

新しい出会いの
交流スペース

「カルチャーズカフェ」
期間中オープン!

会場
青島参道南広場

青島ビタミンプロジェクト ワークショッププロジェクト vol.2

知ればきっと、素敵な自分が見えてくる



地域×トレンドの新しいカタチのワークショップを20講座開催!



花火職人による
国産線香花火講座&体験



青島の味噌蔵女将とつくる
合わせ味噌ワークショップ



みやざき茶ハーブティーで
和のおもてなしマナー講座



フォトジェニックな
青島撮影講座



お部屋に癒しのスポットを
作るテラリウム作り体験

開催日 2018/9/23 日・祝・24 月・休 雨天決行

時間 23日 10:00~21:00 24日 10:00~17:00

参加費 1講座 500円~(※実費相当) 各講座のスケジュールは
Webサイトに掲示します。

場所 宮崎市青島地区【青島地区交流センター
青島参道南広場など】

応募方法 専用WEBフォームまたはFAXにて※定員に達し次第、締め切り

対象 特に文化・芸術活動の未経験者・初心者の方を中心に中学生以上の方ならどなたでも参加できます
※18歳未満の方は保護者同伴とします



【主催】宮崎市 【問い合わせ】事務局:0985-51-9703(AVC放送開発内) 【問い合わせ時間】9:00~17:00 Mail:event@avc-hk.co.jp

お申込みはWebまたはFAXにて! 詳しくはWebへ! 青ビタ 検索 aovita.net

講座内容及び開催日程は、変更になる場合があります。最新の情報は、公式Webサイト(aovita.net)でご確認ください。

青島ビタミンプロジェクトワークショップコレクション vol.2

知ればきっと、素敵な自分が見えてくる

知識や学びの発見や出会いをテーマに、ここでしか味わえない様々なワークショップを開催

月夜の幻想的な青島で地域×トレンドの、楽しく心が元気になるひとときをお楽しみください!

大切な人へ「マイ湯呑」作り体験

23 sun 時間 10:30~
費用 1000円

青島在住のドイツ人陶芸家と一緒にマイ湯呑作りに挑戦! 青島を愛する心と、陶芸という「和の文化」を楽しく学びましょう!

ホッと時間を感ずるおいしいお茶の入れ方講座

23 sun 時間 12:00~
費用 500円

色々なお茶の入れ方を学んで、日常の色々なシーンで「ホッ」とする時間を楽しみましょう!

ドローンで撮影する非日常の自撮り撮影会

23 sun 時間 13:30~
費用 500円

ドローンの講師から操縦を学び、普段見る事のできない青島の景色や、おもしろい角度からの撮影をします。

もやしもんに学ぶ発酵食品学入門

23 sun 時間 14:30~
費用 500円

納豆、醤油、ヨーグルト。皆さんが普段から何気無く口にする発酵食品。その発酵食品の秘密!?を、現役大学生がわかりやすく紹介します。

青島温泉で美肌づくりワークショップ

23 sun 時間 16:00~
費用 1000円

温泉で美肌をつくるポイント、グングン美人効果があがる入浴法など青島温泉でキレイになれる秘密をこっそり教えます。

フォトジェニックな青島撮影講座

23 sun 時間 16:30~
費用 500円

素敵な写真は「構図」から! 初心者向けの写真講座で、ワンランク上の写真撮影技術を学ぶプログラムです。

和のファッションで差をつけるゆかたマスター講座

23 sun 時間 17:30~
費用 1000円

はじめてでも、ぶさちゃんさんでも、簡単楽ちん!! ゆかたの着付けとヘアセット講座! これで即お出かけ出来ちゃいます!

