

生き生きとした人生を謳歌するための「土佐の文化皿鉢」

NPO 法人高知県生涯学習支援センターでは、2015年度事業として、連続講座「土佐の文化皿鉢」を開催いたします。

高知県は、県民が健やかで心豊かに支え合いながら、生き生きと暮らすことができる「日本一の健康長寿県」を目指しています。

そのためにシニアが退職前も退職後も、自助自立の精神で自分の可能性を追求し、生きがいのある充実した生活が送れるよう、ライフスタイルの選択の幅を広げ、融通性のある生活の仕方を作っていけるよう様々なテーマの講座を開催いたします。

土佐には伝統料理の「皿鉢」があります。これは大皿に様々な料理を盛り合わせたもので、講座名の「文化皿鉢」も型にとらわれず様々なテーマを盛り込むという意味を含んでいます。高知県には素晴らしいお話を聴かせてくださる講師が大勢いらっしゃいます。毎月1回、全10回の講座で一緒に考えたり、笑ったり、しみじみと語りあったり、楽しく学んで、「参加して良かったなあ」と思える時間を作りたいと考えております。

1人でも多くの県民の皆様に、年代を問わずご参加いただけますよう、よろしく願いいたします。

- 事業名 「土佐の文化皿鉢」
- 主催団体 特定非営利活動法人 高知県生涯学習支援センター
- 会場 高知県教育センター分館南棟1階大講義室
高知市大原町132番地
- 事業日程 平成27年6月～平成28年3月
(毎月1回/計10回開催)
開場 13:00 講演 13:30～15:00
- 参加費 無料

回	開催日	演題	講師
1	平成27年6月25日(木)	色の力を活用した心穏やかな生き方	山崎真理氏 (オフィス山崎)
2	平成27年7月16日(木)	笑う門には幸福来る	淀家萬月氏 (吉本興業)
3	平成27年8月31日(月)	気象と防災	高知气象台
4	平成27年9月17日(木)	心の栄養足りていますか? ～仏の教えに学ぶイキイキ人生術～	海老塚和秀氏 (竹林寺住職)
5	平成27年10月22日(木)	まんが王国土佐の可能性	くさか里樹氏 (漫画家)
6	平成27年11月19日(木)	食と健康	下田起義氏 (下田食品)
7	平成27年12月17日(木)	ブログを活用した豊かな人生	イケダハヤト氏 (プロブロガー)
8	平成28年1月28日(木)	高知の城跡から歴史を学ぶ	中島重勝氏 (土佐南学研究者・講師)
9	平成28年2月25日(木)	自分でできる健康チェック	細木病院
10	平成28年3月17日(木)	幸せなエンディングノートの記し方	寺村氏

「土佐の文化皿鉢」2015年6月～2016年3月



第1回 平成27年6月25日(木)

講師：山崎真理氏(オフィス山崎)

演題「色の力を活用した心穏やかな生き方」

黒い洋服を着るとシワが増えるとは衝撃でした。多くの顔周りには明るい綺麗な色をもってくるなど色を味方につけ人生を楽しく生きるヒントがいっぱいのおしゃれな講座でした。



第3回 平成27年8月31日(月)

講師：見定吉信氏(高知气象台)

演題「気象と防災」

天候が回復しても警報や注意報が解除されないのは、り、地中に沁み込んだ大量の雨が、土砂崩れなどの災害を引き起こす危険性があることなど、過去の台風やなって大雨被害の状況を基に説明してくださり、的確な情報を得てすばやく避難することの大切さを学びました。



第2回 平成27年7月16日(木)

講師：淀家萬月氏(吉本興業)

演題「笑う門には幸福来る」

台風が近づいてくる中、来た甲斐があったと多く参加者が喜ぶ満点大笑いの講座でした。毎日笑うことの大切さを教えていただきました。



第4回 平成27年9月17日(木)

講師：海老塚和秀氏(竹林寺住職)

演題「心の栄養足りていますか？」

～仏の教えに学ぶイキイキ人生術～

心に響くありがたい言葉や笑いがたくさんあり、心にたっぷり栄養をいただきました。「一日一生」で心をこめて、人の「こだま」と生きて行きたいと感じさせられた時間でした。

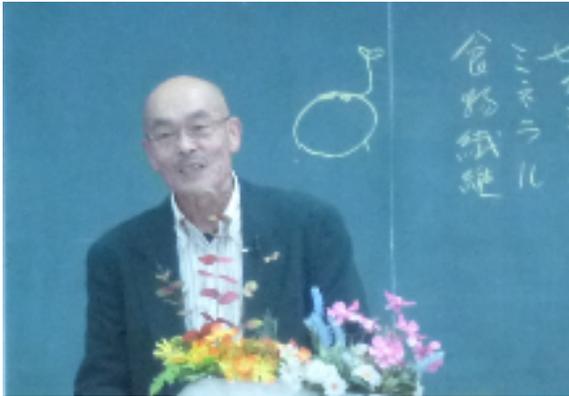


第5回 平成27年10月22日(木)

講師：くさかり樹氏(漫画家)

演題「まんが王国土佐の可能性」

演題どおりの土佐の可能性を大いに感じられる講座でした。まんが脳、発想の転換で困難を乗り越えられる気がしてくる前向きな楽しい講演でした。



第6回 平成27年11月19日(木)

講師：下田起義氏(下田食品)

演題「食と健康」

身近にある大豆、豆腐の素晴らしい力を改めて感じる講演でした。家計にやさしい食材である大豆、料理方法を工夫して食卓にどんどん載せたいとみんなが思いました。

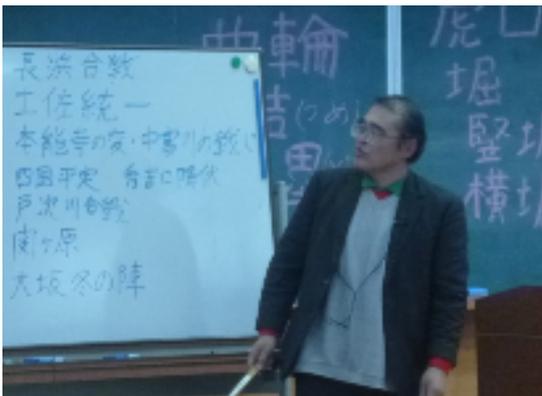


第7回 平成27年12月17日(木)

講師：イケダハヤト氏(プロブロガー)

演題「ブログを活用した豊かな人生」

イケダ氏のお話の面白さにインターネットやブログについて不案内な参加者も前のめりで受講しました。都会から高知に移住されたイケダハヤト氏から見た高知の文化など楽しいお話であつという間に時間が過ぎました。



第8回 平成28年1月28日(木)

講師：中島重勝氏(土佐南学研究者・講談師)

演題「高知の城跡から歴史を学ぶ」

演題の内容よりも雑学のほうが多い講演でしたが、これも土佐人らしいということでしょうか(^O^)



第9回 平成28年2月25日(木)

講師：片岡典代氏(細木病院)

演題「自分でできる健康チェック」

日々、糖尿病診療に関わっていらっしゃる片岡氏からの健康に生きるための情報が満載の講座でした。



第10回 平成28年3月17日(木)

講師：石橋照久氏(明日への絆)

演題「幸せなエンディングノートの記し方」

元税理士の石橋氏ならではの相続についてのお話など、これからすべき課題が満載で、長くなった老後をどう生きるかを考える時間となりました。