

にぎたつ コラボ 企画

小松高校 ライフデザイン科

高校生特製弁当



小松高校イメージキャラクター
ようせいくん

小松高校ライフデザイン科は、地域の伝統や特産品に基づく生活文化の伝承として、「椿文化」「魚食文化」「はだか麦」の普及活動に取り組んでいます。特製弁当にも、愛媛県産の真鯛（里芋コロケ）を使い、醤油餅で椿を表現しています。

・お品書き
・鶏五目ごはん
（別の容器にて提供します）
・ハンバーグナポリタン
・真鯛入り里芋コロケ
・鰯のごまみそ焼き
・ポテトサラダ
・筑前煮
・青菜のおひたし
・なます
・醤油餅（椿）
・くだもの
・2階レストランにて提供します
・テイクアウトも可能です



坊っちゃん劇場 & にぎたつ会館

ショートステージ・トークショー

季節の味覚会席

ジョンマイラブのメインキャストによるオープニングシーンのショートステージとコミュニケーションスキルUPのトークショーです！ステージ終了後、季節の味覚会席を提供いたします。

★AKBメンバー★がにぎたつ会館に来るかも!?



館内レストラン・各宴会場での食事については、笑顔の安心飲食店の認証を受けています。
「笑顔の安心飲食店認証制度」とは、愛媛県が定める感染症予防対策（全54項目）を講じている飲食店を愛媛県が認証し、県民及び県外の利用者に安心と信頼を提供するとともに、コロナ禍に立ち向かう飲食店を支援する認証制度です。



にぎたつ

ウェルネス ウェルフェア

FESTA

2022.7.23 (Sat) 10:00 ~

坊っちゃん劇場 特別講座

役者体験&お芝居作りで
コミュニケーションUP

健康づくり・メンタルヘルス
育児・介護
お楽しみイベント

健康★ガラポン★
スタンプラリー
ブースを回って
景品を当てよう

★禅ヨガ
★アニマルフロー
★肩こり腰痛改善ストレッチ
★マスクアロマスプレー
★おやこ科学工作
★発電エルゴメーター
★ビジョントレーニング
★ロコモ健診

特定健康診査

40歳以上の被扶養者は
（任意継続組合員等含む）
健診が受けられます。

申込締切
7月6日（水）

にぎたつ コラボ企画

★高校生考案 特製弁当
★坊っちゃん劇場
ショートステージ・トークショー
& 季節の味覚会席

詳細は裏面に・・・
申込締切
7月6日（水）

会場：にぎたつ会館

松山市道後姫塚118-2 ☎(089) 941-3939

●参加資格

- (1) 公立学校共済組合愛媛支部の組合員及び任意継続組合員
- (2) 上記(1)の被扶養者及び家族
- (3) 関係所属職員（講師・臨時職員等）及びその家族

●参加料（にぎたつ会食補助使えます。）

★にぎたつコラボ企画 特製弁当 2,500円（補助適用後1,250円）
味覚会席 4,500円（補助適用後2,250円）

★その他イベント等は、すべて無料で参加できます。

●お問い合わせ・お申込み先

公立学校共済組合愛媛支部 ☎(089) 941-5393

メンタルヘルス

坊っちゃん劇場 コミュニケーション 能力向上 特別講座



講師 中村茂昭

役者が普段行っている訓練の中に、日常で使えるコミュニケーションのヒントがあります。
この講座では、役者体験をして頂きます。体験の中で、日頃の自分と照らし合わせます。
話す力（伝える力）聴く力（受け取る力）読む力（理解、想像する力）の3つを重点的に体験します。

☆オンライン・フェスタスペシャルコンテンツ

ぜひチェックしてください。

<https://kouritu-ehime-online.jp/>

小説「坊っちゃん」より
マドンナが教師になっちゃった件

けん!



