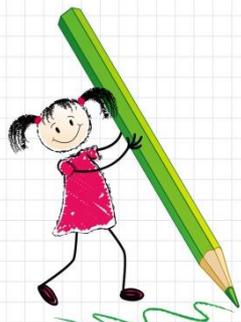


# QOL(Quality Of Life)の

## 向上を

## めざそう!!



こころ  
と身体

- ・イライラや不安
- ・病気と生活

食事

- ・美味しく楽しい
- ・身体づくりの源

安全と  
安心

- ・私たちの町の安全
- ・安心して暮らせる

### 第1回 勉強会

平成28年 9月17日(土) 午後2時~3時30分

場 所 : 灘中央自治会館

講 師 : 生駒 雅司 (未来につなぐ食育倶楽部会員「食育仕事人」)

テーマ : 「美味しく楽しい食育」

好評を頂き終了!

### 第2回 勉強会

平成28年 11月19日(土) 午後2時~3時30分

場 所 : 篠原会館 (裏面参照)

講 師 : 井上 明則 (元自衛官)

テーマ : 「海と日本と安全保障」



### 第3回 勉強会

平成29年 3月18日(土) 午後2時~3時30分

場 所 : 岩屋地区 (予定)

講 師 : 高野 奈美恵 (アンガーマネジメント講師)

テーマ : 「怒りの感情の扱い方や、イライラの解消法」



### 第4回 勉強会

平成29年 6月17日(土) 午後2時~3時30分

場 所 : 原田資料館

講 師 : 生駒 雅司 (食育仕事人)

テーマ : 「簡単で美味しい食事を一緒に作りましょう!」(会費制)



※ 参加費無料!! (第4回は材料費実費)

☆ お子様はキッズルームで、楽しく遊んで過ごします。

第2回  
勉強会

平成28年 11月19日(土) 午後2時~3時30分

講師：井上明則氏(元自衛官)



テーマ：「海と日本と安全保障」



学歴：日本大学農獣医学部農業工学科卒業

第25回全日本カッター競技大会準優勝クルーメンバー

職歴：海上自衛隊 航空用兵幹部

(哨戒ヘリコプター操縦士、操縦教官)

第36期一般幹部候補生として聖地江田島における1年間の厳しい訓練に耐え、約5ヶ月間の北米・中米方面遠洋航海(海上実習)に参加。大村航空隊(長崎県大村市)、第101航空隊(千葉県館山市)に哨戒ヘリコプター操縦士として勤務するほか、離島からの急患輸送や雲仙普賢岳噴火災害派遣に従事

映画「亡国のイージス」の主担当として細部調整を行う

講演：大学ゼミ、高等学校における授業

幼稚園・小学校・中学校における南極の氷を使用した授業

<会場案内>

篠原会館

神戸市灘区篠原中町2-4-9

TEL078-871-1673



<参加申込み>

氏名 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

電話番号 ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_

メールアドレス \_\_\_\_\_@\_\_\_\_\_

※Fax 番号 078-801-7789 か、[kitahama@green.zaq.jp](mailto:kitahama@green.zaq.jp) までお申込み下さい