

第5回 未来創造セミナー

くさつジエヌは、
「動いて、食べて、美しく！」

～健康は動・食・美の結晶（クリスタル）！～

1

平成28年1月26日（火）

市民交流プラザ 大会議室

草津市総合政策部草津未来研究所

スケジュール

▶ 10:05 ご挨拶 草津市総合政策部草津未来研究所 副所長 山本 憲一

▶ 10:05 ~ 10:20

「健康の維持、増進のための動・食・美」

立命館大学スポーツ健康科学部教授 岡本 直輝教授

▶ 10:20 ~ 10:40

「たべものから始まるからだづくり たべものが繋いだ仲間たち」

くさつジェンヌ 大塚 佐緒里さん（草津市野路在住）

▶ 10:40 ~ 11:00

「家事と育児とボディコントロール 日常に溢れるフィットネス」

くさつジェンヌ 江藤 沙織さん（草津市南草津在住）

▶ 11:00 ~ 11:10 リラックスタイム

▶ 11:10 ~ 11:50 ワークショップ

▶ くさつジェンヌ 森田 紀美さん（草津市渋川在住）

「健康の維持、増進のための動・食・美」



岡本 直輝 先生

立命館大学スポーツ健康科学部

経歴

日本体育大学大学院体力研究科修了。

コーチングにおけるトレーニング処方やゲーム分析に携わっている。

アメリカンフットボールの指導やJリーグのサンガカレッジの立ち上げなどを経験。

現在、京都体育学会理事長、滋賀県バスケットボール協会副会長などを務める。

「たべものから始まるからだづくり たべものが繋いだ仲間たち」



大塚 佐緒里 さん

(草津市野路在住)

出身地 愛媛県松山市

現在の居住地 滋賀県草津市野路

草津在住歴 4年

その他 草津市農業振興計画策定懇談会委員 くさつパールプロジェクト
防災おにぎりシスターズ くさつ未来プロジェクト

「家事と育児とボディコントロール 日常に溢れるフィットネス」



江藤 沙織 さん

(草津市南草津在住)

出身地 滋賀県甲賀市

現在の居住地 滋賀県草津市野路

草津在住歴 5年

その他 防災おにぎりシスターズ くさつ未来プロジェクト くさつパールプロジェクト

リラックス・タイム！

- みんなでダンス、ダンス、ダンス！
- 草津野菜スープで暖まろう！

ワークショップ それぞれの『動いて、食べて、美しく』



森田 紀美 さん

(草津市渋川在住)

出身地： 広島県尾道市因島

現在の居住地： 滋賀県草津市西渋川

草津在住歴： 31年

その他 草津市男女共同参画審議会委員 防災おにぎりシスターズ くさつ未来プロジェクト
くさつパールプロジェクト

第6回未来創造セミナーのご案内

未来の“くさつ”を創造する産学公民連携！ 市民主役のまちづくりを考える（仮称）

講師 ; 肥塚 浩 先生（立命館大学経営学部）

開催日時 ; 平成28年3月26日（土） 午前10時から正午まで

場所 ; 市民交流プラザ 大会議室

定員 ; 50名

内容確定次第、ホームページ、Facebookに掲載します。