



# お花は心の栄養 寄せ植えセミナー

～寄せ植えの效能を知って、心も体もリフレッシュ～

植物には人の心を癒やし、元気をくれるパワーがあります。ですが、「お世話が難しそう」「どう飾ればいいのかわからない」と感じている方も多いはず。お花の效能や長く楽しむためのコツを学び、一緒に、自分だけの「小さな庭」をつくりませんか。



“自分で作ったものが”生活にある  
**喜び**“は格別★

## 花で心と体が整う

花や植物には、ストレス軽減・気分の安定・集中力アップなどの効果！  
**手を動かすことで脳が活性化**

寄せ植えは、色・形・配置を考える“創造的な作業”。指先を使うことで脳の活性化！

## 完成した作品が暮らしを彩る

小さな寄せ植えを玄関先などに置くことで、水やりを気かけたり、成長を楽しみにしたり、毎日の気分が明るくなりますね 🌱



日時：2026年 **4月26日(日) 13:30~15:00**

場所：富山県民共生センター サンフォルテ308号室

〒930-0805 富山県富山市湊入船町6-7 TEL：076-432-4500

講師：広世 かおり(ひろせ かおり)氏

参加費：3,000円 ※材料費(花・器)込み

定員：15名

👉土がついても気にならない  
服装でお越しください。  
または、エプロンをお持ち  
ください



【お申込】 mail：[contact@career-net.org](mailto:contact@career-net.org) / Fax：0766-91-2870  
(1氏名 2住所 3メールアドレス 4電話番号 ご記入ください。)

←左記のQRコードから、お申込みできます。

### 【講師プロフィール】

広世 かおり(ひろせ かおり)氏

greengrass(グリーングラス) 代表

フラワーコーディネイト歴18年、富山中央植物園の花壇デザイン・管理の仕事を経て、「暮らし方に寄り添う庭づくり」をモットーに、富山の宿根草や一年草を使った、季節の花が咲くお庭づくりをしています。  
花が咲き、心地よい庭になることで、幸福感を感じていただきたいです。

