

HOSHIGAOKA TERRACE COMMUNITY ROOM NEWS

2024

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。

EAST 3F コミュニティールーム

3月3日・17日(日)

料理がもっと美味しくなる！包丁選びとお手入れ講座

藤田 稔 コミュニティールーム第1・第3日曜日出店、藤田金物店 店主
13時～14時
▲6名 会 無料 受 無料

食材の美味しさは、包丁の切れ味で決まることをご存じですか。切れ味の悪い包丁で食材を切ると、旨味を逃すだけでなく、苦みや雑味が増加することもあるそうです。この講座では世界中でも人気の「日本の包丁」の選び方とお手入れの方法をお伝えいたします。ご希望の方にはご自宅の包丁の無料鑑定もいたします。



EAST 3F コミュニティールーム

3月4日・18日(月)

オシャレ女子に話題の「ガラスコーティング」

時間 11時～18時(最終受付17時40分)

講座ではありません

お見積り・ご相談だけでも
お気軽にお越し下さい

ガラスコーティングを
スマホやバッグに施すことで、
日常のキズや汚れがつきにくく
長持ちさせることができます。

詳しくは
こちらから



スマホ 最短10分! 3,300円～

最短10分で傷から守ってキラキラに♡
Shining Coatingガラスコーティングで
人生に強さと安心と美しさを保ちます。

EAST 3F コミュニティールーム

3月3日(日)・7日・21日(木)

ろっ骨エクササイズ「KaQiLa～カキラ～」

木村 珠美 日本総合健康指導協会公認 認定カリリスト
3日:14時30分～15時30分
7日:①13時～14時 ②14時30分～15時30分
21日:①10時30分～11時30分 ②12時～13時
▲7名 会 会員無料/一般500円 受 1,500円/1回
持ち物:ヨガマット又はバスタオル・飲み物
解剖学メカニズムによる優しい呼吸と動きで身体の痛みや緊張が軽減され
楽になります。 お申込・お問い合わせ TEL:090-7752-1217(木村)



EAST 3F コミュニティールーム

3月5日・12日・19日・26日(火)

美姿勢ピラティス

野呂 さや香 studio AILE代表、AILE Pilates インストラクター
10時～11時 ▲7名 会 会員無料/一般500円
受 単発レッスン2,000円 月謝制4,500円(3レッスン分)
持ち物:ヨガマット、飲み物、動きやすい服装
姿勢を制する者は身体を制す!一人一人の身体に合わせたトレーニング方法を伝授致
します。柔軟性がない方や運動経験がない方も気軽に始められます。
体幹を鍛え、姿勢の歪みを取ることで腰痛などの症状改善にも有効的です。



EAST 3F コミュニティールーム

3月6日(水)

膝痛改善教室

大島 いち オルカパーソナルジム所属トレーナー
13時30分～14時30分
持ち物:動きやすい服装・タオル・飲み物
▲6名 会 会員無料/一般500円 受 1,500円
日常生活の中で膝の違和感や痛みを感じている方や、これから予防していきたい方におす
めの講座です。一人一人の状況に合わせた改善方法をお伝えします。*医療的な改善ではあり
ませんのでご注意ください



EAST 3F コミュニティールーム

3月7日(木)

ミモザのリース

山崎 泰子 NHK文化センター講師、農林水産大臣賞受賞
10時～11時30分
▲8名 会 会員無料/一般500円 受 5,500円
市場直送の、「ふわふわ・もこもこ」のミモザを使ってかわいいうリース
を作りましょう。春を告げる「ミモザ」は「幸せの花」とされています。
※直径約32cm※最低催行人数2名 ※キャンセルは3日前まで。そ
れ以降は受講料を申し受け、作品をお渡しいたします。



Instagram



EAST 3F コミュニティールーム

3月8日(金)

トールペイント ～フリーレッスン～

鈴木 さかえ アメリカンハンディクラフト学院講師、日本デコラティブペインティング協会講師会員
10時30分～13時
▲6名 会 会員無料/一般500円 受 3,000円
初心者から経験者まで個々のレベルに合わせた指導をいたします。初心者の方には基礎から
丁寧に指導いたします。レッスンではお好きな作品に取り組んでいただけます。
*材料費や持ち物については講師までお尋ねください。
お申込・お問い合わせ TEL:090-7913-4566(鈴木)



