

平成 28 年 11 月 28 日

< 『いきがい・絆・健康・くつろぎ』 情報 >

リソル生命の森「お茶の間ゼミ」12 月の日程

「整理収納」「肺の健康」「年越しそばを作ろう」「クリスマスコンサート」ほか

多世代交流型コミュニティを幹としてゴルフ、ホテル、ライフサポート、リゾートライフを枝とするツリー型事業を展開しているリソルグループ（本社・東京都新宿区）が都内から約 1 時間の首都圏で運営する多世代交流型リゾートコミュニティ「リソル生命の森」（千葉県長柄町）では、“いきがい・絆・健康・くつろぎ”をテーマとした各種講座「お茶の間ゼミ」を連続開催しております。

2016年12月開催予定の各種講座は下記のとおりです。

<リソル生命の森「お茶の間ゼミ」2016 年 12 月の各種講座予定>

■快適に生きるための整理収納～片付けの基本は「さ・し・す・せ・そ」

- ・開催日時：12月4日（日）13:00～14:30
- ・開催場所：リソル生命の森 フォレストアカデミー（定員 30 名）
- ・受講料：無料
- ・講師：坂元弘美氏（ハウスキーピング協会 整理収納アドバイザー 1 級）

■健やかに過ごしていくために「肺の健康を考える」

- ・開催日時：12月11日（日）13:00～14:30
- ・開催場所：リソル生命の森 フォレストアカデミー（定員 30 名）
- ・受講料：無料
- ・講師：潤間励子氏（千葉大学総合安全衛生管理機構 講師）

■はじめての蕎麦打ち 3 「年越しそばを作ろう」

- ・開催日時：12月17日（土）9:00～13:30
- ・開催場所：リソル生命の森 フォレストアカデミー（定員 10 名）
- ・材料費：1,500 円（税込）～エプロン、前掛け、タオルなどの用意必要
- ・講師：代市一夫氏（全麵協蕎麦打ち三段）

■日比野和子と歌う仲間たち～生命の森混声合唱団「クリスマスコンサート」

- ・開催日時：12月25日（日）13:00 開演（開場 12:30）
- ・開催場所：リソル生命の森 森のホール ・参加費 500 円（全席自由席）
- ・指揮：日比野和子氏 / ピアノ：マグルーダー雅子氏 / ソプラノ：マグルーダー 絵美里氏 / 賛助出演＝歌声カフェ、アンサンブルしおん、ほか

■上記のほか、複数回・連続開催中の「お茶の間スクール」も開催されます。

「楽しもう朗読」第 3 回 ～物語を読もう 12 月 18 日（日）

※お問合わせ＝リソル生命の森：0475-35-3333（受付 9:00～18:00）

お茶の間ゼミ



快適に生きるための整理収納 ～片付けの基本は「さ・し・す・せ・そ」～

分かっていてもなかなか出来ない家の中の片付け。整理収納で良いことがたくさんあります。知っているようで実は知らなかった片付けの基本・収納のコツ・今後の人生をいきいきと快適に暮らすための整理収納のはなし。大掃除前にぜひ聞いてください。

開催日	2016年12月4日(日)
時間	13:00～14:30
会場	リソル生命の森 フォレストアカデミー <small>※駐車場に限りがございます。ご来場の際は日本メディカルトレーニングセンターの駐車場をご利用ください。</small>
受講料	無料
定員	30名 ※定員となり次第締め切りとさせていただきます。お早めにお申し込みください。
お申込	下記へお電話にてお申込みください。



特定非営利活動法人ハウスキーピング協会
整理収納アドバイザー1級
ハウスキーピングコーディネーター

坂元 弘美 (さかもと ひろみ)

千葉県出身。結婚後、専業主婦として快適に暮らし、と主婦仲間の中、友人からの「家を片付けて欲しい」と依頼がきっかけとなり、活動を始める。阪神大震災直後、夫の転勤に伴い被災地であった兵庫県芦屋市で5年暮らし、多くの震災体験を聞く中で、何気ない暮らしの中に潜む危険があることを知る。資格取得後、スッキリ・良いやすいに加入安心・安全を考えたお片付けをご提案。お客様のご自宅に伺い収納の現場作業や家事代行作業を行う傍ら、現場経験や人生経験を活かしたセミナー講師としても活動中。千葉県在住。趣味は旅行。

RE/SOL リソル生命の森 TEL.0475(35)3333 受付時間 9:00～18:00
〒287-0201 千葉県長生郡長柄町上野521-4
リソル生命の森 代表 www.seimei-no-mori.com

お茶の間ゼミ



肺の健康を考える

「呼吸をする肺」という臓器のことを、日ごろから気にかけて過ごしている方は少ないと思います。肺の健康について考え、健やかに過ごしていくための方法を学んでいただく機会にしたいと思います。

