



Feel ~やすらぎと香りの楽しみ方~



9/4
(日)

第1回

「おいしいコンサート」~コーヒー講座とアフタヌーンJAZZ~

講義内容

一杯のコーヒーから幸せな時間が生まれます。プロに学ぶコーヒーの『選び方・入れ方・楽しみ方』の2回目。成田専蔵氏をお招きしたコーヒーのお話と実演講座で、自分のためにそして大切な人のためにおいしいコーヒーと出会いませんか。後半は淹れたてのコーヒーとジャズの生演奏で芳醇な時間をお届けいたします。

講師

※コーヒー担当 **成田専蔵** 弘前コーヒースクール主宰
日本コーヒー文化会常任理事、あomorいコーヒーライセンス委員会委員長
※ジャズ演奏担当 **木村貴子** 青森中央短期大学 幼児保育学科 専任講師 他
ニュージーランドマッセイ大学ウェリントン校JAZZ科卒業、音楽教育学修士、日本サウンドスケープ協会会員

対象 一般(定員100名)

時間 14:00~15:30

場所 本学学術交流会館 2階

参加費 500円

9/10
(土)

第2回

癒しのアロマハンドマッサージ

講義内容

何かとストレスの多い毎日、アロマの優しい香りに包まれながら、ハンドマッサージで癒されてみませんか？アロマセラピーの楽しみかたと、誰でもできるハンドマッサージのテクニックをお教えいたします。お気軽にご参加ください。

講師

村山志津子 青森中央短期大学 看護学科 教授
AIAHSアロマセラピスト、皮膚・排泄ケア認定看護師、医療リンパドレナージュセラピスト

対象 一般(定員30名)

時間 10:30~12:00

場所 本学7号館5階 実習室

参加費 500円(アロマ精油代金等)

※準備するもの/タオル、ティッシュペーパー

10/8
(土)

第3回

やすらぎの空間作りは心のふれあいから~介護体験を通して~

講義内容

人はひとりでは生きることができません。私たちは、一人ひとりが自分らしく生きるための「守り手」になります。そこで、地域にお住まいの高齢者とふれ合い、よりよく生きることを分かちあいませんか。

講師

中村純子 青森中央短期大学 専攻科福祉専攻 専任講師
介護福祉士、介護支援専門員、認知症ケア上級専門士

対象 中高生(定員20名)

時間 13:00~14:30

場所 横内市民センター 体育館

参加費 無料

※当日は活動しやすいズボン、ジャージ、上履きをご持参ください。

共催：青森県福祉・介護人材確保対策事業

12/10
(土)

第4回

クリスマス親子クッキング

講義内容

包丁や難しい技術を使わなくても楽しく作れる料理を中心に、クリスマスの料理やデザートなどを4品程度作ります。クリスマスを演出する盛りつけ方なども紹介します。ご家庭で料理をしたことがないお子さんも大歓迎です。親子で一緒に料理を楽しみましょう！

講師

木村亜希子 青森中央短期大学 食物栄養学科 専任講師
県内高校勤務(家庭)を経て現任

対象 幼児~小学生とその保護者20組

時間 10:00~12:30 (9:50集合)

場所 本学1号館2階 調理室

参加費 親子1組800円 一人増えるごとに300円追加

※準備するもの/エプロン、バンダナ(三角巾)、子ども用の上履き

共催：社団法人フードスペシャリスト協会

子どもの食品加工講座

さけるチーズを作ろう!

講義内容

「さけるチーズ」とは、モッツアレラチーズを引きのばして固めたフレッシュチーズで、糸状にさける所が一番の特徴です。作り方は、牛乳タンパク質をレンネットで固めた後、温めながら細長く形を作ります。お子様をはじめ、家族全員で楽しみながら作れるチーズです。うまくさけるかどうかは、作ってみてのお楽しみ!

講師

棟方秀和 青森中央短期大学 食物栄養学科 准教授
弘前大学医学部助手を経て現任

共催：社団法人フードスペシャリスト協会

6/11
(土)

対象 小学生30名(3年生以下は保護者同伴)

時間 10:00~12:30 (9:50集合)

場所 本学1号館2階 食品加工室

参加費 500円

※準備するもの/エプロン、バンダナ(三角巾)、子ども用の上履き



●申し込み方法 下記の申し込み先まで、参加者の氏名、連絡先を電話、FAX、メールにてご連絡ください。シリーズでもお申し込みいただけます。

●申し込み先 青森中央短期大学 公開講座 〒030-0132 青森市横内字神田12番地
TEL 017-728-0121 FAX 017-738-8333 メールアドレス：csk@chutan.ac.jp