

健やかな好奇心を刺激し、未来の体を作る女性のための フード&ライフスタイルラボ「paddle」募集開始！

株式会社oiseauは、2018年5月20日（日）より、健やかな好奇心を刺激し、未来の体を作る女性のための”フード&ライフスタイルラボ「paddle」（パドル）”を開設し、各分野の専門家とともに「食と暮らし」を様々な観点で学び、体感するワークショップスタイルの講座をスタートします。



フード&ライフスタイルラボ「paddle」は、「今日の一日が、10年先のわたしをつくる」をコンセプトに、10年以上先の未来を見据え、今よりも自分の体にフィットしたライフスタイルを模索している30代～40代の女性たちを対象にしています。

30代以降の女性のライフステージでは、まさに海の波のように様々な変化が訪れます。

特に首都圏に在住し、仕事を持つ女性は、不定愁訴に悩まされ、入れ替わりの激しい食の情報にとまどい、何が正しいのか選択に迷うこともあります。

そのため、自分自身の身体に合ったものかどうか？という視点を見失う人も少なくありません。Paddleは自分の体を深く知り、自分の体に合った食べ物と暮らし方をオーダーメイドで作り上げ、今よりもさらに美しくありたいと願う女性の想いを応援する企画です。



[paddleが生み出すコミュニティと磨き合う場のデザインについて]

Paddleでは、変化の大きい食の流行情報に惑わされなく、オーダーメイドのセルフケアができるよう、自分の体と向きあい、毎日の食べものを上手にチョイスしていくことが、未来の体づくりにつながると考えています。

また、同じ価値観をもつ仲間と出逢うコミュニティがあることで、互いに感性を磨きあい、「いつまでも美しくありたい」と思う女性ならではの気持ちを支えあうことができると考え、体験を重視したワークショップスタイルの講座を通年で提供します。

【お問合せ先】 paddle事務局（oiseau内）
・ WEB <http://www.oiseau.co.jp/paddle/>
・ MAIL paddle-info@oiseau.co.jp

●食と暮らしの様々な観点を学び、体感するワークショップ

paddleはテーマトークとワークショップで構成され、十分にコミュニケーションできる2H制。後半はランチを囲んで交流する場も。

▽コミュニティのメンターは、食と暮らしのプロフェッショナルたちが参画▽

□第1回「からだを整える」

メンター：新田理恵 (tabel)

トーク：からだを整える

ワーク：体質に合わせた薬草ブレンド茶作り



□第4回「盛りつけをデザインする」

メンター：市角壮玄 (hoxai graphics)

トーク：デザイン視点のフードスタイリング

ワーク：VEGESUSHIワークショップ



□第2回「家庭の料理を楽しむ」

メンター：三原寛子 (南風食堂)

トーク：家庭の料理を楽しむ

ワーク：家庭料理を楽しむための素材づくり



□第5回「料理道具と付き合う」

メンター：熊澤大介 (金浅商店)

トーク：料理道具と付き合う

ワーク：10年長持ちする道具のお手入れWS



□第3回「菌を育てる」

メンター：鈴木大輝 (発酵わくわく大使)

トーク：菌を育てる

ワーク：水キムチと薬膳料理で晩秋の冷え対策WS



□第6回「フィードバック」

メンター：松田龍太郎 (oiseau)

トーク：フィードバック

ワーク：懇親会&ケータリングにて



▽開催概要▽



■開催期間

2018年5月～2019年3月 (全6回参加)

各回11:00～13:00開催

■参加費

70,000円 (一括)

支払い方法：銀行振込 クレジットカードにて

■募集クラス 定員：20名

・奇数月クラス

(5月、7月、9月、11月、2019年/1月、3月)

・偶数月クラス

(年6月、8月、10月、12月、2019年/2月、3月)

※詳しい日程はwebサイトをご覧ください。

※2019年3月は合同開催になります。

■募集期間

2018年3月26日(月)～5月10日(木)

※定員に達し次第、しめきります。

■会場 フレミングハウス清澄白河

・住所 〒135-0022 東京都江東区三好2-6-10

・アクセス 東京メトロ半蔵門線

・都営大江戸線「清澄白河」駅より徒歩6分



△フレミングハウス清澄白河

【お問合せ先】 paddle事務局 (oiseau内)

・WEB <http://www.oiseau.co.jp/paddle/>

・MAIL paddle-info@oiseau.co.jp