

# カリヤノ

## 冬

2025

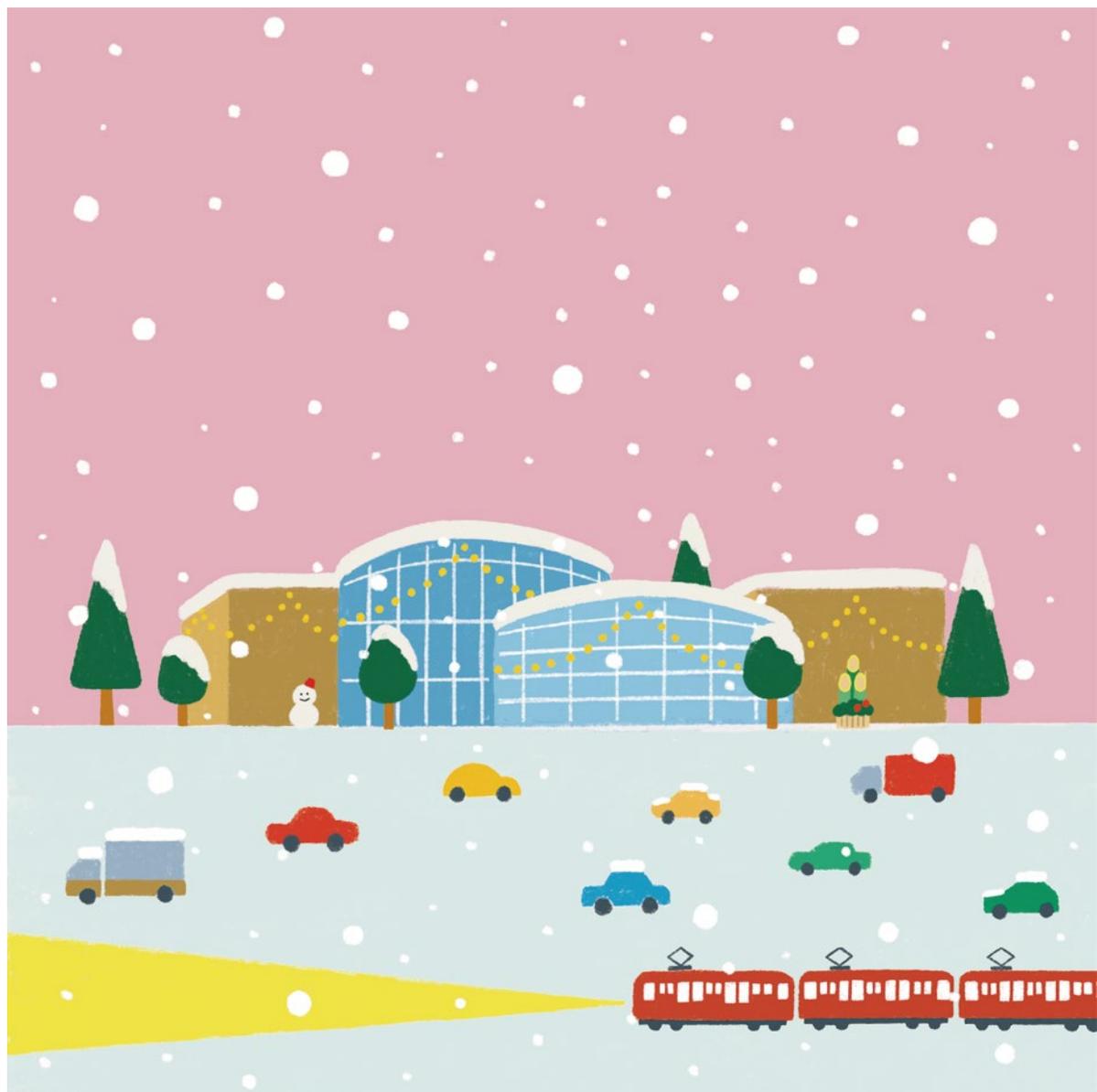
Jan - Mar

vol.

