

失われつつある本来の味覚を取り戻すためにも、体外に排出してしまったミネラルを補給するためにも、煮干しや昆布、干し椎茸などを使って、おいしい「出汁」をとりましょう。6時間くらい水出しをして、60度から70度くらいの低温でじっくりと加熱してとった出汁は、私たちのカラダに必要なミネラルの宝庫です。

(小林悦子)

掲示板



第7回 市民健康講座

山内地区センター共催

平成27年7月12日(日)13時30分～

青葉区山内地区センター(あざみ野駅徒歩3分)

「生きることは？」

講師：野本三吉（著述業）



講演後、講師を囲んで懇話会を開きます

定員190名 会費1000円

お問い合わせ事務局 045-962-1184

山内地区センター 045-901-8010

講師の紹介

人生の原点は、3歳のときに東京大空襲で失われた妹の命。生き残ったものとして子どもたちが安心して生きられる世界を作りたいと考えるようになる。18歳のとき、柔道で生死をさまよう事故に遭い、この時から「生きること」「死ぬこと」について真剣に考えるようになる。

出発は小学校の教師。成績に「1」と「2」がつけられず、退職。子どもたちの育て方を学ぶために各地を放浪。30代は横浜寿町の相談員、40代は児童相談所のソーシャルワーカー、50代は横浜市大の教授、60代は沖縄大学の教授、そして4年間の学長を経て昨年退職。その間、一貫して<人は交流で変化する>ことを身をもって実践する。現在は、講演活動で忙しい日を過ごしている。

教え子が野本氏を紹介した本『命の旅人』では、類を見ない包容力と共感力が感じられる。