

Let's OISHI!@ばしょう菜

おいしいはなしとおいしいごはん♪

おいしいごはんを美味しく味わい、自分自身を美味しくする毎日、送っていますか。

自分にとっておいしいもの（=自分にとっての好物で、そのときどきの自分の肥やしとなり、栄養となってからだにエネルギーをあたえ、いまの自分をかたちづくっている要素）いくつありますか？

おいしい場所、おいしい友達、おいしいスキル、おいしい先生、おいしい趣味、おいしい価値観、おいしい家族・・・

一つひとつをことばにすると、見えてくるものがあります。他のひととシェアするとわかってくることがあります♪

日 時 2020年2月24日（祝）10時半～14時

場 所 ばしょう菜（東京スカイツリーライン 西新井駅東口徒歩4分<ギャラクシティ並び>）

参加費 1,000円（ばしょう菜特製ランチ<含ドリンク・デザート付>）

対 象 おいしい野菜が好きな方ならどなたでも

プログラム

<1>「おいしい野菜」をつくる要素を知るお話

10時半～11時

by つくる・語るキャリアコンサルタント すうさん

おいしい野菜をつくるために必要なもの、手入れの方法、野菜の種類などについてお話しいただきます。



<2> おいしい自分になるためのワークショップ

11時～12時半

by エナジェティック熱血ファシリテーター 須藤にいさん

自分のことを振り返り、いまの自分に向き合い、参加者同士でシェア。自己理解を深めて次のステージに向かうきっかけを作りましょう ^^



<3> おいしい仲間とおいしいご飯をワイワイ味わう

12時半～14時

by コミュニティづくりコーディネーター 安世ねえさん

安世ねえさんが運営するコミュニティカフェの特製ランチを味わいながらわいわいおしゃべり♪



申し込み：なりわいプロジェクト事務局 tenkakeru@gmail.com / 090 8087 8484

主催：なりわいプロジェクト/協力 ばしょう菜・NPO 法人フリースペース PEACE

足立区公益活動げんき応援事業助成金事業