# 57

■ 刈谷市総合文化センター アイリス・ニュースレター カリヤノ VOL.57 2025年1月1日発行 発行・編集：刈谷市総合文化センター（指定管理者：KCSN 共同事業体） デザイン：Artical Inc.

特集：冬の一日体験講座



### 編集後記



明けましておめでとうございます。新しい年が皆様にとって、より良い年になりますことを心からお祈り申し上げます。

さて、冬号はいかがでしたでしょうか。特集は【冬の一日体験講座】ということで、2月に実施する講座をご紹介しました。個人的には、お米が大好きなので「お米の魅力発見講座」での銘柄4種食べ比べが気になります…。また、ページ下部のXkariyaでは、新年の抱負を発表しました。目標や夢は、できるだけ沢山の人に対して宣言すると達成しやすいそうなので、きっと達成できるはず！

それでは、2025年も刈谷市総合文化センターへのご来館をお待ちしております！  
次号は2月上旬、発行予定です。

### 窓口インフォメーション

#### チケット窓口

刈谷市総合文化センター主催・共催事業は、刈谷市総合文化センター窓口、およびホームページからお買い求めいただけます。（※公演によっては対応していない場合もございます。）

#### チケットお買い求め方法

##### 1. 刈谷市総合文化センター1階窓口

受付時間 10:00～21:00  
※お支払いは現金のみ。  
クレジットカードのご利用はできません。

##### 2. インターネット予約

インターネット会員にご登録ください。（登録無料）  
kariya.hall-info.jp  
※お支払いは①クレジットカード払い（VISA・Master・JCB・ダイナースクラブ・AMEX）②コンビニ店頭払い（ファミリーマート・セブン-イレブン）をお選びいただけます。

#### アイリスまなびの相談室

「講座を探す」、「サークル活動の場所を探す」、生涯学習に関する相談窓口です。

#### 相談方法

##### 1. 刈谷市総合文化センター1階窓口

窓口にて直接担当スタッフが対応します。（要事前予約）  
受付時間 10:00～21:00

##### 2. お問い合わせフォーム

アイリスホームページ下部のEmailお問い合わせフォームから、必要事項をご記入のうえ、「タイトル」欄の『生涯学習について』を選択し、お送りください。

##### 3. 電話 0566-21-7464

受付時間 10:00～21:00  
「アイリスまなびの相談室の利用」とお伝えいただくとスムーズです。時間帯によっては担当スタッフによる相談受付ができない場合がありますのでご了承ください。

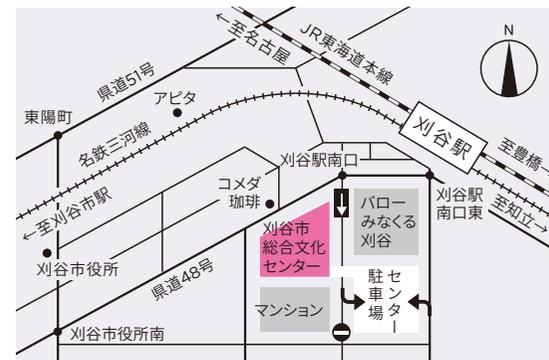
### 施設インフォメーション

## 刈谷市総合文化センター アイリス

〒448-0858 愛知県刈谷市若松町2-104  
kariya.hall-info.jp  
TEL:0566-21-7430 FAX:0566-21-7440  
X(旧Twitter):@Kariya\_IRIS  
facebook:www.facebook.com/kariyairis

