

第3回



出雲の未来はみんな決めてよう  
子どもの可能性は無限大

# おかげさまるしえ

— 食べることは生きること —  
出雲の恵みにありがとう!

忙しい毎日を送るパパママのために、

**おいしい、かんたん、げんきな食を提案**

出雲は食の宝庫。海山の特産物を使った食材、レシピなどをご紹介!  
食は生命の源。笑って食べるとおいしいね~!!

託児あり



2024.10.20 [日]

10:00~15:00 **入場無料**

平田文化館《会議室・和室 他》

(出雲市平田町2112-1)

ワクワク/  
マルシェ  
飲食販売ブース

相談ブース

子どもの居場所作り、  
フリースクール等の窓口

世界に一つ!  
マイふりかけを作ろう!!  
ふりかけ作り  
ワークショップ

参加費1,000円 先着20名様

\*楽しいワークショップ盛りだくさん!!

フードバンク、  
おもちゃ・子供服の  
お譲り会

海の幸・  
山の幸の販売

- 10:00~ 開会
- 11:00~ 「世界に一つ  
マイふりかけを作ろう!!」  
(体験型新付き、完全オリジナル)
- 13:00~14:00 ひとさじしみちゃん講演会
- 14:00~14:30 しみちゃんと座談会
- 15:00 閉会
- 終日 マルシェ飲食販売、お譲り会、  
ワークショップ、相談ブース



「ひとさじしみちゃん」講演会 **13:00~**  
親子で食の時間を楽しむヒント

ひとさじしみちゃん(薬膳料理家:清水美希)

鳥取県出雲市出身、2児の母  
病院栄養士、保育所管理栄養士の経験を経て、現在は薬膳料理家の傍ら、山陰中央新報にて「ひとさじどーじょ」を連載するコラムニストとしても活躍。  
摂食障害、産後うつを経験し、「食べること・生きること」と向き合う人生を送ってきた。子どもたちには「自分を大切にすること」を覚えてほしいと考え、西洋医学、東洋医学、実体験を掛け合わせた独自の語り口で講演会を行っている。  
また、自分らしく生きていく事を望む全ての人へ、心と体を繋ぐ命のお茶「橋茶屋」のオーナーとして活動中。最近では、命の物語「だからうまれてきたよ」を世界中へ届けるため、出版社 黄色い雫々を立ち上げた。



◎主催: 無限大∞プロジェクト  
◎後援: 社会福祉法人 出雲市社会福祉協議会  
◎ご協力: ゆずりはネットワーク(おもちゃ・子供服お譲り会)  
カネツキ  
(お問い合わせ) ☎ 090-8248-2736 (金築)

# おかげさまるしえ

## 出店者紹介

\*お買い物にはマイバッグをご持参ください。

### 相談ブース

#### みんなの宇宙村

ミンナノウチュウムラ

釜川町今在家にある畑を中心に活動しています。不登校や行き渋り等のお話も開催しています。宇宙村の畑でできたサツマイモや、子供たちが作ったしおりなどの販売もします。よろしくお願ひします！

#### ボイスプラス

ボイスプラス

声と身体を使ったコミュニケーションを通して表現力を養い、仲間と楽しめる座敷づくりを行います。みんなで発声練習、声優体験などの表現活動や、ヘアダンスなどの身体運動を通して相手の気持ちをくみ取りながらコミュニケーション能力を高めていきます。

#### コネクトほーむ

コネクトホーム

ヤングケアラーさんや学校への行きづらさを感じてる方、本人だけでなくご家族も気軽に集まれる場所です。必要時には相談のりながら専門家への相談も行っている場所です。

#### フリースクール たかきじゅく

フリースクール たかきじゅく

生徒の多様性を尊重し、ひとりひとりにあわせて個別に対応し、誰もが訪れた「学びの場」を提供いたします。

#### サポート校 悠学館

サポート校 ユウガクカン

通信制高校について直接ご質問してください。通信制について理解してもらえるようにお話しします。

#### 夢みるHIRATA 親の会・子供の居場所

ユメミルヒラタ オヤノカイ コドモノイバシヨ

学校が苦手な子の平日の居場所、親の会を平田で始動しました。親も子も安心できる場所が必要です。ちょっとのそいでみてくださいね(^o^)

