

# Vol.6

がんばっている女性に  
ごほうびな時間を。



## Vol.6 お話と茶話会 & 深層水バスボールづくり

とき：7月8日（月）13:00～15:00（開場 12:45～）

会場：室戸市保健福祉センターやすらぎ（会議室1・2）

室戸市領家 87

予約制

安芸エリア  
室戸市  
VOL.6



予約申込フォーム

**対象者** 女性（高知県内にお住まいの方）

**定員** 20名

**参加費** 無料 **託児** 無料（要予約）※託児が必要な方は申込時にお知らせください

**お問合せ&申し込み先** NPO 法人 GIFT（詳細は裏面）

※ご予約をお願いします。

※お申し込みフォームからが簡単です。

### お話のテーマ

## 私らしく自由に生きるためのヒント



おおいわ ゆうこ

講師：大岩佑子 さん

室戸市地域おこし協力隊  
（室戸海洋深層水 PR ミッション）

東京寿司アカデミー2ヶ月集中特訓コース修了

飾り巻き寿司インストラクター資格取得

野菜ソムリエ

食の6次産業化プロデューサー（食プロ）level 3 認定

世界3カ国で生活した後、室戸に移住してきました。普段はどっちかという  
と優柔不断な私が、何故こういう選択  
をしてきたのか、そして地域の人たち  
と一緒にどんな経験をしてきたのか。  
なんで寿司職人を目指したの？現地材  
料で作る日本食ってどんなもの？そし  
てそれが室戸生活にどう活かしているの  
かをお話します。思い切ってやりた  
いことに一歩踏み出してみましょう！

にっぽんの宝物 JAPAN 大会  
「Muroto 海洋深層水 サツキマス」で  
最強食材部門・準グランプリ  
グランドグランプリ出場



### ワークショップ

深層水を使って  
バスボール作り



室戸海洋深層水のミネラルを体  
感できるバスボールを作ろう。  
その場で作って、お家に帰ってお  
風呂に入れてお楽しみください！

詳細は  
裏面へ