受付時間 施設利用受付 9:00～22:00  
チケット販売受付 10:00～21:00

休館日 毎月第1月曜日（祝日の場合は翌日）  
12月29日～1月3日 その他施設保守点検等で臨時休館する場合あり



鉄道 JR東海道本線・名鉄三河線 刈谷駅  
南口よりウイングデッキ直結徒歩3分

お車 伊勢湾岸自動車道豊明ICより約20分刈谷スマートIC及び豊田南ICより約25分

※駐車台数に限りがあります。なるべく公共交通機関をご利用ください。

### ランチ50円OFFクーポン

※有効期限：2025年1月末まで、切り離さずにお持ちください。  
※他のクーポン券との併用は出来ません。  
※1グループ1枚まで。

刈谷市総合文化センター2F  BISTRO PLACE  
地中海カフェ ビストロプラス



愛知のやきもの 銘々皿を作る 春のお花のコサージュ作り 谷崎潤一郎作『細雪』の魅力 冬の台湾茶・中国茶 ~五感で味わう癒しの時間~ 陶芸体験 自分のごはん茶碗

**1DAY 講座** 気軽に受講できる1日限りの講座です。

講座名	日時	定員	参加費	内容
正月太り解消! 骨盤ゆがみリセット術	2月1日(土) 10:00~11:30	女性 10人	300円	携帯電話のカメラを利用して自分の姿勢をチェックします。骨盤のゆがみを解消し、ぽっこりおなかをリセットしましょう。
春のお花のコサージュ作り	2月2日(日) 14:00~16:00	15人	2,300円	高品質な造花を使い、卒園・入学式などにもピッタリな春らしいコサージュを作ります。
お米の魅力発見講座 ~銘柄4種食べ比べ~	2月9日(日) 10:00~12:00	15人	1,500円	品種の食べ比べ体験を通じて、それぞれの特徴や炊き方の基本知識を学びます。ご自宅用に好みの白米をオリジナルブレンドします。
冬の台湾茶・中国茶 ~五感で味わう癒しの時間~	2月15日(土) ①10:00~11:30 ②13:00~14:30	各6人	1,300円	台湾茶や中国茶の特徴を理解し、免疫力を高める方法を学びましょう。
陶芸体験 自分のごはん茶碗	2月16日(日) 13:00~15:30	24人	1,000円	手びねりで普段使いの飯碗を作りましょう。
谷崎潤一郎作『細雪』の魅力	2月28日(金) 13:00~14:30	30人	300円	四姉妹の人生の〈日常〉を見つめ、恋愛から人の死までたしかな手応えで描いた名作『細雪』のたくましい全体像をお話します。

**スキルアップ講座** 人としての『豊かさ』を備えるための特別な1DAY 講座です。

講座名	日時	定員	参加費	内容
【スキルアップ講座】 スポーツから学ぶ地域貢献 ~チームはみんなの拠り所~	2月6日(木) 19:00~20:30	70人	300円	Jリーグの地域貢献事業や東京五輪のボランティア活動を実際に運営した講師から学びます。チームも、サポーターも、市民も一緒に、我が町のスポーツコミュニティについて考えます。

**地域を学ぶ講座** 刈谷やその周辺の歴史・特色など、地域性の高い内容を学べる講座です。

講座名	日時	定員	参加費	内容
わたしのまちの防災講座 ~テクノロジーで守る未来~	2月8日(土) 10:30~12:00	50人	300円	身のまわりの雨量を正確に測定する防災ツールの開発を手掛けるスタートアップ企業と共に身近なエリアに特化した防災対策を学びます。
愛知のやきもの 銘々皿を作る	2月16日(日) 9:30~12:00	24人	1,000円	愛知の焼き物文化を学び、使い勝手の良い銘々皿を作ってみましょう。
歴史の中の依佐美送信所 ~通信技術の始まりから現代まで~	2月22日(土) 10:00~11:30	50人	300円	刈谷の産業遺産「依佐美送信所」で使用された無線や運営当時の役割について、通信技術の歴史に着目しながら学びます。