星が丘周辺

3月9日(土)

植物園 ～みんなの植物楽(がく)～

永田 孝 森の賢者
10時30分～12時 集合:WEST1F トレックバイク前(コニコ階下)
▲20名 会 無料 受 無料(東山動物園の入園料が必要)
持ち物:筆記用具、歩きやすい服装、雨具(小雨決行)、飲み物
星が丘テラスと植物園が連携して、植物園の魅力を知り、楽しく歩くための連続講座です。
森の賢者の案内で植物園内を散策します。
東山動物園年間パスポートをご購入(任意)いただき、お楽しみください。



ヒサカキ

EAST 3F コミュニティールーム

3月10日・24日(日)

表装教室

筒井 俊雄 美術表装 彩吉堂 店主
①12時30分～15時 ②15時30分～18時 ▲5名/各部
会 無料 受 初回お試し2,000円 以降1回3,000円、1ヶ月(2回)5,000円
持ち物:エプロン、ぞうきん、自作品
裏打ちや表装の技法をお教える教室です。半紙や色紙サイズ(半切1/2まで)の
ちょっとした作品を、ご自分で気軽に裏打ちできるようにします。また、展覧会出品
作品などに仕立てる方法もお教えます。*専用道具は無料貸出。*材料費別途。
お申込・お問い合わせ TEL:090-1821-6933(筒井)



EAST 3F コミュニティールーム

3月11日(月)

好感度アップ♪メイクアップ講座

門野 倍美 キレイとゲンキを応援するビューティーディレクター
10時～11時30分 ▲4名 会 会員無料/一般500円 受 無料
持ち物:いつものメイクアップ化粧品・ツール・鏡
ほんの少しの工夫で、いつものメイクが一気に好感度アップ!
明日から実践できるメイクのコツをレッスンします。
いつものメイクでお越しください。



EAST 3F コミュニティールーム

3月13日(水)

ビジュネックレス ～イヤリング又はピアスセット～

清水 澄子 (財)日本余暇文化振興会ワイヤーレスジュエリー モードジュエリー メイキング認定講師
10時～12時
▲8名 会 会員無料/一般500円 受 4,000円
お好みのカラーのコットンパールとクリスタルラインストーンを使って、春の軽やかな
気分を引き立てるネックレスとイヤリング(ピアス)のセットを作ります。チェーンの
種類と長さは自由に選んでいただけます。



EAST 3F コミュニティールーム

3月14日・28日(木)

①背中美人ヨガ・②コア美人ヨガ

額 額 桃子 全米ヨガアライアンスRYT500、フィジカルトレーナー
①10時～11時15分 ②11時30分～12時45分/各日
▲7名/各回 会 会員無料/一般500円 受 1,500円/1回
持ち物:ヨガマット、飲み物、動きやすい服装
丸くなりかな背中を伸ばし、しっかりと胸を開いて背中美人を目指しましょう。
ヨガの呼吸で胸いっぱい呼吸を深めながらヨガポーズをとって気持ちよく体
を隅々まで伸ばします。心と体に寄り添う時間です。



EAST 3F コミュニティールーム

3月15日(金)

バッグ型カードケースを作ろう

浅野 瑞穂子 AJBジュエリーバッグ協会認定講師 Chez Miruriri主宰
13時～16時 持ち物:メジャー、はさみ
▲4名 会 会員無料/一般500円 受 4,500円
高級感あるマグネット金具とレザーがポイントの多用途カードケースを作りま
しょう。専用ネットに塩ビのテープを通して作成します。本体お色をHP画像よりお選
び頂き、WEBお申込時その他欄にご記入下さい。ブランドタグは付きません。
※サイズ:横10.5×縦8×マチ1.5cm



星が丘周辺

植物園アドバイザーと気まぐれ散歩

谷口 茂弘 植物園アドバイザー
10時30分～12時 集合:WEST1F トレックバイク前(ユニコ口階下)
20名 会 無料 受 無料(東山動物園の入園料が必要)

