

HOSHIGAOKA CARD EPOS COMMUNITY ROOM NEWS

2019
2
February

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。

2-1 ワークショップ

秋色アジサイのドライフラワーリース ～シックな秋色アジサイのドライフラワーで作るお洒落なリース～

講師: 神田 むつみ アトリエエフェ主宰 ライフスタイルコンシェルジュ
時間: 10時30分～12時30分(1部) 13時30分～15時30分(2部)
受講料: A 3,900円 B 4,900円 定員: 8名/各部
会費: 会員/無料 一般/500円
持ち物: はさみ、グルーガン・ピンセット(あれば)
赤く色ついた秋色アジサイのドライフラワーを使ってリースを作ります。初心者の方でも素敵に仕上がるポイントをたくさんお伝えします。寒い季節、室内での手仕事時間を楽しみませんか? *直径約23センチ *A.秋色アジサイのみ B.Aにユーカリの葉とリボンが追加 ※画像はB



2月1日(金)

2-2 講座

ティーライフ&スタイル 紅茶セミナー ～日常で知っておくと便利な紅茶の基本的なマメ知識～

講師: 上野 理絵 株式会社コンパス代表取締役 日本紅茶協会認定ティーアドバイザー
時間: 10時30分～12時30分(1部) 13時30分～15時30分(2部)
会費: 会員/無料 一般/500円 受講料: 3,000円
定員: 8名/各部 持ち物: 筆記用具 ※同伴の学生1,500円(小学生以下無料)
珈琲党の方も、紅茶がよくわからない方も、「紅茶の話で盛り上がり」、「紅茶を飲みたくなる」のが本講座の特長です。講師の軽快なトークはあっという間に時間が過ぎ「楽しかった」「次はいつ開催ですか?」と必ず聞かれるほどの人気の講座です。おいしいゆとり紅茶時間をどうぞご体感ください。



2月2日(土)

2-3 ビオ・マルシェの宅配

オーガニックライフを始めよう ～ビオ・マルシェの有機野菜のお話～ *試食とお土産付き

講師: 太田 宏枝 大阪あべの辻調理師専門学校卒業、専門調理師(西洋)取得、ビオ・マルシェ コンシェルジュ
時間: 10時15分～11時30分(1部) 12時～13時15分(2部)
定員: 8名/各部 会費: 無料 受講料: 無料
有機野菜とは?あまり知られていない「有機野菜と無農薬野菜の違い」などのお話の後に、実際に旬の有機野菜を試食していただきながら、ビオ・マルシェの宅配のシステムをご紹介させていただきます。豊かで美味しいオーガニックライフを体験しましょう!
この講座の申込受付・お問合せは0120-16-0831ビオ・マルシェの宅配まで



2月5日(火)

2-4 ワークショップ

彩りのポジャギ ～布で作るアート 韓国のパッチワーク～

講師: 板倉 倫子 NHK文化センター、中日文化センター講師
時間: 13時30分～15時30分
受講料: 2,160円 材料費: 1,620円～(1作品～)
定員: 8名 会費: 会員/無料 一般/500円
持ち物: 筆記用具
独特な色彩と美しい線が特徴の韓国伝統工芸「ポジャギ」。小物からタペストリーまで、キットではないあなただけのポジャギを作りましょう。(材料費は制作するものによって異なります。)



2月6日(水)

2-5 ワークショップ

オーガニックコットンのフワフワ綿の糸つむぎ ～ワタが糸になる不思議体験～ 日本綿のタネ プレゼント付

講師: 前田 剛 株式会社チーム・オースリー代表 日本オーガニックコットン協会理事
時間: 10時30分～12時 受講料: 1,500円(10才以上有料)
会費: 会員/無料 一般/500円 定員: 8名
大人の方もお子さんも楽しめる手つむぎワークショップです。横浜市の畑で栽培された「ふわふわ」のオーガニックコットンを、コマという道具を使って糸になってゆく過程を楽しみます。東京自由が丘店ではいつも人気のワークショップです。ワタについて学びながら、ワタが糸になる不思議で楽しいひとときをみなさんで体感しましょう。



2月7日(木)

