



ハートの宅急便

29年 2月1日

2017年 迎春

今年も皆様の幸せと健康を心から祈っております。

ハートスターション理事一同

■一年の四季を感じ、味わい、学び体験するイベントのお知らせ■



自然界の贈り物は、人間にとって健全な精神と肉体を創ります。四季を通して体験できるような楽しい企画で、皆様の参加をお待ちしています

■ 春の山野草 & お茶づくり体験

- 日程 : 4月 9日(日) 11時~14時
- 場所 : 脇山ブルーベリー農園
- 内容 : 山野草摘み取り・効能、効果の学習・天ぷらで試食・・・茶摘み、お茶づくり・茶の効果
- 参加費 : ￥1,500 (中学生以上)

■ 夏のブルーベリー摘み・川遊びと夏の野草体験

- 日程 : 7月 30日(日) 10時~14時
- 場所 : 脇山ブルーベリー農園、椎原川
- 内容 : ブルーベリー収穫・夏の野草学習
椎原川に、カワセミが来る？
川遊び、魚釣りもできるよ
- 参加費 : ￥1,500 (中学生以上)



今年は沢山実
が取れますよ

・春の野草は、年間で栄養、免疫効果が多く含まれています
・茶のカテキン類は・・・
・抗酸化作用、抗腫瘍活性やアレルギー作用等に利用・・・

■ 秋の七草と野草 ・ハーブの収穫と効能、効果、利用方法学習

- 日程 : 10月 9日(日) 11時~14時
- 場所 : 糸島市八反田周辺
- 内容 : 秋の野草(七草)探そう・ハーブ摘みハーブ効果の学習
- 参加費 : ￥1,500 (中学生以上)



カモミール



ラベンダー



ローズマリー



レモングラス

■ 冬の野草(春の七草)・柑橘果樹の利用方法を体験

- 日程 : 30年1月 14日(日) 11時~14時
- 場所 : 糸島市周辺
- 内容 : 七草摘み・七草入り雑炊試食 ・柑橘果実を使い料理実習・・・
- 参加費 : ￥2,000 (中学生以上)
- ~ 申し込みは、裏面に記載しています~



望年会で、初体験??

お抹茶と三味線に合わせて歌い、美味しいお弁当と、和菓子で満腹な1日でした

29年度年会費の納入を お願い致します

会員の皆様の支援と参加とご協力で、一年間の活動を実施してまいります。皆の笑顔と健康生活づくりにチャレンジします。
(振込先は、裏面に記載)

NPO法人ハートスターション ■ ホームページ・フェイスブック

お問い合わせコーナーも開設しています。ご意見や要望などご記入下さい

HP : <http://heartstation-npo.org/> ハートスターションフェイスブ

福岡市城南区片江5-1-45-401・電話/FAX・092-324-1443