

HOSHIGAOKA CARD EPOS COMMUNITY ROOM NEWS

2018

3

March

皆様の星が丘タウンでの暮らしを楽しく、便利で、豊かにするための学びの場をご提案します。

3-1 ワークショップ

コサージュレッスン

～入学(園)・卒業(園)式の後はバッグチャームとして～

講師:澤田 久美子

M-Style Ribbon class 認定講師、Ruvery
アーティフィシャルフラワー認定講師

時間:10時30分～12時

会費:会員/無料 一般/500円 定員:6名

教材費:2,400円 持ち物:持ち帰り用袋

講師が用意するお花やリボンを選んでいただき、入学(園)・卒業(園)式のお洋服に合わせたコサージュが作れます。またご希望の方には、バッグチャーム用の金具をお付けしますので、式が終わったあともバッグチャームとして2wayお楽しみいただけます。星が丘テラス限定価格です。



3月3日(土)

3-2 講座

1日2分でカラダが柔らかくなるコツ

～硬いカラダから卒業しましょう!～

講師:奥村 龍晃

スポーツがうまくなる治療院「フィジカルバランスラボ」
(星ヶ丘)院長 柔道整復師

時間:10時30分～12時

会費:会員/無料 一般/500円 定員:6名

持ち物:ヨガマットまたは大きめのバスタオル

「え?たったこれだけでいいの?」という位、簡単に効果の出るヨガやストレッチを体感しませんか?覚えてしまえば1日2分でカラダを柔らかくできます。新しいことにチャレンジできるカラダになりましょう!※動きやすい服装でお越し下さい。



3月6日(火)

3-3 講座

慌てない相続、たった3つのポイント

～大切な家族に想いをつなぐ～

講師:柴田 時子

AFP 相続診断士、FPmama Friends 代表、
FMラジオパーソナリティ、

時間:10時30分～12時

会費:会員/無料 一般/500円

定員:8名

相続診断士と一緒に「親族関係図」を書いたり、30のチェックシートで気になる項目を、近年の事例をもとに解説していきます。準備できることから少しずつ、専門用語なしの「はじめての方向け」相続セミナーです。最後まで楽しく聞けたと、大好評な講座です。



3月7日(水)

3-4 ワークショップ

自分でブレンド! myハーブティー

～薬効たっぷりハーブティーを美味しくブレンド～

講師:たかはし 美保子

herbteaアドバイザー、国際中医師、NHKさらさらサラダ
出演、ハーブ手作り講座など25年継続

時間:13時30分～15時30分

会費:会員/無料 一般/500円

定員:6名 教材費:2,000円

持ち物:筆記用具、マイカップ

数種のハーブティーを試飲していただき、薬効や特徴、使い方をお話します。その後、オリジナルハーブティーを手作りし、お持ち帰り(約1週間分)頂く楽しい講座です。セルフケアに役立てられるようなレシピ作りもサポートします。講師ブレンドを含め、トータル25種類程度のハーブの試飲体験ができます。



3月7日(水)

3-5 ワークショップ

天然着色のアイシングクッキー

～ホワイトデーや卒業のプレゼントにも～

講師:牧 志穂

ABCクッキング認定講師、
フードコーディネーター、食生活アドバイザー

時間:10時30分～12時30分

会費:会員/無料 一般/500円

定員:8名 教材費:3,500円

持ち物:エプロン、持ち帰り用の袋

天然着色やストロベリーパウダーを使った身体に安心なアイシングクッキーです。ドレスや靴、ケーキ、花束(お花はこちらで準備)などホワイトデーや卒業シーズンのプレゼントにもぴったりです。フォトジェニックなシュガーレースやドライエディブルフラワーの扱い方を学びます。*箱・個包装・乾燥剤付きです。



3月8日(木)

3-6 講座

大人の食育講座

～花粉症対策と食事について (試食付)～

講師:山本 理江

星ヶ丘「南明治館」取締役、管理栄養士・フードコーディネーター 栄中日文化センター料理講師

時間:10時30分～11時30分

会費:会員/無料 一般/500円 定員:12名

毎年2～4月は花粉症に悩まされる方が多くいらっしゃると思います。そしてその人数も年々増加傾向にあります。そこで花粉症のメカニズムと今からでもできる予防と食生活についてお話します。



3月9日(金)