**【共通】対象：市内在住または在学・在勤の人**

2025年1月15日(水)(必着)までに、①希望する講座名(「冬の台湾茶・中国茶」は時間も)、②氏名(フリガナ)と年齢、③郵便番号・住所、④電話番号、⑤勤務先(市内在勤・在学の人)、⑥カンガルールームを希望する場合は子どもの名前(フリガナ)、生年月日をハガキ(1講座1枚)、あいち電子申請・届出システム(QRコード参照)または直接、総合文化センター受付(〒448-0858 若松町2-104)へ。  
※電話・メール・FAX申込不可。  
※申込多数の場合は抽選とし、結果は全員に連絡します。

電子申請をご利用の場合は、「あいち電子申請・届出システム」と検索していただくか、こちらのQRコードよりお申込みください。



マークの講座はカンガルールームで生後6か月以上の未就学児をお預かりします。希望する人は、ハガキまたは申込用紙の下段に子どもの名前(ふりがな)、生年月日を記入してください。※申込多数の場合は抽選



# 冬の日体験講座

## 地域ボランティアから暮らしに役立つ最新技術まで 冬の講座ラインナップをご紹介します!

明けましておめでとうございます!この時季、1年の目標を立てる方も多いのでは。「何か新しいことにチャレンジしてみたい!」という方は、ぜひアイリスで一步踏み込んだ“大人の学び”からスタートしてみませんか?2月には「1DAY 講座」「スキルアップ講座」「地域を学ぶ講座」として、1日体験講座をドドンと10講座開講します!



川崎市市政100周年記念「かわさき飛躍祭」の様子



講師：天野 春果(あまのはるか)先生  
株式会社ツーウィルススポーツ代表取締役社長。ワシントン州立大学卒業後、Jリーグ初のプロパー社員として川崎フロンターレへ入社。数々の企画を立ち上げ10年にわたり「ホームタウンで大きな貢献をしている」クラブ第1位を獲得。日韓ワールドカップ組織委員会・東京2020組織委員会へ外出し、2024年起業。

刈谷市もサッカーやバスケットの競技会場に選ばれている愛知・名古屋2026アジア・アジアパラ競技大会。来る国際大会に向けて、スポーツそしてボランティアの2つの側面から「スポーツと町づくり」について、国際大会、Jリーグで活躍された講師から学びましょう。『スポーツとこの町』が大好きな方必見の「スキルアップ講座」です。

注目講座 PICK UP!  
その1

【スキルアップ講座】  
スポーツから学ぶ地域貢献  
~チームはみんなの拠り所~

注目講座 PICK UP!  
その2

【地域を学ぶ講座】  
歴史の中の依佐美送信所  
~通信技術の始まりから現代まで~



依佐美送信所送信機室



依佐美送信所鉄塔(解体前)



依佐美送信所本館



講師：石田 正治(いしだしょうじ)先生  
中部産業遺産研究会会員、愛知県立豊橋工科高等学校非常勤講師。著書に「ものづくり中部の革新者」(風媒社)、「三遠南信 産業遺産」(春夏秋冬叢書)など

現在は記念館としてその名残を見られる依佐美送信所。1929年の運用開始時には発電や無線通信で世界最新鋭の機械が採用され、1994年まで使われていました。この講座では狼煙から無線、衛星通信まで、通信技術の進化をたどり、機械技術史の専門的な視点から当時の施設の見どころや役割について解説します。



**講座担当・加藤のX kariya**

2025 といえば 45 を 2 乗した数字ですね、頻繁に外食をする加藤の抱負は、刈谷市内のお店 45 店舗 × 45 メニューを制覇したいと思います。

今号の X kariya  
テーマ「新年の抱負」

レジデントアーティスト  
濱津清仁  
レクチャーコンサート vol.13  
モーツァルト「戴冠ミサ」を  
100倍楽しむ講座

チケット：発売中

指揮者の濱津清仁が、モーツァルトの「戴冠ミサ」について演奏を交えながら分かりやすく解説します。

日時 2/8 (土) 14:00 ~  
会場 リハーサル室1  
料金 全席自由 ¥1,000  
出演 濱津清仁 (お話)、堀田ゆかり (ピアノ)、パクス・コーラス (合唱)