月夜の青島ナイトサイクリング

23 sun 時間 18:00~
費用 500円

基礎知識やマナーを学んだあとは、今話題のアシストギア「FREE POWER」搭載のシェアサイクル用自転車に乗って、青島の景色をのんびりと楽しみましょう。

呼吸法・発声が変わるインナーマッスル強化ピラティス

23 sun 時間 18:30~
費用 500円

体幹・腹筋・胸式呼吸法など、「ピラティス」の基本をゼロから学び、さらに、声の出し方に関わる腹式呼吸を加えたインナーマッスルトレーニングを体験します。

青島スピリチュアルハイキング

23 sun 時間 19:30~
費用 500円

「『青島』って昔はなんと呼ばれていた?」青島に散らばる歴史・文化のかけらを探し、スピリチュアルスポットの秘密を探る、ナイトハイキング。

冠婚葬祭に役立つ暮らしのペン習字講座

23 sun 時間 19:30~
費用 500円

大人らしい美しい文字や、慶事・弔事の表書きなど、社会人として身につけておきたい文字の基礎を、習います。

花火職人による国産線香花火講座&体験

23 sun 時間 20:00~
費用 500円

今では希少な存在となった国産線香花火のこだわりの材料や、儚くも芸術的な線香花火の楽しみ方を花火師さんに教わります。

異色のマッチング♪ 簡単ヨガ入門×篠笛体験

24 mon 時間 10:30~
費用 500円

老若男女関係なく取り組むことのできる、基本のポーズを中心とした「簡単ヨガ」と篠笛の体験。和楽器とヨガの意外なマッチングを体験してください。

和の心を楽しむ藍の叩き染めハンカチ作り

24 mon 時間 10:30~
費用 500円

若き伝統の担い手から藍染の方法を学び、「藍の叩き染め」によって、オリジナルのハンカチを作ります。ぜひ講師の心や想いも一緒に感じてください。

みやざき茶ハーブティーで和のおもてなしマナー講座

24 mon 時間 12:00~
費用 1000円

全国第4位の生産量を誇る「みやざき茶」とさまざまなハーブを組み合わせて、お好みのブレンドを見つけましょう。

青島の味噌蔵女将とつくる合わせ味噌ワークショップ

24 mon 時間 12:00~
費用 1000円

創業140年あまりの老舗醸造元から、麹や味噌・醤油の基本を教わり、実際に合わせ味噌づくりを体験します。

意外な組み合わせ! いろいろデザートクッキング

24 mon 時間 14:00~
費用 1000円

青島名物のいろいろや、日本の伝統的な健康飲料・甘酒などを材料とした簡単デザートを作ります。

お部屋に癒しのスポットを作るテラリウム作り体験

24 mon 時間 14:30~
費用 1000円

テラリウムとは植物などをガラス容器などで栽培する技術です。神話の地青島を感じる、プチスポットを小瓶の中に作ります。

お箸から知る和の心&マイお箸作り講座

24 mon 時間 16:00~
費用 1000円

日本が誇る和食の基礎やその中に受け継がれた「和の心」を、お箸を通じて学び、自分に合った「マイお箸」を作ります。

ウクレッチ〜ウクレレ入門×ストレッチ講座〜

24 mon 時間 16:00~
費用 500円

「ストレッチ」の基本を「ウクレレサウンド」にのせてムードたっぷりに教わります。「ウクレレ」の体験レッスンも同時開催。

※各講座時間は60分を予定しています。

去年の様子

昨年も、文化や芸術、地域の魅力を楽しみながら、満喫していました。講座を終えた皆さんは、とても満足そうでした!

幻想的な青島



月夜が照らし出す青島。神話が伝えられる青島と月夜のコラボは秀逸! 参加者だけでなく、スタッフまで感動!

和の文化を堪能



普段はあまり気にしていなかった「和の文化」に触れることで、これからの生活に活かしたい! という気持ちが生まれました。

食文化を堪能



宮崎の様々な食材を使ったワークショップでは、「えっ!? これっておいしい!」なんて意外な発見がたくさんありました!

特典のある講座もあります。詳しくはWebで!

青ビタ

検索

aovita.net

講座内容及び開催日程は、変更になる場合があります。最新の情報は、公式Webサイト(aovita.net)でご確認ください。

同日開催の青島イベント 今年も、同日開催の青島イベントも盛りだくさん!

- 列車で青島へ行く! JR九州ウォーキング 9月23日(日) スタート受付 8:20~11:45 ゴール受付 ~15:00 お問合せ:0985-51-5988
- 宮交ボタニックガーデン青島 9月23日(日) 青島サンデーマーケット(日曜日) 9:00~14:00
パイナップルを育ててみよう(講習会) 10:00~11:00
トロピカルフルーツKitchen(調理体験) 14:00~15:00 お問合せ:0985-65-1042