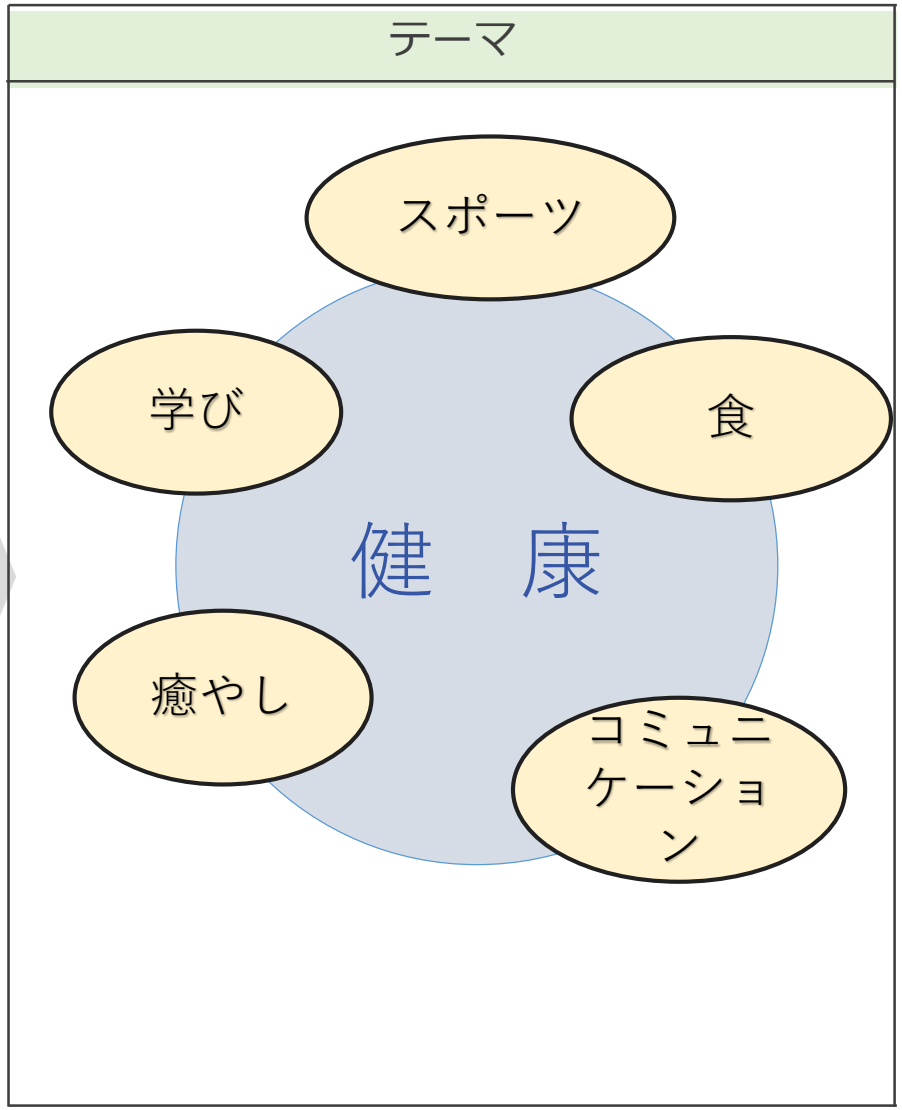
住友生命プラザ（柏の葉店）プロジェクト

常設プログラムプラン例

健康・スポーツ	・ランニングトレーニング ・筋力・バイクトレーニング ・がんケアサポート ・トレッキング講座 ・**フォトロゲイニング** ・健康講座 /食生活改善
食	・食育ワークショップ　（子供対象） ・季節の野菜クッキング ・**発酵ミニ講座**（甘酒、味噌、糀etc.） ・**アウトドアクッキング**
学び	・東京大学のサイエンス講座 ・**ものづくり /アートワークショップ** ・IoT講座　・子供向け起業講座 ・英会話 ・アクティング講座　etc.
癒やし	・ヨガ/ストレッチ ・**ガーデニング/盆栽** ・野菜栽培 ・**睡眠講座**
コミュニケーション	・カフェ（テーマ別） ・地域交流 ・国際交流　（世界の食べ物・文化講座etc.） ・音楽など

- **地域イベント 柏の葉ロゲイニング**
- **野草取りウォーキング**
- **醤油講座・おせんべい焼き体験**
- **親子で楽しめる ペットボトルクッキング**
- **銀マーカーでお絵かき 光るカードづくり**
- **英会話たいそう**
- **睡眠講座**
- **ベランダでできる野菜栽培**
- **コーヒーの入れ方**
- **世界の旅・料理**