健康づくり



発電機能付のエルゴメーター（エアロバイク）ブースです。
運動でどのくらいのエネルギーを作り出す事ができるのか、
同時に体内でエネルギーが消費されるのかを実感できます。



肩こり・腰痛
改善ストレッチ

日々の生活に取り入れやすい、ストレッチを中心に、
身体の変化を実感して頂きながら理論と実践の体験型
講座を行います。



動物の動きを取り入れたエクササイズで、
本来人間が持っている機能を取り戻します。

アニマルフロー
ワークアウト

座禅とその呼吸法を取り入れたヨガです。
疲労、不眠、イライラ、躁鬱、過食などが緩和され、
安定した感情と健全な心身を手に入れます。

禅yoga



マスク
アロマスプレー

簡単なカウンセリングの後、
自分の好みに合ったアロマスプレー
をご自身で作っていただきます。

坊っちゃん劇場アウトリーチ事業部にて、コーディネーター、講師として
企業学校むけのワークショップや研修、ミュージカルなどのプロデュース
を行っています。

～出演～

劇団四季「ライオンキング」「アイダ」等に出演
劇団いちびり一家「どこかで亀が鳴いている」
工藤俊作プロデュース公演「楽園」出演

大阪芸術大学第3回特別オペラ公演
「カルメン」パステリア役
映画「海すずめ」市役所・上司役

～プロデュース～

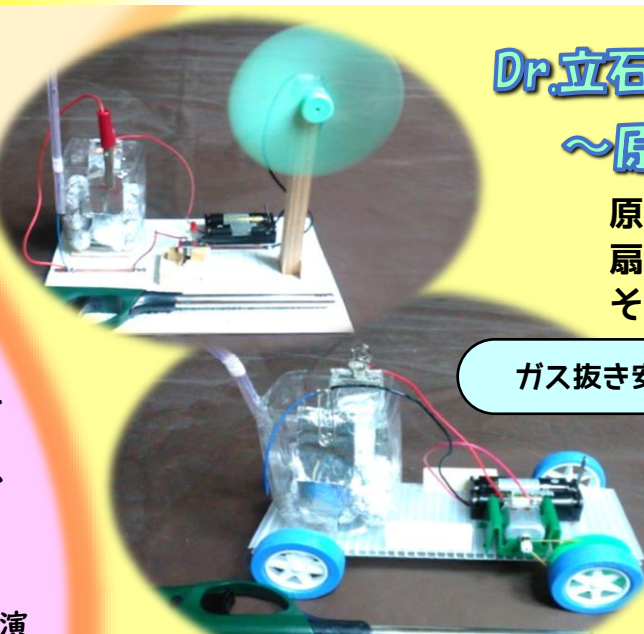
椿中学校30周年記念行事、舞台企画（総合プロデュース）
西条市千の風プロジェクト「あなたへ～千の風物語～」（構成・演出）
鴨川中学校70周年演劇企画（総合プロデュース）
西予市市民劇団もんだかな第五回公演「結婚という冒険」（脚色・演出）
西条市民ミュージカル「走れ！夢の新幹線」（演出）
八幡浜市民ミュージカル「北針」（稽古管理、舞台監督）
他多数・・・

子育て・介護予防

Dr立石のおやこ科学工作
～原始リモコンで遊ぼう～

原始リモコンを使って
扇風機を回す？
それともレースカーを走らす？

ガス抜き安全チャッカマンで電波発射 Go!



愛媛県県境政策課委託 新エネ教室を県下で展開中
こどもの城に併設するエコハウス外部指導講師

※ 大学の理科室イベントをにぎたつ会館で開催！
※ 夏休みの自由研究にも対応します。



Dr.立石

ビジョントレーニング
～シンガンもぐらたたき～

正しく「見て」、柔軟に「思考して」、器用に「行動する」力を高める
トレーニングマシンのブースです。目と脳とからだの反応スピード
を測定します。
子どもから大人まで年齢に関係なく誰でも楽しく挑戦できます。



ロコモ健診

足腰の病気や転倒による骨折を予防し、
効果的な介護予防・健康対策に！
～3種類のテストを行い、健康運動指導
士がアドバイス！～



特定健康診査



40歳以上の被扶養者の方は、
会場で健康診断が受けられます。
年に1度は必ず受けましょう。

健康★ガラポン★
スタンプラリー

生活改善のための健康ブースです。すべて参加して、豪華景品が当たるかも！？
※ 特定保健指導対象の方は、参加後、初回面接支援を実施できます。



食事と栄養



10分エクササイズ



ウォーキング



筋トレ&ストレッチ

★景品紹介★

坊っちゃん劇場
観劇チケット
ヴァンサンカン・パンセ
エステ体験
にぎたつ会館
宿泊券
ギフト券
ランチ半額券…
★★★★★★