

HOSHIGAOKA CARD EPOS COMMUNITY ROOM NEWS

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。

6-1 講座

子育てサポート講座 ～一緒に楽しく子育てしましょう～

講師:芳本 信子 朝日大学歯学部医学博士・管理栄養士
時間:10時30分～11時40分 定員:8名
会費:無料

お子様の脳の働きに影響する妊娠中の栄養や、離乳食についてのお話をします。一緒に疑問を解決しましょう。妊娠中の方、ベビーカーでの参加、じいじ・ばあばの参加も大歓迎です。お薦めの食品の試飲も予定しています。



6月5日(火)



6-3 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。

6月6日(水)



6-2 講座

本漆教室(金継ぎ)

第1・第3火曜日 星組 第2・第4火曜日 丘組

講師:浅井 啓介 現代工芸美術家協会 評議員、日展準会員
時間:14時～16時30分 定員:2名/各組
持ち物:筆記用具、ティッシュ、新聞紙、直したい器(あれば)

受講料:10,000円/月2回

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。ボ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。初回の方には、線描きの練習(蒔絵筆代8,400円実費)・漆の説明・材料のお店紹介などをします。

2回目以降の方は 材料・道具等は各自で漆専門店などで直接購入してきていただきます。まずは見学だけでもお越し下さい(要予約)。

*星が丘テラスEAST2F 様の美 火曜日出店 漆ギャラリーあさい主催。



6-4 ワークショップ

彩りのボジャギ *8月まで月1回開講 ～布で作るアート韓国のパッチワーク～

講師:板倉 倫子 星が丘テラスWEST2F CHA-CHA NOTEオーナー
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 定員:6名
受講料:2,000円
持ち物:筆記用具

独特な透け感や色彩と、特徴的な線の美しさが人気の韓国の伝統工芸「ボジャギ」。今月はかんたんな技法で作る「ミニマット」(約20cm×20cm)を作ります。完成できない場合は、後日店舗でもフォローします。*次回7/5(木)、8/10(金)開講予定。

6月6日(水)



6-5 講座

デトックス美習慣ヨガ ～痩せやすいボディへ～

講師:RURI Golf player's studio専属ヨガトレーナー、
コンディショニングトレーナー
時間:10時30分～11時30分 定員:5名
会費:会員/無料 一般/500円 20代～50代の女性
持ち物:ヨガマット又はタオル、汗拭きタオル、飲み物

健康的な美しいスタイル、コンディションを保つ秘訣をヨガレッスンと解説を交えてお伝えします。ハードな筋トレとは違い、初心者向けのヨガ講座です。
*更衣室はございません。動きやすい服装でお越し下さい。

6月7日(木)



6-6 講座

マネーセミナー

～これからの金の貯め方について～

講師:森 美由紀 国内生保、外資系生保を経て保険総合代理店に所属する。
TLC(生命保険協会認定ファイナンシャルプランナー)
ドクターオブドクターズネットワーク認定プロデューサー

時間:10時30分～12時 定員:6名
会費:会員/無料 一般/500円
持ち物:筆記用具

人生の色々なイベントには資金が必要です。そのために準備するお金のこれからの貯め方についてわかりやすくお話しします。何回聞いてもなるほど!と思います。その他相談にも対応いたします。



6-7 ワークショップ

①「ダイパーケーキ(おむつケーキ)」 ②「ヘアアクセサリー」

①ご出産祝いに最適なダイパーケーキ
②上品シックなカチューシャ&ヘアゴム *どちらかのコース

講師:伊藤 志保(aile d'oreエルドール)
早川 智紗子(blooming cakes ブルーミングケーキ)
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-M-Style Ribbon Class 認定講師(伊藤 M-Style Luxe 認定講師(早川))

時間:10時30分～12時 定員:4名ずつ
会費:会員/無料 一般/500円
受講料:2,980円

①ご出産のお祝いとして注目されているダイパーケーキ(1段)を手作りしてみませんか?おむつはオーガニックコットン配合を使用し、リボンは人気のモロッカン柄・ドット柄をご用意しております。柄リボンや造花の一部は当日お選び下さい。
②カチューシャ(大人・子供共通サイズ)1つとヘアゴム2つの計3つをお作りいただきます。ヘアゴムは大人用デザイン(グレー・ブラウン・ネイビー・ホワイト・シェブロン柄から2つ)か、子供用デザイン(グレーにビジュア付き2つ)のどちらかをご予約時にお知らせ下さい。
*講座終了後にカトリボンの販売も致しますので、ご自宅でも制作をお楽しみ下さい。*お子様連れ「可」ですが、グルーガンを使用しますので十分お気をつけ下さい。



6-8 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 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
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。



6-9 イベント



6月14日(木)・28日(木)

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

※身分証明書があればその場で発行できます。

星が丘テラスと名古屋市図書館が協力して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」。月に2回、星が丘テラスに図書館おすすめの絵本が司書と一緒にやってきます。買い物や食事のついでに親子で気軽に立ち寄り、本にふれあうゆったりと楽しい時間が過ごせます。お買い物やランチのついでに、本を借りていきませんか?返却は次回の開催日かお近くの図書館ができます。*毎月第2・第4木曜日に開催。



