

# ウェルビーイング

—ご機嫌な場所づくり—

2022年

9月10日(土)

市民交流センター会議室

フェスティバルパーク

逗子文化プラザなぎさホール

## 市民交流センターフェア

Well-being  
ウェルビーイング

場所：センター会議室

第1部 13:30~14:20

予約不要  
先着順50名

植物で地域をつなぐ ~心と暮らしを彩る植物のちから~

【講師】一般社団法人はっぶ 代表理事 大橋マキさん

第2部 14:30~15:30

要予約  
先着順20名  
1000円

江戸の暑気払いハーブティー  
枇杷葉湯(ピワヨウトウ)をつくりました

【講師】一般社団法人はっぶ 萩原美智さん

逗子中庭カフェ

10:00 ~ 16:00

場所：フェスティバルパーク

(雨天中止)

青空のもと、のんびりくつろげる地域交流のナカニワ空間。  
雑貨やフード&ドリンクのショップ。ステージパフォーマンスも！

県立逗葉高等学校 軽音楽部・吹奏楽部 発表会

14:00 開演 (13:30 開場) 会場：逗子文化プラザなぎさホール

全席自由 入場無料

問合せ：逗子文化プラザホール TEL 046-870-6622(代表)

【ご来場のみなさまへのお願い】

- ウイルス感染の可能性のある方、体調のすぐれない方はご来場をお控えください。 ● ご来場時のマスク着用及び咳エチケットの励行にご協力をお願いいたします。
- 会場入室時の手指の消毒にご協力をお願いいたします。 ● 新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、企画の内容や定員・開催時間などの変更、中止させていただく場合があります。ご来場前に必ず当該イベントのホームページにて開催の有無をご確認ください。
- 全ての企画に関しまして、人と人との距離を十分に確保してください。 ● 混雑している場合は入場制限をさせていただく場合がございます。



※詳細は、各イベントのチラシ、  
または交流センターの公式サイトを  
ご覧ください。

[TEL]046-872-3001 [FAX]046-872-3003

[MAIL] ac-center@zushi-psc.org

■主催：逗子文化プラザ市民交流センター ■共催：逗子文化プラザホール(指定管理者：逗子文化プラザパートナーズ)/逗子市/逗子市教育委員会 ■後援：葉山町

## 第1部 (13:30-14:20) 植物で地域をつなぐ ~心と暮らしを彩る植物のちから~

葉山町を拠点にコミュニティガーデン運営、農福連携、「葉山和ハーブ手帖」発刊などを通して地域をつなぐHAPP。現在、約30名の仲間たちが展開する活動のご紹介や葉山和ハーブ入門など、植物の魅力をお伝えします。植物や和ハーブに興味のある方、HAPPに興味のある方、植物を通じて地域に貢献したい方、必見です。



講師

一般社団法人はっぷ 代表理事 大橋マキさん

葉山在住。海・山が大好きな2児の母。

放送局勤務後、英国で植物療法を学び、都内の病院で6年半に渡ってアロマセラピストとして活動。

葉山町社会福祉協議会主催の「介護者のためのアロマセラピー講座」を3年に渡って担当後、HAPPの前身団体を発起。

2018年に一般社団法人化。英国IFAアロマセラピスト・アロマ空間デザイナー。

## 第2部 (14:30-15:30) からだを養う晩夏の手仕事

江戸の暑気払いハーブティー「枇杷葉湯(ビワヨウトウ)をつくりましょう」

昔から庭先に植えて食や薬の役割を担ってきた枇杷。江戸期には枇杷葉を使った「枇杷葉湯」というお茶が暑気払いに振る舞われたそうです。枇杷の効能や活用法を季節の養生法とともにご紹介。

猛暑の夏バテ予防としてご自身やご家族のからだを養うオリジナル枇杷葉湯を作ってみませんか？

お茶はお持ち帰り頂きますので、ご自宅でも晩夏の一品を味わってくださいね。



講師

一般社団法人はっぷ 萩原美智さん

自身の出産後、産院専属アロマセラピストチームを主宰。

“季節、植物、身体”をテーマに中医学食養生、節気としつらいを学ぶ。

HAPP理事、養生担当。季節のお茶調合や植物加工(手しごと)、活用を行う。

枇杷葉湯 (ビワヨウトウ) づくり申込み

(ふりがな)

氏名

年齢

E-MAIL

TEL/FAX

## 逗子中庭カフェ

10:00 ~ 16:00

場所：フェスティバルパーク



こだわりのハンドメイド雑貨やローカルイチオシのフード&ドリンクショップ。デッキステージでは、逗子・葉山のダンスチームの演技、楽団演奏で盛り上げます。★飲食についてはHP等、最新の情報をご確認ください。



## 県立逗葉高等学校 軽音楽部・吹奏楽部 発表会

14:00 開演 (13:30 開場) 会場：逗子文化プラザなぎさホール

全席自由 入場無料

問合せ：逗子文化プラザホール TEL 046-870-6622(代表)

コロナ禍の中、発表の場がなかった、県立逗葉高等学校 軽音楽部と吹奏楽部の発表会を行います。ステージに立てる喜びをみんなで分かち合いましょう！