2-6 講座

～背骨をほぐして四肢のバランスを整える～ ろっ骨エクササイズ「KaQiLa～カキラ～」

講師: 木村 珠美 日本総合健康指導協会公認 認定カリリスト
時間: 13時30分～14時30分(1部) 14時45分～15時45分(2部)
定員: 6名/各部 女性 会費: 会員/無料 一般/500円
持ち物: ヨガマット又はバスタオル、飲み物 受講料: 1,000円
体軸骨格をほぐしてコアの部分の歪みを整えるエクササイズです。首、肩、腰、股関節などの痛みの緩和や改善が期待できます。体験後、ガチガチになった体のほぐれや柔軟性を感じたり、バランスの取れた体感が得られます。やさしくゆっくりと誰にでもできる動きと自律神経を整えてくれる呼吸を行います。



2月7日(木)

2-7 ワークショップ

天然着色のアイシングクッキー ～バレンタインを盛り上げる～

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・星ヶ丘で教室開講中
時間: 10時30分～12時30分 受講料: 3,500円
定員: 8名 会費: 会員/無料 一般/500円
持ち物: エプロン、持ち帰りの袋
ハートの形は棒が付いたポップスクッキーで注目度抜群。くま・ハート・タグ・マーガレット・ブランク(馬)の計5枚のクッキーを作ります。パウダーの描き方や、小花の描き方、ファーのように見える着ぐるみまっちゃんの作り方やレタリング(文字の書き方)を学びます。リボンも当日お選びいただけます。バレンタイン当日まで持ち帰ります。箱、乾燥剤、個別包装付き。



2月8日(金)

2-8 ワークショップ

★ ★ ★ ダイパー(オムツ) ケーキ ～今話題のダイパーケーキを作ろう!～

講師: 早川 智紗子 一般社団法人BABY SHOWER JAPAN 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 受講料: 3,000円(1段)
定員: 6名 会費: 会員/無料 一般/500円
最近話題のダイパーケーキの簡単な作り方をお教えします。ベビーシャワーパーティーや出産祝い、ご自分で作ってみてはいかがでしょうか。写真のような2段の豪華なダイパーケーキ(5,000円)に変更もできます。*ケーキトッパーは付きません。



2月9日(土)

2-9 ワークショップ

トールペイント ～ヨーロッパの伝統的装飾技法～

講師: 鈴木 さかえ アメリカンハンドイクラフト学院講師アドバイザー 星ヶ丘で教室開講中
時間: 10時30分～12時30分 受講料: 1,500円
定員: 6名 会費: 会員/無料 一般/500円
持ち物: エプロン、手拭き、持ち帰り用箱
陶器小物にお花を描きます。ペン皿1つと、小皿かベビーシューズ等から1つ、計2つを選んでいただきます。ペン皿2つ(2,000円)に変更も可。小皿にはアクセサリを入れたり、ベビーシューズは綿棒入れにお薦めです。
*サイズ: ペン皿21cm×5cm・小皿直径10cm・シューズ4cm×7cm×4cm



2月12日(火)

2-10 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 定員: 6名
会費: 会員/無料 一般/500円 受講料: 無料
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、簡単で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。



2月13日(水)

2-11 講座

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 日本己書道場 上席師範
 時間:14時～15時30分 定員:8名
 会費:会員/無料 一般/500円 受講料: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。



2月13日(水)

2-12 イベント

ここにもライブラリー@星が丘テラス
～図書館の本がやってきます～

主催:名古屋市鶴舞中央図書館
 時間:10時30分～13時 対象:乳幼児と保護者
 持ち物:本を入れる袋、名古屋市図書館共通貸出券

※運転免許証等があればその場で発行できます。
 本の貸し出しや読書イベントを行う「ここにもライブラリー」。おすめの絵本が司書と一緒にやってきます。返却は次の開催日がお近くの図書館でできます。28日は、星ヶ丘保育園エリア支援保育所保育士に、子育て相談もできます。



2月14日(木)・28日(木)

2-13 講座

家計の節約にも効く保険の見直し
～三井住友信託銀行～

講師:浅野 未歩 三井住友信託銀行 保険業務推進部 主任
 時間:10時30分～11時30分 定員:8名
 会費:無料 受講料:無料

保険というと「難しい」「面倒」といったイメージをお持ちかもしれませんが、お話を聞いていただき今後にお役立ていただければと思います。*本セミナー終了後、お客さまのご要望に応じて、当社が取扱う保険商品の勧誘をさせていただく場合がございます。また、この場合、事前にご同意いただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。



