



敬老の日  
特別講座

# 箸はしと和食で 健康長寿

箸の語源や歴史といった「箸学」から、  
加齢に伴う体力低下で  
箸が持てなくなることの予防策、  
最期まで箸で食事することの大切さなどをお話します。

「折形」を使った簡単な  
箸置きづくり体験もあります！

2018年

日時

9月17日(月・祝)  
11:00~12:00

場所

大和市文化創造拠点 シリウス  
4階図書館 健康テラス

参加  
無料

申込

9月1日(土) 10:00より受付開始(健康コーナー  
カウンター または 電話046-263-0211)  
大人向け 先着20名

講師

平沼 芳彩 氏

箸文化講師/みんなのお箸プロジェクト代表

礼法講師としての経験、及び自身の子育て・孫育ての経験から、  
「マナー教育や食育で基本となるのは毎日の食生活であり、  
お箸遣いである」との確信を得る。  
以来、箸文化や箸遣いに関するセミナーや、my箸作りを行う  
ワークショップを多数開催。子どもの手にフィットしやすい  
お箸や、ユニバーサルデザインを採り入れたお箸など、  
オリジナル箸の開発も手がけている。

\* 講座の様子をホームページ・フェイスブック等で紹介させて頂くことがあります。

主催：やまとみらい(大和市文化創造拠点 指定管理者)

講座に関するお問合せ：大和市立図書館 電話046-263-0211 または 4F健康コーナーカウンターまで