

# 4月の感性カルチャー教室

4/23  
(水)

## 「食パフォーマンス」講座 ～春の食材と行事食～

13:00～14:45

講師 伊藤 百合子 (B-Style代表)  
アスリートフードマイスター  
食生活アドバイザー

「いつ・何を・どのように」食べたら良いのか？  
身体づくりや健康維持のために自分で食事管理ができる  
ように…「食」のパフォーマンスアップを指導します。  
今回は「春の食材」と「日本の行事食」等を学んでいきます。



## 「押し花」講座 ～春らしい押し花～

13:00～14:45

講師 わしきた ひでよ (アトリエHANA代表)  
押し花インストラクター  
グラスアートインストラクター

自然の中の花・草・葉・茎…など、沢山の種類の押し花を使って  
オリジナルのイヤリングや箸置き、ピルケースなどを作製します。  
春をイメージした素敵な作品を作ってみましょう。  
友達や知人など、送りたい人をイメージして作るのも楽しいです。



4/28  
(月)



★個別相談、見学・体験、随時行なっておりますので、ご予約の上、お気軽にお越しください。

ご予約・お問合せは…



就労移行支援事業所 **カラフル**

みんなちがって、みんないい。



〒980-0811 仙台市青葉区一番町2-5-22 GC青葉通りプラザ4F  
TEL 022-797-2531 FAX 022-797-2107  
E-mail: info@colorful-sendai.com