持ち物:筆記用具、歩きやすい服装、雨具(小雨決行)、飲み物
星が丘テラスと植物園が連携して植物の魅力を知り、植物園を楽しむための講座です。植物についての情報提供を行ったあと、星が丘門から植物園に入園し、おすすめのエリアを散策します。東山動物園年間パスポートをご購入(任意)いただき、お楽しみください。



カンヒザクラ

3月16日(土)

EAST 3F コミュニティールーム

仕覆教室

岩田 幸子 仕覆講師、加賀の指めき講師
14時～16時30分
5名 会 会員無料/一般500円 受 3,500円/1回 ※材料費別途
初回持ち物:被せる器、メジャー、定規、コンパス、シャーペン、消しゴム、分度器、紙切ハサミ
茶の湯で扱う道具の袋物を「仕覆(しふく)」と呼びます。ひとつ完成させるのに、7～8回の受講が必要です。ご希望の方には仕覆に用いる組み紐、網袋の講座も致します。



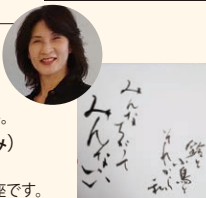
3月16日(土)

EAST 3F コミュニティールーム

It's書time

松崎 青漣 毎日書道会審査員 中部日本書道会審査員 福心書道会評議員
14時～15時30分
持ち物:書道道具一式

※お持ちでない方はお貸しいたしますのでお気軽にお越しください。
8名 会 会員無料/一般500円 受 3,200円(色紙込み)
日々の生活の中に、書を通じて自分と向き合う時間を作ってみませんか?丁寧に墨を磨り、筆を持ち、自由に書いてみましょう。It's書time!1回完結講座です。



3月18日(月)

EAST 3F コミュニティールーム

表現ラボ創作教室 ～4歳から6歳対象～

橋本 有佳子 ふぁんふぁんアカデミー講師
16時30分～17時30分
8名 会 無料 受 3,500円 持ち物:ハサミ
毎月第3木曜開催の幼児向け表現教室です。毎回違うテーマのお話を聞いて、そこから感じる好きなものを粘土や絵画などで表現していきます。3月のテーマは「季節:春」です。



3月21日(木)

星が丘周辺

植物園 ～みんなの植物楽(がく)～

下総 勝義 東山植物園園長
10時30分～12時 集合:WEST1F トレックバイク前(ユニコ口階下)
20名 会 無料 受 無料(東山動物園の入園料が必要)

持ち物:筆記用具、歩きやすい服装、雨具(小雨決行)、飲み物
星が丘テラスと植物園が連携して植物の魅力を知り、植物園を楽しむための講座です。植物についての情報提供を行ったあと、星が丘門から植物園に入園し、園長の解説でお花見を楽しみます。東山動物園年間パスポートをご購入(任意)いただき、お楽しみください。



アーモンド

3月22日(金)

EAST 3F コミュニティールーム

麴菌×納豆麴のW発酵!【納豆麴講座】

早川 友子 合同会社DEAR FRIENDS代表、TOMO CAFEオーナー
10時30分～11時15分
8名 会 無料 受 2,000円 持ち物:筆記用具
納豆と麴、ふたつの発酵食品を同時にとることができる「納豆麴」の講座です。ごはんのおともや冷奴、うどんのトッピングにも使える万能な一品で、トモカフェ店頭でもすぐに完売になる人気商品です。常備菜としても重宝する、納豆麴の魅力に触れてみませんか? ※生米麴100gのお土産付き



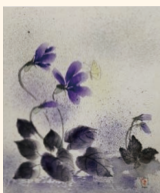
3月22日(金)

EAST 3F コミュニティールーム

初心者からの水墨画教室

増田 好江 水墨画・日本画講師歴22年
10時30分～12時30分 持ち物:手拭き(ウエットティッシュ等)
6名 会 会員無料/一般500円 受 2,800円

水墨画は墨で描くと思われがちですが、この教室では顔料で色彩を出し、花・蝶・昆虫・鳥などを描いていきます。毎月第4土曜開催。初心者の方や単発参加の方、大歓迎です。

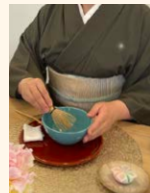


3月23日(土)

