

健康寿命を延ばそう！

～🍣小食🍣のススメ～

食を変えると適正体重に戻る！健康で病気にかかりにくい体を手に入れる！
アマチュア落語家・講師としても活動する、市内老舗料理店の店主が
食育の大切さを講談スタイルで楽しく語ります。

講談

貝原益軒

(養生訓より)

講義

何を食べるか

令和8(2026)年

10月21日 水

10:00～11:30

ところ：茨木市立男女共生センターローズWAM
4階404・405

定員：先着25人
対象：どなたでも

一時保育：10月12日(月)の17:00までに要予約
(1歳以上の未就学児、有料、定員あり)

食育講師

にぎわいてい のりまき

賑亭海苔巻さん

昭和36年創業の寿司「成田家」三代目店主。
46歳からアマチュア落語家として80高座を
務め、「いばらき噺」を作り各地で講演活動。
50歳から講談を学び、新作食育講談を作成。

申込みは10/1(木)9:00～
WEBにて受付



右図を読み取り、申込フォームに
記入のうえ、送信してください



■主催・お問い合わせ

茨木市立男女共生センターローズWAM

〒567-0882 茨木市元町4番7号

TEL/072-620-9920

<https://www.city.ibaraki.osaka.jp/kikou/shimin/wam>

企画：浅川和彦さん