2月19日(火)

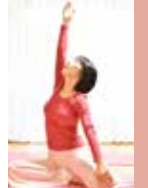
2-14 講座

～背骨をほぐして四肢のバランスを整える～

ろっ骨エクササイズ「KaQiLa～カキラ～」

講師:木村 珠美 日本総合健康指導協会公認 認定カリリスト
 時間:10時15分～11時15分(1部) 11時30分～12時30分(2部)
 定員:6名/各部 女性 会費:会員/無料 一般/500円
 持ち物:ヨガマット又はバスタオル、飲み物 受講料:1,000円

体軸骨格をほぐしてコアの部分の歪みを整えるエクササイズです。首、肩、腰、股関節などの痛みの緩和や改善が期待できます。体験後、ガチガチになった体のほぐれや柔軟性を感じたり、バランスの取れた体感が得られます。やさしくゆっくりとし誰にでもできる動きと自律神経を整えてくれる呼吸を行います。



2月21日(木)

2-15 講座

春のお引越し1か月整理計画
～モノを持つ基準をつくらう～

講師:加藤EMIKO 整理収納アドバイザー1級、大手引越し会社で、3000軒ほどのお宅の梱包・解体作業経験
 時間:13時30分～15時 定員:8名
 会費:会員/無料 一般/500円 受講料:1,000円
 持ち物:筆記用具

住まいが変わっても、快適な生活がすぐにスタートできるような整理と収納を作っていきます。参加型講座となります。
 *「1か月整理計画」ファイル付き



2月21日(木)

2-16 ワークショップ

茶の実オイルでバーム作り

～自分で絞る新鮮オイルでバームづくり～

講師:山田 たいじゅ 茶の実オイルエヴァンジェリスト 日本茶アドバイザー、アロマセラピーアドバイザー
 時間:10時30分～12時(1部)、13時30分～15時(2部)
 定員:4名/各部 会費:会員/無料 一般/500円
 受講料:2,000円 持ち物:エプロン(必要あれば)

岐阜県揖斐川町春日地区の無農薬茶の実を使用。ビタミンEがオリーブ油の5倍で、保湿度も優れた茶の実オイルとニホンミツバチのミツロウ、さらに無農薬エッセンシャルオイル(好みの香り)を使った手作りバームのワークショップです。



2月22日(金)

星が丘コミュニティーガーデン
「星のガーデナー Project 2019」

～初心者向けオーガニックガーデニングの年間体験実習～



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

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。

星が丘テラスにある花壇を利用し、年間を通じ楽しみ学べる体験学習プログラムです。

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の組み合わせ。

*服装・持ち物などに関しては、講座初回時にてご説明します。

Aコース:定員10名 毎月第2土曜日 9:00～12:00
 Bコース:定員10名 毎月第2月曜日 13:00～16:00
 3～12月 10回実施 受講料:12,000円/各コース 年間



2-17 講座

くらしのペン習字

～筆ペン・ボールペンで書く、暮らしに役立つペン習字～

講師:山田 陽水 墨書アーティスト、中部日本書道会会員、名古屋ペンクラブ師範、星が丘にて書道教室を開講中。
 時間:13時～14時30分
 会費:会員/無料 一般/500円 定員:8名
 受講料:3,000円 持ち物:書き慣れたペン

筆ペンやボールペンで楷書・行書の基本からデザイン書道まで、メッセージカードや年賀状のあいさつ文など暮らしに役立つペン習字。書き慣れたペンをお持ちください。また各種販売も致します。



2月27日(水)

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

☎090-4264-5231

[受付時間:9時～18時]

hoshi-com@hoshigaoka-terrace.com

*講座名、お名前、参加人数、お電話番号を明記の上、お申し込みください。

(お返事に少しお時間がかかる場合がございます。)



HOSHIGAOKA TERRACE
 〒464-0802 名古屋市千種区星が丘元町16-50

*表記されている費用はすべて税込みです。*会費、受講料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日前までをお願いします。*受講料には教材費・テキスト代等が含まれています。

...お子様連れでも受講できる講座です。

会員とは、星が丘カードエポス会員様のごことです。