3-7 講座

おしゃれインテリアセミナー

～今月のテーマ「観葉植物」～

講師:杉浦 一幸

DO LIVING ISSEIDO星が丘テラス店オーナー、
(有)一誠堂代表取締役、東海ラジオ放送「杉浦一幸の
おしゃれインテリアトーク」レギュラー

時間:13時30分～15時 定員:12名

会費:会員/無料 一般/500円

持ち物:筆記用具

家づくりのこと、お金をかけずに素敵な部屋をつくる方法や、ちょっとしたインテリアの工夫をアドバイスします。

*店舗で使える「特別クーポン」付き



3月9日(金)

3-8 ワークショップ

ダイパー(オムツ)ケーキ2段

～ご出産祝いに最適～

講師:伊藤 志保、早川 智紗子

一般社団法人BABY SHOWER JAPAN所属
ベビーシャワープランナー1級、
ダイパーケーキマイスター

時間:10時30分～12時

会費:会員/無料 定員:8名 一般/500円

教材費:5,000円

ご出産のお祝いとして注目されているダイパーケーキ。今回は、豪華な螺旋型の2段のダイパーケーキを作成します(紙オムツはオーガニックコットン配合で24枚使用)。時間の都合で、ブーケは講師が作成します。



3月13日(火)

3-9 講座

本漆教室 (金継ぎ)

～陶磁器を伝統的な漆芸技法で直してみよう～

講師:浅井啓介 現代工芸美術家協会 評議員、日展 会友
 時間:14時～16時
 受講料:10,000円/月2回
 定員:8名 18歳以上
 持ち物:筆記用具、ティッシュペーパー、
 新聞紙、直したい器(あれば)

陶磁器の割れや欠けを、美的に直す技法「金継ぎ」の教室です。4月から8月までの第1・第3火曜日に開講します(3月のみ第2・第3)。

ポンドやパテなどの化学製品は一切使用しない、日本古来からの本当の漆芸技法で修復していきます。初心者の方大歓迎です。スケッチ・箸や器の製作・漆絵画(パネル)作品の製作・オブジェ等や平面構成・立体構成・色彩などもお教えいたします。各自、自由に直したいものや作りたいものを作って頂くことを推奨している講座です。初回は、線描きの練習・漆の説明・材料のお店紹介などをします。2回目以降の材料・道具等は各自で漆専門店などで直接購入してきて下さい。
 *まずは見学だけでもお越しください。



3月13日(火)・20日(火)

3-10 ワークショップ

ブルーデコ
～スワロフスキーを使用したキラキラ美しく輝くロンデル～

講師:永松有希子 JGA(日本ブルーデコ協会)認定講師・日本ヴォーグ社ボーセラーツ認定講師
 銀座エステスタジオ花キャンダル講師・ハーバリウムフローリッシュ認定講師
 時間:10時30分～12時30分
 定員:6名 会費:会員/無料 一般/500円
 教材費:1個:2,600円 2個:4,000円

スワロフスキーの形やお色はいくつか用意しておりますので、好きな物をお選びいただき制作できます。制作時間は個人差がありますが、1個1時間前後ですので、お時間内であれば2個セットも豪華でお得です。*チェーン(別売)300円



3月14日(水)

3-11 講座 毎月第2水曜日に開催(6月まで)

愛'己書'道場
～筆ペンで味のある文字を描いてみませんか?～

講師:笹田愛 一般社団法人 日本己書道場 認定師範 愛己書道場 代表
 時間:13時30分～15時 定員:8名
 会費:会員/無料 一般/500円 教材費:2,000円

ちょっとしたコツさえ掴めば、すぐに「味のあるオシャレな文字」を描けるようになります。誰かに見せたいくなるようなステキな筆文字を筆ペンで気軽に書いてみませんか。お手紙やメッセージカードにぴったりです。筆ペン等、講師が用意しております。



3-12 ワークショップ

アンティークとドライフラワーのある暮らし
～春色のバラを使ってお花のケーキを作らしましょう～

講師:アンティーク/長岡訓子・ドライフラワー/佐藤恵
 <長岡訓子>女性のためのアンティーク入門ショップ チェルシー・オールドオーナー
 <佐藤恵>ドライフラワーの製造からデザインまで手掛ける「リベリユル」(浜松市)のオーナー
 時間:10時30分～12時30分
 会費:会員/無料 一般/500円 定員:6名
 教材費:7,344円

フランスアンティークのステンシルプレートに合わせた「バラ」のドライフラワーを使って、アンティークのお話しを聞きながら、カップケーキのようなアレンジを作ります。



3月15日(木)