※未就学児入場不可



濱津清仁

濱津清仁指揮・  
モーツァルト「戴冠ミサ」

チケット：発売中

モーツァルト「戴冠ミサ」と邦人作曲家の合唱曲をおおくりします。

日時 3/15 (土) 14:00 ~  
会場 小ホール  
料金 全席自由 ¥1,000  
出演 濱津清仁 (指揮)、柏原雅 (ソプラノ)、吉川知里 (アルト)、奥村智喜 (テノール)、松下伸也 (バス)、堀田ゆかり (ピアノ)、フィルハーモニア・ナゴヤ (管弦アンサンブル)、パクス・コーラス (合唱)

曲目 ミサ曲 八長調 K.317「戴冠ミサ」(モーツァルト) ほか

※未就学児入場不可



※イベントはやむを得ない事情により変更となる場合がございます。何卒ご了承ください。

※掲載している料金はすべて税込金額です。



公演担当・一瀬のX kariya

実は長年夢見ていた二輪教習に通いはじめました。(発行する頃には免許取得予定) いざ!!! 夢のツーリングへ。自動車は全く乗らずペーパードライバー歴10年のベテランとなりましたが、バイクはどんどん乗っていかうと思います!!

市民大学講座  
「謎解きクリエイター松丸亮吾〜謎解きで思考力を鍛えよう〜」

チケット：発売中



謎解きは、論理的思考力や創造性、問題解決能力を養い高める最高のトレーニング。一緒に謎解きの世界で脳みそをフル回転させましょう!

日時 2/10 (月) 18:30 ~  
会場 大ホール  
料金 全席指定 ¥500  
※未就学児入場不可  
※託児サービスあり (有料)。詳細は Baby Step 保育園 (0566-24-7022) まで。  
※手話通訳・要約筆記を実施いたします。(申込不要)

吉本新喜劇65周年記念ツアー 愛知公演

チケット：発売中

65周年の感謝の気持ちを込めて、2022年に誕生した間寛平GMと2023年に新しく誕生した吉田裕新座長をメインに、愛知公演を刈谷市総合文化センターアイリス大ホールで開催します!



日時 2/11 (火・祝) 12:30 ~ /16:30 ~

会場 大ホール  
料金 全席指定 ¥6,500  
※4歳以下膝上鑑賞無料

出演 【新喜劇】吉田裕(座長)、間寛平、辻本茂雄、末成映薫、島田珠代、安尾信乃助、平山昌雄、今別府直之、森田まりこ、レイチェル、筒井亜由貴、新井崇史、小林ゆう ほか  
【お笑い】村上ジョージ、テンダラー、笑い飯、インディアンズ、空気階段 ほか

華原朋美 LIVE TOUR 2024-2025 ~♡ LOVE IS BEST ♡~  
Presented by WOWOW プラス

チケット：発売中

ミリオンヒットを記録した『I BELIEVE』『I'm proud』『save your dream』などの代表曲のほか、名曲カバーを圧巻の歌唱力でお届けします。

日時 2/24 (月・祝) 16:00 ~  
会場 大ホール  
料金 全席指定 ¥7,800  
※2歳以下膝上鑑賞無料



Glänz 1st コラボレーションリサイタル  
with Photo『黄昏どきの11番街』

チケット：発売中

Glänz (グランツ) は「輝く」気持ちを大切にしたダンスグループで、社会で感じる疑問や気づきを、ダンスで表現しています。写真家の加藤雪邦さんと共に「黄昏どきの11番街」を創りました。皆様の心に美しい黄昏どきをお届けします。

日時 1/26 (日) 13:00 ~ /17:00 ~  
会場 小ホール  
料金 全席自由 一般 ¥2,000 子ども (中学生以下) ¥1,000  
※2歳以下膝上鑑賞無料