#### 渡部正嗣

一般社団法人アナザーステージ代表理事  
オンライン不登校サポートカゼマチ代表

ワタナベマサシ

娘の不登校の経験から不登校の子どもや親を応援したいという思いが強まり、2024年3月に中学校の校長を辞職。35年の教職経験と不登校の親の経験をもとに、不登校理解やこれからの学校教育について発信している。

#### ゆずりはネットワーク

ユズリハネットワーク

平田地域で制服や子ども服のお譲り会をしていたメンバーが集まったネットワークです。新しい繋がりがつくと次の世代に場を譲っていく「ゆずり葉」のように、サイズが合わなくなった服を次の必要な子へとリユースし、つながっていくことを目的として活動しています。

#### フードバンク

フードバンク

賞味期限が2か月以上あり、未開封、常温保存が可能なもの。生理用品なども助かります。

もし、お子さんのことで悩んでいるという方がいらしたらマルシェを楽しんでから是非、相談・情報ブースにお立ち寄りください。悩んでいる子どもたちや親御さんを笑顔にしたいと懸命に活動している人たちがいます。出費の子ども達が笑顔になることを願って第3回「おかげさまるしえ」開催に心からエールを送ります。

企画監修 館橋 良成

イラスト: 江戸家猫ハッピー

### 飲食・物販

#### マザーアース 合同会社

マザーアースコウドウガイシャ  
粉末ダシの試食&販売

#### coffee stand 李庵

コーヒースタンドリアン

珈琲、カフェオレ、  
あんぱんサンド、惣菜サンド

#### 柿壺

カキツボ

美味しい西条柿販売

#### 海咲丸

ミサキマル

十六島わかめ他  
海藻類の試食販売

#### cocokara農園

ココカラノウエン

採れたてしいたけ 他

#### 橘茶屋

タチバナチャヤ

心と体を繋ぐ命のお茶  
心に意識を向ける「時」を生む

#### 有限会社タナベ

ユウゲンガイシャ タナベ

葛ほうじ茶、葛石鹸

#### ソタファーム

ソタファーム

ミニトマト  
ポップコーン用とうもろこし

#### 小伊津海旬房

コイツ カイシュンボウ

日本海の美味しい  
お魚の一夜干し

#### 翠苑平田

スイエンヒラタ

おかげさまるしえ  
スペシャル弁当

#### OKIRAKU-TEI

オキラク テイ

ホットサンド・わらび餅ドリンク

#### みんなの宇宙村

ミンナノウチュウムラ

さつまいも

#### かどまちクッキー

カドマチクッキー

FSたかきじゅくの生徒たちが  
運営するクッキー屋さん

★サプライズ出店があるかも!?

### ワークショップ・体験

#### atelier Lillien

アトリエリリアン

マクラメ雑貨&アクセサリ  
・マクラメ編みワークショップ

#### Happy medium

ハッピーミディアム

舌で体調チェック&おすすぬめ食材  
アドバイスワークショップ

#### salon猫丸

サロンネコマル

心も体も癒えて、食欲の秋を楽しもう!  
ずいな整体・ヘッドスパ・占い

#### kohan cooking

コハンクッキング

簡単、お手軽にできる子どもに人気の  
ごはんやおやつのご紹介 ※13時まで

#### ブルーベリー農園 ひかわ神守の里

ブルーベリーノウエン  
ヒカワカンモリノサト

ブルーベリーのお菓子や  
ジャムの試食 ※13時まで

#### neko~寧香~ 中医アロマサロン・スクール

ネコ チュウイアロマサロン・スクール

香りを選んで今必要なものをアドバイス。  
身体をゆるめることで心をゆったり  
ほぐします。ハンドオイルマッサージ  
・ドライヘッドスパ