6-10 講座

6月14日(木)

ちょうどいいモノと暮らしの整理収納

～思いを整理して、自分だけのちょうどいい暮らしを見つけませんか～

講師:加藤 EMIKO 整理収納アドバイザー1級、整理収納ベーシックコーチ2級
大手引越し会社で、3000軒の梱包・解梱作業を経験

時間:14時～15時30分 定員:8名 受講料:500円

会費:会員/無料 一般/500円 持ち物:筆記用具

整理収納術講座ではなく、受講者の皆様と思いを共有しながら、自分にとっての理想の暮らしとはどんなことか、また自分の暮らしを輝かしてくれるモノとの向き合い方を見つけていく参加型の講座です。



6-11 講座



6月16日(土)

Kyogen(狂言)体験

講師:鹿島 俊裕 狂言方と泉流、狂言共同社同人、(公社)能楽協会社員
2015年NHK教育テレビ「にっぽんの芸能」に出演。

時間:10時30分～11時30分

会費:会員/500円 一般/1,000円

定員:6名 持ち物:足袋または厚手の靴下

日本の伝統芸能「狂言」のワークショップ。体の軸や重心を意識した「構工」「運び」、腹式呼吸や喉の開放による「発声」、これらの組み合わせによる「型」や「謡」「舞」の体験トレーニングです。動きやすい服装でお越し下さい。



6-12 講座

筆文字アート

～パステルやカラー筆ペンで筆文字アート～

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30分～16時30分 ※途中退席可

会費:会員/無料 一般/500円 定員:8名 受講料:2,000円

パステルやカラー筆ペンを使い、イラストと筆文字にチャレンジしましょう。その他お手本のご希望があれば対応いたします。レッスン中に使用する道具はすべてご用意します。持ち帰り用のカラー筆ペンは各種販売も致します。



6月16日(土)

6-13 ワークショップ



6月20日(水)

ミネラル醗酵ドリンク教室「梅」

～腸から始まるあなたのキレイ!～

講師:加藤 恵里子 美楽来サロンdicha主宰(名東区)。醗酵ドリンク教室、キムチ教室、みそ教室開催

時間:10時30分～12時(1部)13時30分～15時(2部)

会費:会員/無料 一般/500円 受講料:3,500円

定員:8名/各回 持ち物:エプロン

腸活に着目!旬の「梅」とてんさい糖に微量元素ミネラルもプラスしてボトルを毎日フリフリ!3ヶ月でおいしい醗酵ドリンクが出来上がります。*お申込・キャンセルは6/18まで。6/19以降のキャンセルは受講料100%申し受けませんが、ジュースは講師が代行して作り、後日お渡しします。



6-14 ワークショップ

天然着色のアイシングクッキー

～June Bride～

講師:牧 志穂 ABCクッキング認定講師、星が丘で料理教室開講(中)
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 定員:8名

会費:会員/無料 一般/500円 受講料:3,500円

持ち物:エプロン、持ち帰り用の袋

身体に安心・安全な天然着色のアイシングクッキー。花かご・指輪・鳥・傘とお時間がある方はプラーク型も仕上げましょう。バスケット編みや口金を使わない小花・葉などを描く技術も学べます。傘には鉛筆工で雨粒を表現します。*箱・個包装・乾燥剤付き。

6月21日(木)



6-16 ワークショップ

天然成分100%!!オーガニック

万能クリーム作り～国産無農薬ハーブで素肌美人に～

講師:宗廣 奈恵 Naeko Organic代表
日本オーガニックコスメ協会認定インストラクター

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

受講料:2,000円

農薬も化学肥料も一切使用していない国産ハーブとオーガニック植物油で顔はもちろん、髪の毛、唇、ボディなど全身にお使いいただけます。保湿、美白、若返り作用がある万能クリームを作ります。オーガニックハーブティー、お茶菓子も召し上がりながらお楽しみ下さい。



6月29日(金)

6-15 講座

白拍子講座Ⅱ第二回

～白拍子のファッション～

6月22日(金)

講師:松原 史・上杉 遥 今様白拍子研究所(京都)

時間:14時～15時 定員:12名

会費:会員/1,000円 一般/2,000円

平安末期に一世を風靡した男装の歌姫「白拍子」。激動の時代に花開いた芸能の様相と、運命に翻弄されながらも己を貫いた彼女たちの魅力に迫ります。第一回目に続き今回のテーマは、「白拍子のファッション」です。初めての方でもわかりやすく、白拍子の用語や歴史的背景など整理しながら、シリーズで「白拍子の歌」「白拍子の舞」(仮題)と各回テーマを決めてお話しします。シリーズの途中からでも、単発の受講でもわかるような内容となっておりますが、連続で受講されますと一層知識が深まります。

*次回7/20(金)、8/17(金)開講予定。



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、お電話番号を明記の上、お申し込みください。



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日前までにお願いします。 ※受講料には教材費が含まれています。

会員とは、星が丘カードエポス会員様のことです。

★...お子様連れでも受講できる講座です。