©N.IKEGAMI

文化工房かりや主催  
「表現演劇ワークショップ」

申込：受付中

身近な素材や身体と心を使って、この世に一つしかないドラマと一緒に作ります。

日時 1/13 (月・祝) 13:00 ~  
会場 リハーサル室2  
講師 川村ミチル (演出家・劇作家・俳優)  
対象 高校生以上 (定員25名)  
参加費 ¥1,000  
参加方法 1月8日 (水) までに、専用フォームからの申込、もしくは直接、総合文化センター受付へ。



川村ミチル



公演担当・田代のX kariya

毎日コツコツは苦手ですが「ライフログ」を始めたいな~と思っています。



公演担当・澤地のX kariya

ベランダガーデニングに挑戦することが昨年の目標の一つだったのですが、結局始めず気づいたら年越しに…。ということで、今年こそチャレンジします! とりあえず、ローズマリーやタイムなど育てやすいというハーブから。種から育てる自信はまだ無いので、まずは苗から始めてみようと思います。

荒牧陽子×松浦航大  
最強! 歌まねライブ in 刈谷

チケット：完売

テレビや YouTube で大人気の歌まね界のトップスターが刈谷にやってくる! 4 オクターブの声域を縦横無尽に使いこなす荒牧陽子と変幻自在の七色ボイスをもつ松浦航大が幅広い年代のヒット曲をモノマネで歌い継ぎます。

日時 1/13 (月・祝) 15:00 ~

会場 大ホール  
料金 全席指定 ¥4,000  
※未就学児入場不可

※託児サービスあり (有料)。詳細は Baby Step 保育園 (0566-24-7022) まで。



荒牧陽子



松浦航大

文化工房かりや企画講座  
「知っているようで知らない産業都市かりや」

申込：受付中

各回さまざまな分野の講師を迎えて、産業としかりやを紐解いていきます。「目からうろこ!」刈谷市の新しい発見ができる講座です。

「産業の発展と商業への変遷」

日時 1/11 (土) 13:00 ~  
講師 私のふるさとワークショップ 代表 大野裕史・杉浦伸司

「刈谷・過去から未来」

日時 3/10 (月) 19:00 ~  
講師 前刈谷市副市長 川口孝嗣

会場 4階研修室  
参加費 無料  
参加方法 各講座当日までに、専用フォームからの申込、もしくは直接、総合文化センター受付へ。



### 1曲で繋ぐ オンガクノ環

アイリスゆかりの皆さんに、ジャンル無用で「極めつけの1曲」を紹介してもらいリレーコラム!

#### 五代果凜の1曲

三浦大知「I'm Here」

高い歌唱力に、キレとしなやかさを兼ね備えたダンス。音楽番組で初めて三浦大知さんのパフォーマンスを見た時に思わずスタンディングオベーション! それ以来、私の1番好きなアーティストとなりました。「I'm Here」という曲は、爽やかな曲調とそっと背中を押してくれるような歌詞がお気に入りです。『何もない自分をただ生きていけばいい』『僕らまだ何者でもない』という歌詞には、何度も何度も勇気づけられました。『何もない』『何者でもない』という言葉は、少し悲しい印象を受けますが、この曲では不思議と「何もないからこそ可能性が無限大なんだ」と感じさせてくれるのです。目の前に広がる世界へ向けて『さあ踏み鳴らして』いこう! 自分の気持ちを奮い立たせてくれる、大切な1曲です。



**五代果凜(ごだいかりん)**  
幼少より、モダンダンスとクラシックバレエを学ぶ。2022年に、ダンスグループ「Glänz」に加入。現在は、刈谷市内で仕事をしながら、ダンスの公演に複数出演。

#### INFORMATION

**Glänz 1st コラボレーションリサイタル  
with Photo『黄昏どきの11番街』**

日時 1/26 (日) 13:00 ~ /17:00 ~  
会場 小ホール  
料金 一般 ¥2,000 子ども(中学生以下) ¥1,000  
※全席自由  
※2歳以下膝上鑑賞無料

