

疲れた？

毎日が何だかきゅうくつ？

自分らしさが消えていく？

いまの生活、ちょっと変えてみたい... というあなたに。



## アグリセラピー講座 2011 年度開講 2011.04.09~

自然農×セラピー×ナチュラルマイスターの学びで『ゆったりとした時間の中、四季を感じながら自然から多くを感じ学びとることによって自らを元気にする』そんな農にふれゆったりと自分に向き合い、新しい生き方を発見することを目的としたプログラムです。

### 説明会開催

2011.03.26(土) 午前の部 10:00~12:00  
午後の部 14:00~16:00

開催場所：神戸東灘区民センター第五会議室（JR住吉駅前）  
参加費用：無料 ※詳しくは裏面をご覧ください

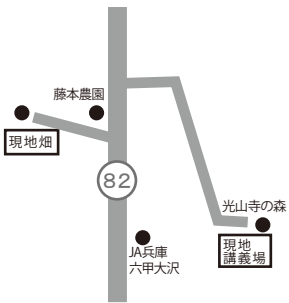
# アグリセラピープログラム2011

## NPO 法人オーガニック ライフ コラボレーションとは、

自然をキーワードに、農に触れあうことで自然から多くを学び感じ、自分らしさをとりもどす『アグリセラピー講座』をはじめ、誰もがオンリーワン！自然流カウンセラー養成講座『あっ！そうかナビゲーター』、などの講座やイベントを開催。また手の加えられなくなった荒廃した人工林の再生や、耕作放棄地となっている田んぼ・畑を利用できるように再生を行う、『里地里山再生活動』、そして限界集落にて都会と地域をつないでのまちおこしなど、様々な活動を行っています。

### アグリセラピー神戸

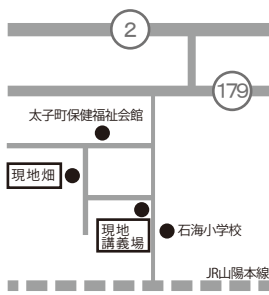
神戸市北区大沢町日西原  
神戸十景にも選ばれている自然豊かなゆったりとした時間が流れている場所。



■車  
六甲北有料道路吉尾ランプより13分  
※駐車場完備  
※電車・バスをご予定の方は  
ご相談ください。

### アグリセラピー太子

揖保郡太子町福地  
揖保川の豊かな水に育まれた肥沃な大地の聖徳太子で所縁の歴史深い街。



■車  
姫路バイパス福田ランプより10分  
※駐車場完備  
■電車  
JR 山陽本線網干駅より徒歩18分

### セラピー講義

体調を崩してまで人間関係に悩み、疲れた生活を送っている人が少なくありません。このストレス社会の中で「いつもイライラしてしまう」「毎日が何だか窮屈」「自分らしさが消えてゆく」と葛藤していませんか？自然栽培での作農と平行して四季折々にテーマを持ったプログラムを通して、あなたが本来のあなたとしてハツラツと生きていけることを体感していく講義です。



### 福本裕子

「わたらしい  
自然な生き方」全9回

心理カウンセラー NPO法人 オーガニック ライフ コラボレーション代表

カウンセラーとしてクリニックから公的機関、また個人的なつながりまで3万人近くのクライアントと関わる。現在のストレス社会で行き詰っている人が自然と調和して生きること、イキイキと生活する喜びを取り戻し豊かな繋がりある社会を目指し、2007年にNPO法人オーガニック ライフ コラボレーション設立。農を通じ自然の中で健やかな自分、心安らぐ居場所を取り戻す活動、地域のコミュニティ再生の活動を行っています。

### 特別講義

各回様々な生き方や取り組みなどの話を聴き、学んでいきます。農家、百姓、酪農、造園など、自然と調和して自立した暮らしをしている多様な講師陣（ナチュラルマイスター）の講義や実習で、あなたのこころと体にたくましく生きる知恵と、多様な生き方が実践できる自信を呼び起こしていきます。（※以下今年度講師陣の一例）



