にて、地区会館3館合同の展覧会を平成26年9月23日～9月28日の6日間開催いたしました。

2回目の合同の展覧会でしたが、おかげさまで開催中は爽秋の気候で多数の皆さんにご来場いただきました。

富田地区会館からは『唐筆会』・『ビーズの会』・『緑書会』

『シャドウボックスE.M.SPRING』の皆さんに作品を出展していただきました。

エコクラフトの先生のご協力でワークショップも開催いたしました。

ご協力ありがとうございました。

★催し物・新講座のご案内

【和装を楽しもう】体験教室 11月26日(水)1回目13:30～15:00、2回目15:30～17:00

【和装を楽しもう】着付け講座 12/3、12/10、12/17、1/7、1/14、1/21の水曜日
6回講座を1クール、午前の部10:00～12:00、午後の部13:00～15:00

募集人数 各10名 (事前申込み必要) 1回1300円(6回一括6000円)

【民謡うたの会】新規講座 10月スタート 10/5、10/26、毎月2回日曜日10:00～12:00

募集人数 5名 (事前申込み必要) 1回1000円(個人レッスン2000円)

【マナー教室】新規講座 全日本作法会(平下先生)11月スタートの予定
マナーの基本、公共のマナー、訪問・応接のマナー、飲食のマナー
贈答のマナー、儀式(慶事・弔事のマナー)、伝達のマナー
パーティーのマナーなどの講座を1クールずつ行います。

★お問い合わせ・申し込み受付は富田地区会館 052-302-0031



《文化祭開催日》

★11月15日(土)
10:00～16:00

★11月16日(日)
10:00～15:00

前売り【呈茶券】を10月15日より販売いたします。どうぞご利用ください。

駐車場が少ししかありません。公共の交通機関をご利用ください。



発行

名古屋市富田地区会館
〒454-0962 名古屋市中川区戸田四丁目2502番地
Tel・Fax 302-0031

<http://tomita.chikukaikan.com/>



当館をご利用いただいている、教室・サークル・グループ等のメンバー募集&紹介を、掲載しています。
ご希望がありましたら、受付に原稿用紙を用意していますので、必要事項を記入し申込みください。

