

第153回  
わくハラ  
勉強会

# 講座開催のご案内

講座の受講は1つだけでも、すべてでも、いくつでもご参加いただいて構いません。お聞きになりたい講座の、開始時間までにお越しください。

※前講座との入れ替えのため、多少お待ちいただく場合があります。

日時 **1月15日** 日

講座の簡単な内容や  
講師プロフィールは  
こちら ▶▶▶▶▶▶

13:30~14:20 講師 ● 山本 紘彰 (静岡市在住) **参加費 500円**  
珈琲で世界を笑顔にする 美味しい珈琲講座

14:30~15:20 講師 ● 勝又 千里 (静岡市在住)  
健康と料理代行

15:30~16:20 講師 ● 石井 隆司 (静岡市在住)  
髪や頭皮は、あなたの健康をあわらします。

● 定員 **30名** ※定員になりしだい受付終了

※申込みはこちら ▶▶ <https://goo.gl/W9xZEo> ▶▶



● 会場 **アイセル21**

第45集会室 施設駐車場は70台のみ

- バス・JR静岡駅北口8番のりば  
県立病院高松線(県立総合病院)  
「アイセル21」下車
- 駿府浪漫バス「中央公民館前」下車
- 徒歩・JR静岡駅北口より30分  
・静鉄新静岡駅より20分  
・静鉄日吉町駅より15分



主催：静岡わくわくハラハラ勉強会

静岡から日本を元気にしちやえがコンセプト。  
自分の知りたいことを聞くことができる。  
自分が得意なことを教えることもできる。  
聞く人は「わくわく」、教える人は「ハラハラ」。

そんなワイワイ楽しい勉強会を開催中!  
こちらで最新情報をチェックできます。  
▼Facebook ページ▼  
[www.facebook.com/shizuoka.wakuhara](http://www.facebook.com/shizuoka.wakuhara)

# 講座内容・講師のご紹介

● 13:30~ 珈琲で世界を笑顔にする 美味しい珈琲講座

どうも皆さんこんにちは!

珈琲で世界を笑顔にする、Coffee stand No nameの山本紘彰です!

何気なく飲んでいる珈琲、嗜んでみませんか?

実は飲み方を極めるとワインを飲んでいる時の様な優雅な時間を楽しめるんです!その飲み方、淹れ方をお教えます。勿論珈琲の飲み比べ付き!

※珈琲講座のみ参加費:500円が必要となります。(当日受付でお支払い)

講師 ● 山本 紘彰 (静岡市在住)

Coffee stand No nameのオーナー

● 14:30~ 健康と料理代行

現代は、デパート、スーパー、コンビニ、通販などで、好きな食べ物を好きなだけ食べれる飽食の時代です。美味しい食べ物がたくさんあって素晴らしい時代ではありますが、日々、好きな物だけ食べていたら身体はどうなるのでしょうか?改めて健康について一緒に考えていきましょう。

そして、その健康と日々の食生活のサポートができる料理代行というお仕事について知って頂きたいと思います。

講師 ● 勝又 千里 (静岡市在住)

駿東郡長泉町育ち。現在、静岡市在住。

営業、サービス業の勤務を経て、料理に関わる仕事に長く関わってきました。結婚してからは、料理教室を10年、家事代行、家政婦を経て、現在、料理代行ダイニングKを起業いたしました。

● 15:30~ 髪や頭皮は、あなたの健康をあわらします。

健康を表すときによく使われる足ツボ。頭皮にも、足の裏以上に細かいツボが沢山あります。頭皮専用のカメラで見ることで健康状態を判断します。

全く痛みも何もないので心配しないでください。

希望者がいれば、当時診断をさせていただきます。

講師 ● 石井 隆司 (静岡市在住)

美容室、髪森をオープンして10年目になります。

美容室髪森は、パーマやカラーに頼らず、一人一人の本来の健康美を追求する、全く新しい美容室を目指しています。