### 河名秀郎

「ナチュラル ライフ  
自然と調和した生き方」

ナチュラル ハーモニー代表

『奇跡のりんご』木村秋則さんのパートナーでもおなじみ河名さん、当団体の農アドバイザーでもあります。自然栽培野菜の販売からレストラン、スクールなど、自然の摂理から学ぶ生き方の普及に力を注いでいます。また映画「降りてゆく生き方」の原点となった「日と水と土」などの執筆も多数、幅広く活躍されています。



### 塩見直紀

「半農半Xという  
自分らしい生き方とは」

半農半X 研究所代表

半農半X... 自分でお米や野菜などの主だった農作物を育て、安全な食材を手に入れ一方、個性を生かした自営的な仕事にも携わり、一定の生活費を得るバランスをとった生き方。いわば、お金や時間に追われない、人間らしさを回復するライフバランスが取れた暮らし方を提唱しています。著作も多数。



### 大森昌也

「自然との自立した  
暮らしづくり」

縄文百姓 あーす農場

森深い過疎の集落に”地球の明日を考える”想いをこめて大森昌也さんが「あーす農場」を運営しています。1987年に定住して以来、縄文百姓の志を持って、できる限り体とあたまを使い身近なものを利用して、自給自足の百姓暮らしを送っています。ドキュメント番組”われら百姓家族”はとて有名。



### 三浦豊

「森と共にくらす  
ライフスタイル」

造園 森の案内人

日本の森を歩き続け5年間。森を読む三浦さんの千里眼で森の植生のみならず、生い立ちに至る歴史までを見とおし、各地の森を案内しています。その写真や資料は膨大、森の木々の様々な姿を捕らえた圧巻のスライドはまさに森を体感できます。森と共に暮らす視点から、自然と調和した自分らしい暮らし方のヒントを語っています。



### 西馬きむ子

「あなたがつくる  
食と農の新しい生活」

農家 ヘルシーママSUN代表

有機野菜のよさを知ってもらいたいと神出有機野菜グループ婦人部のメンバーと共に、毎日の食卓に本当に必要な「食」を提供する有限会社ヘルシーママSUNを、また活動拠点として有機野菜農園&研修施設「グランメール」を設立。農家の女性の自立、やりがいづくりのために奔走しています。



### 和田よしあき

「ほっと一息、心と体の  
健康なひと時」

茶農家 京都なごみ園

「飲んでくださるみなさんに身も心も癒されて幸せになっていただけるお茶づくり」をモットーに、土づくり、水にこだわり、無肥料・無農薬・無たい肥でお茶を栽培。以前農業高校で教えていたこともある和田さんは、農を通じて人が幸せに暮らせるようにと農体験などのイベントを楽しく分かりやすく行っています。

### 農実習

春にはジャガイモ、玉ねぎ、スナップエンドウ...夏はきゅうり、トマト、スイカ...秋はお米、枝豆...冬は大根、にんじん、白菜...ちょっと都会を離れて四季を感じながら自然栽培での田畑づくりから作物づくりを行います。こだわりの農のスタイル、自然栽培の習得はもちろん、自然の理を感じ、学び取る力を養っていきます。  
～自然を感じる落ち着ける場所で、土にふれてゆったりと自分と向きあい、自らの感性を磨く時間を大切にしてみませんか～

### お申込み・お問い合わせ

NPO法人オーガニック・ライフ・コラボレーション (担当:藤原)  
Tel/Fax 078-451-2898 Mail info@olc-net.com  
Web http://www.olc-net.com Blog http://olcblogsblo.jp  
※説明会の参加希望の方は、電話・FAX、またはメールにてご連絡お願いいたします。  
また、説明会の当日にご参加できない方でも個別に対応いたします。

### 説明会開催します

3/26(土) 午前の部 10:00~12:00  
午後の部 14:00~16:00  
開催場所: 神戸東灘区民センター第五会議室(JR住吉駅前)  
参加費用: 無料 どうぞお気軽にご参加下さい