3-13 ワークショップ

ハーブスペシャル編
～私の為のハーブティー、ベストブレンドを手作り1ヶ月分～

講師:たかはし美保子 herbteaアドバイザー、国際中医師、NHKさらさらサタ出演
 時間:10時30分～12時30分
 定員:6名 会費:会員/無料 一般/500円
 教材費:4,900円 持ち物:筆記用具、マイカップ

講師が、あなたの心身をケアサポートする薬用ハーブティーのベストレシピをお作りします。そのレシピにそって計量し、ブレンドハーブティーを作ってください。ハーブ菓草酒にもなります! 持ち帰り用のマイブレンドハーブティーは1ヶ月分以上あります。



3月21日(水)

3-14 講座

愛知医科大学看護学部「健康と看護の教室」
～あなたの飲酒は大丈夫ですか?～正しいお酒とのつき合いかた～

講師:大谷 恵 愛知医科大学看護学部 精神看護学 准教授
 時間:10時30分～11時30分 定員:8名
 会費:無料 持ち物:筆記用具

「酒は百薬の長」と言われていますが、度を越せば健康に害をもたらし、人づき合いがうまくいかなることもあります。楽しく豊かな毎日を送るために、お酒についての正しい知識を得て、お酒との正しいつき合いかたを一緒に考えたいと思います。



3月22日(木)

3-15 講座

紅茶のある暮らし「春編」
～紅茶のある暮らしでこころ豊かに～

講師:森川 隆 日本紅茶協会認定ティーアドバイザー、愛知県陶磁美術館解説ガイド
 時間:10時30分～12時(1部) 13時30分～15時(2部)
 定員:6名/各部 会費:会員/無料 一般/500円
 教材費:2,000円 持ち物:筆記用具、持ち帰り袋

紅茶を美味しく入れるポイントをレクチャーし、一緒に実習します。そして簡単に出来る春のアレンジメニューも紹介。紅茶のある暮らしで、こころ豊かになりましょう。*紅茶、お菓子、お土産付き。



3月30日(金)

3-16 体験実習

星が丘コミュニティガーデン「星のガーデナー Project」
～ガーデナーと養蜂家が手を組んだ初心者向けオーガニックガーデニングの体験実習～

講師: 柵山直之 (有)メイガーデンズ代表・ガーデンデザイナー・1級造園施工管理技士
 船橋康貴 (一社)ハニーファーム代表・養蜂家・環境活動家
 Aコース ガーデン実習:4～12月 毎月第2土曜日 午前9時～12時
 年間参加費:8,000円 定員:10名 ※3/24(土)9時～オリエンテーション
 Bコース ガーデン&養蜂体験
 ガーデン実習:4～12月 毎月第2月曜日 13時～16時
 養蜂体験:4月～7月中旬 毎週月曜日 午前7時～11時
 7月中旬～11月 隔週月曜日 午前7時～11時
 年間参加費:15,000円 定員:10名 ※3/19(月)13時～オリエンテーション

この春、星が丘テラスに新設する花壇をコミュニティガーデンとして活用し、参加者皆でガーデニングを学びながら街をお花いっぱいにしてゆく活動です。年間を通して、楽しみ学べる体験実習プログラムです。Bコースでは東山植物園内での養蜂体験を通じた環境学習も実施。両コース通じ、人と自然が寄り添って暮らすための街の景観作りと人材育成を兼ねたオーガニックなガーデニング講座です。*ガーデン実習は、屋外作業と屋内講習との組み合わせになります。*服装・持ち物等に関しては、初回のオリエンテーションにてご説明致します。



星が丘カードエポスコミュニティールーム
星が丘テラスEAST 1F

星が丘に集う人々が、繋がる場所として誕生しました。暮らしを楽しく、便利で豊かにするための講座を実施します。

[利用時間 10時～20時]

講座のお問い合わせ・お申し込み

☎ 052-781-1266

[受付時間:10時～20時]

hoshi-com@hoshigaoka-terrace.com

※講座名、お名前、参加人数、ご連絡先を明記の上、お申し込みください。



HOSHIGAOKA TERRACE
〒464-0802
名古屋市中種区星が丘元町16-50

※表記されている費用はすべて税込みです。*会費、教材費は現金で当日お支払いください。*写真はイメージです。
 ※開催日は変更になる場合がございます。*定員になり次第、受付を終了させていただきます。
 ※キャンセルは3日前までお願いいたします。
 ※教材費にはレッスン料が含まれています。

会員とは、星が丘カードエポス会員様のことです。