EAST 3F コミュニティールーム

テーブルスタイル茶道

高島 美由紀 梅の会 テーブルスタイル茶道認定講師
10時30分～12時 6名 会 会員無料/一般500円
体験レッスン:5,000円 継続レッスン:4,000円
気軽に和文化や茶道を習いませんか。お菓子の頂き方、懐紙の使い方、お茶の頂き方、器の拝見の仕方などを学びます。継続レッスンは過去に体験レッスン受講済みの方が対象となります。



3月25日(月)

EAST 3F コミュニティールーム

つまみ細工を楽しみましょう!

矢野 由子 つまみ細工 わん&にゃん主宰 つまみ細工作家
10時30分～12時30分 持ち物:手拭き(ウエットティッシュ等)
6名 会 無料 受 2,000円 ※材料費別途

つまみ細工は、古くから親しまれてきた伝統工芸のひとつです。四角い布を折りたたみ、花などを作り装飾するための技法として広まりました。ボンドを使わずに仕上げていくので初めての方でも大丈夫!簡単につくるコツを教えます。



3月27日(水)

EAST 3F コミュニティールーム

大人の書道教室 華墨Hanasumi

山田 陽水 創玄書道会 洪福社会員
水曜日:①17時～18時 ②18時～19時
日曜日:①9時～10時 ②10時～11時
《月謝》中学生7,750円・高校生から大人の方8,350円
昇段級誌代・毛硬筆手本代を含む



毎週水曜日・日曜日

EAST 3F コミュニティールーム

ここにもライブラリー

～図書館の本がやってきます～

絵本などの閲覧・貸出:10時～12時

ここにもライブラリー Coconimo library

「名古屋市鶴舞中央図書館」のおすすめの絵本や大人向けの本など、約300冊の本が「星が丘テラス」にやってきます!買い物や食事の合間に親子やママ友と一緒に、ぜひ「ここにもライブラリー」をお楽しみください。

名古屋市図書館共通貸出券をお持ちの方は、本を借りていただけます。本の返却は次回の開催日か、お近くの図書館でご返却ください。3月6日は司書来館日。



3月6日(水)・20日(水・祝)

星が丘周辺

無料体験日 3月2日(土)

【無料体験しませんか?】朝活ランニングクラブのメンバー募集!

原田拓(たくプロ) プロマラソンランナー
7時30分～8時30分 集合:EASTイベント広場 50名 18歳以上の男女
会 会員無料/一般500円 受 月額3,800円(損害保険別途必要)



春は新しい一歩を踏み出すには最適な季節。新たなチャレンジとしてランニングを始めてみませんか?健康・ダイエットのために始める方、これからマラソンにチャレンジする方など幅広い層の方が入会されています。経験豊かなコーチ陣と朝活OBサポーターがお待ちしております。詳細はランニングスクールフロッグのHPをご覧ください。星が丘テラス コミュニティールームWEB申込みフォームにてお申込み後、フロッグ担当者より連絡を差し上げます。



開催予定日:3月2日・9日・16日、4月6日・13日・27日

※表記されている費用はすべて税込のみです。※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。
※定員のある講座は必ずご予約を下さい。 ※キャンセルは3日前まで、それ以降のキャンセルは材料費を申し受ける場合があります。 ※受講料には教材費が含まれています。
※講座によって、キャンセル待ちになっている場合もございます。講座Web予約サイトにてご確認ください。
※マーク……定員 会 会費 受 受講料 会員とは、星が丘カードエボス・エムアイカードプラス・エムアイ友の会員様のことです。
※受講料は、現金または各種クレジットカードでお支払いができます。(一部講座を除く)

お問い合わせ
お申込み先

星が丘テラスコミュニティールーム

ウェブ予約サイト https://select-type.com/p/hoshicom/ 24時間

TEL:090-4264-5231

(担当者不在時はつながらない場合がございます。)

