

…こころをほぐす・こころをつなぐ…

クッキングセラピー

‘ つくる・食べる・語る ’
癒しの時間 クッキングセラピー です。



= 日程 =

「つくる」「食べる」は、いのち・生活の基本です。
素材の彩り、形の変化は「つくる」楽しさであり、驚きでもあります。
また、その彩りにのせて「食べ・語る」中で、
心は不思議とほぐけ、そしてつながっていくのです。

(工房カモミール パンフレット より)

= メニュー =

佐藤初女さんのおにぎりづくり
彩りいっぱい野菜のラタトゥイユ
紅茶鶏、人参の白和え、チョコブラウニー (予定)

* どちらかを選択ください *

①
6月10日(金)
10時～13時

②
6月14日(火)
10時～13時

「講師」

ほんだ としこ
本多 利子さん [臨床心理士、クッキングセラピー工房カモミール主宰]

20年余り大阪府の中学・高校に勤め、大学院で心理学を専攻する。現在は、大阪府立高校スクールカウンセラー、日本ピアサポート学会大阪副支部長。不登校親の会。共著『もうひとつの学校』(ナカニシヤ出版)ほか。
自宅をリフォームして「住み開き」を実践している。



- ◆日 時: ① 6月10日(金) ・ ② 6月14日(火) <いずれも10～13時>
- ◇対 象: テーマに関心のある方 各回15人
- ◆材料費: 1,000円 (当日 徴収します)
- ◇持ち物: エプロン、三角巾 (バンダナ等)、手ふきタオル
- ◆保 育: 10人 (1歳～就学前まで、要予約) 無 料
- ◇申込み: 5/6(金) ~ 5/18(水)17時締切 (*定員を超えた場合は抽選となります*)

窓口・電話 または センターのHPからお申込みください。
締切日以降に、結果を全員にお伝え致します。

[定員に満たない場合は、締切日以降も受付します。お問い合わせください]

主 催: 宝塚市立男女共同参画センター・エル

宝塚市指定管理者

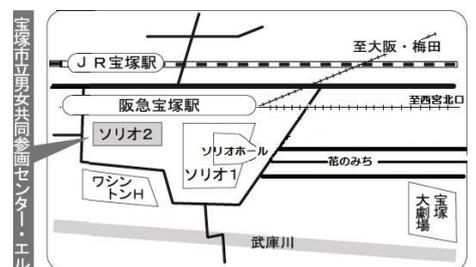
NPO 法人 女性と子どものエンパワメント関西

宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階

電話: 0797-86-4006 FAX: 0797-83-2424

<http://www.takarazuka-ell.jp/>

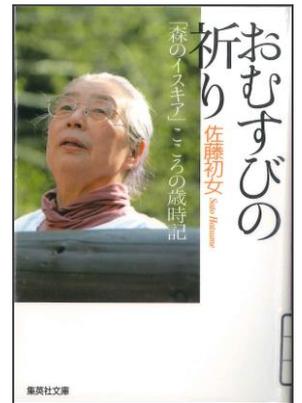
(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)





佐藤初女さんのおにぎり とは・・・

佐藤初女さんは、岩木山のふもとで救いを求めて訪れる人たちの癒しの場「森のイスキア」を主宰。全国から訪れる人をおにぎりなどでもてなし、悩みを聴きました。その活動は、95年、ダライ・ラマ法王らとともに出演した映画『地球交響曲第二番』（龍村仁監督）で広く知られるようになりました。

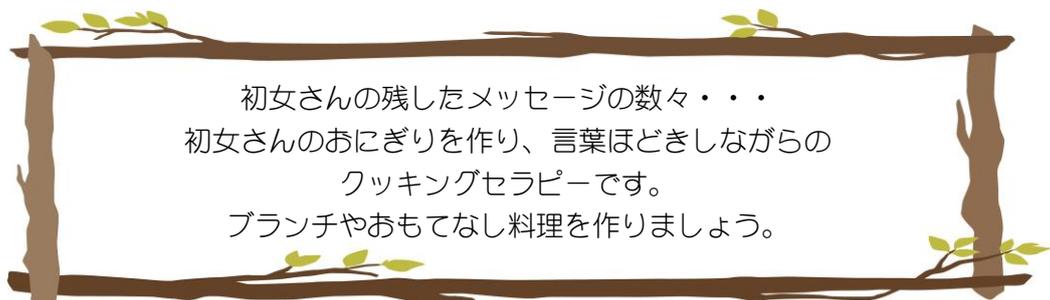


《 佐藤初女さんの訃報によせて 》

2月1日、佐藤初女さんが亡くなりました。
 もう20年も前に訪れた青森の <森のイスキア>。
 「すべてのいのちあるものと接するときには、
 私は精いっぱい心を使いたい。
 それが人であれ料理の素材であれ同じこと。」
 と、ゆっくりと傍らで見守ってくださったあの空間。
 ふきのとうやタラの芽の香り、お米の一粒一粒がしっとり心に
 収まった不思議なおむすび。握る手の優しさとまなざし。
 以来、初女さんの言葉や生き方は、カウンセリング という私の
 仕事や忙しい日常生活を振り返る「揺れない主軸」になっていった。

本多 利子

森のイスキア主宰
 佐藤 初女さん(さとう はつめ) 福祉活動家、森のイスキア主宰(卒) 1日、乳がんのため死去、94歳。青森市出身。葬儀は6日午前11時から青森県弘前市百石町小路20、カトリック弘前教会で。喪主は孫信平(しんぺい)氏。
 元小学校教諭。83年から悩みを抱えた人々を弘前市の自宅に受け入れ、92年に岩木山の麓に山荘「森のイスキア」を開設。来訪者の相談に耳を傾け、食でもてなし癒やすことで再出発を支えてきた。国際ソロプチミスト女性ボランティア賞受賞。
 東京 2・2
 女性情報 2016年3月号



初女さんの残したメッセージの数々・・・
 初女さんのおにぎりを作り、言葉ほどきしながらの
 クッキングセラピーです。
 ブランチやおもてなし料理を作りましょう。