### お客さま・フォトボイス



濱津清仁さん(後列左から2番目)、堀田ゆかりさん(前列左)、パクス・コーラスの皆さん

来たる3月15日(土)に小ホールで開催される、レジデントアーティスト企画・濱津清仁指揮 モーツァルト「戴冠ミサ」公演に出演される皆さん。合唱のパクス・コーラスの団体名はラテン語で「パクス=平和」「コーラス=合唱」という意味があるとのこと。1月の練習からは何名か新しく仲間が加わるそうです。どんな公演になるのか楽しみです。公演の詳細はP4をご覧ください。



#### 公演担当・川崎のX kariya

旅行等の記録写真をスマートフォン撮影していましたが、2024年秋頃ミラーレスカメラを購入しました。まだまだ初心者なので2025年は行く先々でカメラ撮影をしてスキルアップしたいと思います。

### スタッフによる いちおしエンタメ!



愛知県内で楽しめる  
オススメエンタメ情報を  
スタッフが紹介!  
今回の担当は澤地です。

### 『私にふさわしいホテル』 柚木麻子

不運によりデビューを逃した新人作家が、自らの知恵と行動力で文学界へのし上がっていく様を描いた柚木麻子による小説。この作品は、三島由紀夫や川端康成、池波正太郎をはじめとした多くの作家から愛され、2024年2月に全面休館を迎えた〈山の上ホテル〉が舞台の一つとなっています。東京の御茶ノ水駅から徒歩5分ほどの場所にあるこのホテルは、1920年代のパリで生まれたアール・デコ様式の特徴である直線や幾何学モチーフ、シンメトリーデザインなどが取り入れられています。数年前に私も滞在することができたのですが、クラシカルでありながら、どこかモダンな空間は、どこを切り

り取っても絵になり「いつか山の上ホテルにふさわしい作家になりたい!」と夢見た主人公の気持ちが、作家を目指していない私でもわかる気がしました。そんな『私にふさわしいホテル』。2024年12月末から実写映画が公開(※12月上旬情報)。映画も〈山の上ホテル〉で撮影されているようですので、気になる方はぜひ映画館へ!



〈小説〉柚木麻子著  
(新潮文庫)



〈映画〉©2024『私にふさわしいホテル』  
製作委員会



#### 講座担当・寄田のX kariya

私事ですが2024年末から産休に入り、第一子を出産予定です。スタッフや利用者の皆さんから温かい言葉をたくさんいただき、嬉しい気持ちでいっぱいです。頑張るぞ~!



この講座では、小学生から中学生を対象に自動車のレーシングドライバーについて学びました。「ドライバーになるには?」という子どもたちの疑問に、「車を速く自由にコントロールする人よりも、仲間や多くの人に応援される、魅力的な人の方が、たくさんドライバーになっているんだよ」と答える、目を丸くして驚く子どもたち。職業について勉強した後には、プロ仕様のシミュレーターに乗車します。初めて握るハンドル、踏むアクセル。ゼロから車の動かし方を覚えながらも、このコーナーをもっと速く走るには...と真剣にメモを取る様子は、小さなドライバーを最初に応援してくれるお父さんお母さんへ2日遅れの勤労感謝の「ありがとう」だったのかもしれない。

「十二支巳を作る」  
2025年は「巳年」ですね。私は巳年生まれですが、蛇が大の苦手です! 実物は勿論、写真を見るのも怖くて、画像検索もできません。蛇は苦手な人がいる一方で、古くから神の使いとして金運アップの象徴です。また、脱皮を繰り返すことや、餌がなくても生き続けることから、「巳年生まれは「努力を惜しまない」「粘り強い」「努力家など」と言われることもあるようです。9月の「陶芸体験 干支の置物」講座では、小さな巳の置物を作りました。みなさんそれぞれ個性的でかわいらしい蛇を作上げ、とても満足していらっしやる様子でした。今後も私の作品を楽しみにしてください。答えられるように、粘り強く制作していきたいと思えます! 今年も下記のグループ展で十二支をテーマとした作品を展覧しますので、是非ご覧ください。