開催日	2016年12月11日(日)
時間	13:00～14:30
会場	リソル生命の森 フォレストアカデミー <small>※駐車場に限りがございます。ご来場の際は日本メディカルトレーニングセンターの駐車場をご利用ください。</small>
受講料	無料
定員	30名 ※定員となり次第締め切りとさせていただきます。お早めにお申し込みください。
お申込	下記へお電話にてお申込みください。



千葉大学総合安全衛生管理機構 講師 潤間 励子 (うるま れいこ)

平成15年 千葉大学大学院医学研究科内科学系呼吸器病態学専攻修了(医学博士)。
現在は千葉大学で学生・教職員の健康管理と、附属病院での禁煙支援外来での診察を行う。

日本内科学会総合内科専門医 / 日本医師会認定産業医 /
日本呼吸器学会呼吸器専門医 / 肺がんCT検診認定機構肺がんCT検診認定医師 /
I/D制度協議会認定インフォエクションコントロールクター /
日本結核病学会結核・抗酸菌認定医

RE/SOL リソル生命の森 TEL.0475(35)3333 受付時間 9:00～18:00
〒287-0201 千葉県長生郡長柄町上野521-4
リソル生命の森 代表 www.seimei-no-mori.com

お茶の間ゼミ



はじめての蕎麦打ち3 ～年越しそばを作る～

そば打ちはそれぞれの地方で特有の打ち方があります。蕎麦粉やつなぎも(主に小麦粉を使用しますが海藻や木の葉など)地方によって特色があります。そば打ちの工程は大きく分けると水回し(粉を水やお湯で混ぜる)・こね(練り)・延し・切りです。生地が乾燥しないうちにこれらの工程を素早く進めることが求められます。ご自分で作ったそばは格別でとても美味しいですよ。いま女性にも人気の蕎麦打ち！ぜひチャレンジしてみてください。

開催日	2016年12月17日(日)
時間	9:00～13:30
会場	リソル生命の森 フォレストアカデミー <small>※駐車場に限りがございます。ご来場の際は駐車場又は日本メディカルトレーニングセンターの駐車場をご利用ください。</small>
材料費	1,500円(税込)
定員	10名 ※定員となり次第締め切りとさせていただきます。お早めにお申し込みください。
お申込	下記へお電話にてお申込みください。

持ち物など

- ・粉が少し付いても大丈夫で動きやすい服装
- ・エプロン・前掛けなど
- ・靴は運動靴など運動し易いもの
- ・飲み物(水分補給)
- ・髪の毛を覆うもの(三角巾、キャップ、バンダナなど)
- ・手の爪は手の短く切り手入れしてください
- ・タオル3枚(汗拭き用1枚)洗濯して清潔であればよい
- ・お持ち帰り用の容器およびラップをお持ち下さい。容器サイズ例(長さ20cm×幅20cmの容器なら2～3個)



全額蕎麦打ち三段 代市 一夫 (よいち かずお)

そばが好きでこの道に入門し、そば打ちの研鑽に努める。そば打ちの会・各種講習会・そば大学で茨城県を中心に介護施設、障害者施設などの製菓や学校、各種イベント等で講師をしている。

千葉県そば推進協議会所属 他
全額蕎麦 そば打ち二段認定会千葉県大会にて最優秀賞

RE/SOL リソル生命の森 TEL.0475(35)3333 受付時間 9:00～18:00
〒287-0201 千葉県長生郡長柄町上野521-4
リソル生命の森 代表 www.seimei-no-mori.com

～日比野和子と歌う仲間たち～

生命の森混声合唱団 Christmas Concert

2016年12月25日(日)

開演 13時 (開場 12時30分)





指揮 日比野 和子 ピアノ マグルーダー 雅子 ソプラノ マグルーダー 絵美里

～曲目～
混声合唱のための唱歌メドレー ふるさとの四季
365日の紙飛行機 他

～賛助出演～
歌声カフェ、アンサンブル・しおん
アンサンブル・風、アンサンブル・ドリーム

リソル生命の森 森のホール
全席自由席 500円
※下記へお電話にてお申込み下さい

RE/SOL リソル生命の森 TEL.0475(35)3333 受付時間 9:00～18:00
〒287-0201 千葉県長生郡長柄町上野521-4
リソル生命の森 代表 www.seimei-no-mori.com

●このリリースに関するお問い合わせ先＝リソルホールディングス株式会社 (RESOL グループ)
 広報担当／元村・永田 TEL: 03 (3342) 0331 (直通)
 E-mail: press@resol.jp URL: <https://www.resol.jp>