

第1回	実施日	6月11日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「皮膚の仕組みを知り、アロマテラピー化粧品製作」
	講師	鈴木 由子(NPO法人日本ハーバルアロマセラピスト協会理事)
	内容	皮膚の仕組みや化粧品に含まれる化学成分は皮膚にどのように作用し、どのように影響を与えるかを学び、化学化粧品に代わるものとして手作りアロマテラピー化粧品(リップクリーム等)を作ります。
第2回	実施日	7月23日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「炭酸ガスを調べよう (1)いろいろ実験」
	講師	西坂 栄二(生活環境教育研究会)
	内容	私たちは呼吸により炭酸ガスを出していますが、身の回りには炭酸ガスを使用した製品が沢山あります。重曹を使って炭酸ガスの性質を調べます。
第3回	実施日	7月30日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「炭酸ガスを調べよう (2)サイダー等作り」
	講師	岩永 光正(生活環境教育研究会)
	内容	私たちは呼吸により炭酸ガスを出していますが、身の回りには炭酸ガスを使用した製品が沢山あります。重曹を使って炭酸ガスを利用した食品を作ります。
第4回	実施日	9月14日(水) 14:00~16:00
	テーマ	「大豆食品の効用と作り方」
	講師	上原 悠子(クッキング インストラクター)
	内容	大豆は昔から健康に良いと言われ、様々な形で利用されてきました。大豆に含まれるイソフラボンは生活習慣病の予防に効果があると注目されています。大豆の特性を知り、大豆食品を作ります。
第5回	実施日	10月8日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「寒天の固まる不思議」
	講師	鈴木 俊宏(生活環境教育研究会)
	内容	寒天は昔から菓子の材料などに使われてきました。食物繊維を多く含み、低カロリーで健康への効果も高いことから最近、見直されてきています。寒天がどのように固まるかを学び、デザート作りをします。
第6回	実施日	10月29日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「電子レンジで作る秋のおこわ~お米の活用~」
	講師	上村 泰子(料理研究家)
	内容	主食として私達の健康を支えてきたお米の栄養素について学び、秋のおこわを作ります。
第7回	実施日	12月17日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「見つけよう!あなたのハッピーカラー」
	講師	御代川 ひろ美(イメージコーディネーター)
	内容	服飾品の色柄については好みの色等を何気なく選んでいますが、トータルコーディネート術を学んで、イメージアップ・センスアップしてみませんか。
第8回	実施日	1月28日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「傘布を利用して携帯用カップを作ろう」
	講師	町田 ムツ子(まゆの会)
	内容	傘布を利用して、急な雨降りにも安心な携帯用カップを作ります。

第9回	実施日	2月15日(水) 14:00~16:00
	テーマ	「牛乳・ヨーグルトのママ知識 乳製品を活用して」
	講師	松繁 かな子(管理栄養士)
	内容	カルシウム等優れた栄養成分をバランス良く含み、健康に役立つ乳製品を使った食品を作ります。
第10回	実施日	2月28日(火) 14:00~16:00
	テーマ	「不要な衣類からカフェエプロンを作ろう」
	講師	老沼 秀子(めくもり会)
	内容	不要になったタイトスカート・ブラウス・ゆかた等の袖を利用して、カフェエプロン&キッチンアームカバーを作ります。
第11回	実施日	3月4日(土) 10:30~15:00
	テーマ	「何かがいるよ!土の中」
	講師	阿賀 真人(江東区ネイチャーリーダー協議会)
	内容	人間の生活を支えているのは、生き物同士の繋がりで、生態系と言われるものです。その生態系の重要な部分を担っている土壌生物を顕微鏡を通して見ることにより、生き物の循環を感じ取り、生態系の一員としての人間の生活を考えます。
第12・13回	実施日	3月4日(土)10:30~15:30、5日(日)10:30~15:00
	テーマ	「小枝てづくり工房」
	講師	勝野 貴子(特定非営利活動法人みどり環境ネットワーク)
	内容	木の香りや自然の木目に触れながら、簡単に出来る写真立てなどの木工品を作ります。親子で楽しみながら、共に樹木の魅力やパワーを感じてみませんか。
第14回	実施日	3月5日(日) 10:30~15:00
	テーマ	「自然素材を使って絵を描こう」
	講師	阿部 次子(江東区ネイチャーリーダー協議会)
	内容	自然素材を利用して絵を描き、壁飾りを作ります。人と自然の関わりを知り、自然の素晴らしさを感じてみませんか。
第15回	実施日	3月18日(土) 14:00~16:00
	テーマ	「安全色素を使った、三色そばを作ろう」
	講師	西坂 栄二(生活環境教育研究会)
	内容	野菜から取り出した色素を使って、三色のそばを作ります。