受講者作品 9月1DAY講座  
「陶芸体験 干支の置物」



筆者作品「巳のお正月」  
2024年制作

「お茶の香りで整うマインド」  
アイリスの講座でよく聞く感想は、「こんなにゆっくりお茶を飲んだことがない」、「幸せな時間」。それは、「天にも昇る心地」といった面持ち。私がお茶をはじめた頃も同じような感想でした。茶葉には50〜500種類の香気成分が含まれるといわれています。淹れたてのお茶の香味はさまざま、「フラワリー、フルーティー、ミルクィー、蜜香、陳香、複雑香、スパイシー、スイート」などが代表的です。疲れた時には花のように甘い高山茶、アイディアを練るときは蜜香のようなしただかさの蜜香烏龍茶、元気がない時には力強い余韻の岩茶など、その時の気分や体調に合わせてお茶を選ぶことで、「整うマインド」づくりを体験していただきたいと思います。アイリスの『お茶クラブ/tea living』は気軽に茶を飲む時間です。マインドを〇地点に戻し、ここをリセットする時間。お茶で原点回帰する時間は、新たな活力を生み出します。『お茶クラブ』をホワイト500、ブライト500の取り組みにご活用ください。



#### 「新春 豆血豆鉢展」(グループ展)

会期 2025年1月9日(木)~1月19日(日) 11:00~16:00  
会場 紙漕gallery (こよりギャラリー)  
刈谷市半城土町西裏30 定休日:月、火、水 TEL:070-7657-8768  
本田郁子 Instagram: @ruikuko ※作品展などの情報を発信中

おじやまします!  
まなびの現場。

「講座に興味はあるけれど、雰囲気は?内容は?」と、気になるアナタに向けて、まなびの現場を潜入レポート!

### 本田郁子先生の 「陶芸のすゝめ」



アイリスの人気陶芸講師が説く、土とのふれあいのすゝめ!

### 室川先生の ティータイム 研究所!



アイリスの人気中国茶講師が、お茶の科学的効用を伝授!

今回おじゃました講座  
あいちウィーク特別講座  
「はじめてのスポーツドライビング講座」  
令和6年11月25日(月) 県民の日報校(ホリデー)開講  
講師: XMRacing 田中健太(たなかけんた)先生

#### 「十二支巳を作る」

2025年は「巳年」ですね。私は巳年生まれですが、蛇が大の苦手です! 実物は勿論、写真を見るのも怖くて、画像検索もできません。蛇は苦手な人がいる一方で、古くから神の使いとして金運アップの象徴です。また、脱皮を繰り返すことや、餌がなくても生き続けることから、「巳年生まれは「努力を惜しまない」「粘り強い」「努力家など」と言われることもあるようです。

#### 「お茶の香りで整うマインド」

アイリスの講座でよく聞く感想は、「こんなにゆっくりお茶を飲んだことがない」、「幸せな時間」。それは、「天にも昇る心地」といった面持ち。私がお茶をはじめた頃も同じような感想でした。茶葉には50〜500種類の香気成分が含まれるといわれています。淹れたてのお茶の香味はさまざま、「フラワリー、フルーティー、ミルクィー、蜜香、陳香、複雑香、スパイシー、スイート」などが代表的です。疲れた時には花のように甘い高山茶、アイディアを練るときは蜜香のようなしただかさの蜜香烏龍茶、元気がない時には力強い余韻の岩茶など、その時の気分や体調に合わせてお茶を選ぶことで、「整うマインド」づくりを体験していただきたいと思います。アイリスの『お茶クラブ/tea living』は気軽に茶を飲む時間です。マインドを〇地点に戻し、ここをリセットする時間。お茶で原点回帰する時間は、新たな活力を生み出します。『お茶クラブ』をホワイト500、ブライト500の取り組みにご活用ください。

#### お茶クラブ/tea living.

https://murokawatea.jimdofree.com/