

1月の感性カルチャー教室

1/21
(水)

「食パフォーマンス」講座 ～年の初めの食～

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…
「冬の食材」と「新年の行事食」、そして今回は「カカオ」について学びます。
発酵食品で体にも良いと言われる「カカオ」の食べ比べをしてみましょう！



1/29
(木)

「新年書き初め」講座 ～自由に描く書～

13:00～14:45

講師 大塚 耕志郎 (書家)

仙台を中心に創作活動を行い、教室や書のワークショップや障がいを持つ人たちへの創作指導、作品展などを行っています。

パソコンやスマホで文章を書くことがほとんどになりましたが、書の美しさを改めて見直してみましょう。墨の香りの中で、ゆったりとした気持ちで、オリジナリティあふれる文字やアートを描いてみましょう。



★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

