

HOSHIGAOKA TERRACE COMMUNITY ROOM NEWS

2025
7
July

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

7月1日・8日・15日・22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 月謝制:4,500円(3レッスン分)
☎ 単発レッスン [会員] 2,000円 [一般] 2,500円 ※最低催行人数 2名
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で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。



星が丘周辺

7月2日・9日(水)・20日(日)

植物園 ~みんなの植物楽(が)く~

10時30分～12時
集合:WEST1F トレックバイク前(ユニクロ階下)
☎ 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(雨天決行)、飲み物
毎回、予約受付開始とともに満席になる人気講座です。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。



7月2日(水): 谷口 茂弘
植物園アドバイザー

7月9日(水): 勢力 愛子
森の案内人
(インタープリター)

7月20日(日): 永田 孝
高校生物教員



EAST 3F コミュニティールーム

7月3日(木)・6日(日)・17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 認定カキリスト
3日①13時～14時 ②14時30分～15時30分
6日 14時30分～15時30分
17日①10時30分～11時30分 ②12時～13時
☎ 1回 [会員] 1,500円 [一般] 2,000円
持ち物:ヨガマット又はバスタオル・飲み物
深い呼吸と独自の優しい動きで背骨全体をほぐし、四肢・骨盤のバランスを整えからだが楽になります。 ☎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

7月6日・20日(日)

包丁と砥ぎの話し ~魔法の切れ味~

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
12時45分～13時45分 ☎ 無料
長年、包丁研磨の技術で評価される店主が、なぜ日本の包丁がこれほどまでに優れた切れ味を持つのか、その理由をお話します。さらに、砥石で砥ぐコツも伝授します。ご希望の方は、お手持ちの包丁と砥石をご持参ください。



EAST 1F コミュニティールーム

7月9日(水)

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15分～11時45分 ☎ [会員] 無料 [一般] 500円
持ち物:メイクアップ化粧品・ツール・鏡
明日から実践できる簡単なメイクのコツをレッスンします。ほんの少しのアレンジで、あなたの印象がぐっと良くなります。普段のメイクをしてご参加ください。メイクのポイントを押さえ、魅力を引き出す方法をお教えます。



EAST 3F コミュニティールーム

7月9日・23日(水)

表装教室

筒井 俊雄 美術表装 彩古堂 店主
10時30分～12時30分
☎ [会員] [一般] 初回お試し2,000円 以降 3,000円
1ヶ月(2回) 5,000円 ※材料費別途 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)のちよとした作品を、ご自分で気軽に裏打ちできるようになります。また、展覧会出品作品などに仕立てる方法もお教えます。専用道具の貸出有。 ☎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

7月11日(金)

トールペイント

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
☎ [会員] 3,500円 [一般] 4,000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)



EAST 3F コミュニティールーム

7月11日(金)・19日(土)・25日(金)

仕覆教室

岩田 幸子 仕覆講師、加賀の指ぬき講師
14時～16時30分
☎ 1回 [会員] 3,500円 [一般] 4,000円 ※材料費別途
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。ご希望の方は仕覆に用いる組み紐、網袋の講座も致します。
☎お申込・お問い合わせ j.i.sachi1414@docomo.ne.jp(岩田)



EAST 3F コミュニティールーム

7月13日・27日(日)

表装教室

筒井 俊雄 美術表装 彩古堂 店主
①12時30分～15時 ②15時30分～18時
☎ [会員] [一般] 初回お試し2,000円 以降 3,000円
1ヶ月(2回) 5,000円 ※材料費別途 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)のちよとした作品を、ご自分で気軽に裏打ちできるようになります。また、展覧会出品作品などに仕立てる方法もお教えます。専用道具の貸出有。 ☎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

7月16日(水)

紫陽花とスモークツリーのリース

徳山 恵子 パリスタイルのフラワー教室
アトリエ・ウルース主宰 Yumi Saito Paris ティプロマ生
ホテルナゴヤキャッスル クリスマスリースコンテスト2019 入選
10時30分～12時
☎ [会員] 6,000円 [一般] 6,500円
持ち物:持ち帰り用袋
紫陽花の美しい季節です。大人気のスモークツリーやブルーベリーなど、夏らしい花材を合わせて、シックな色合いのスタイリッシュなリースを作ります。
サイズ:直径約25cm
※受講申込みは7月15日まで。それ以降のキャンセルは受講料を申し受け、作品をお渡しいたします。



EAST 1F コミュニティールーム

7月16日(水)

ぷっくりハートのバッグチャーム

浅野 瑞穂子 AJBジュエリーバッグ*協会認定講師 Chez Miru!!!主宰
13時～15時 持ち物:ハサミ、かぎ針7号、毛糸とじ針(お持ちであれば)
☎ [会員] 3,500円 [一般] 4,000円
メタリックヤーンを使って、ぷっくりした可愛いハートのチャームを作ります。ヤーンのお色やチャームは当日お選びください。金具の色を、ゴールドまたはシルバーからお選びいただきお申し込み時「その他欄」にご記入ください。(ブランドタグは別売りです。)サイズ:7×7cm(ハート)



EAST 1F コミュニティールーム

DEAR FRIENDS PRODUCE

7月17日(木)

酢麴講座

早川 友子 合同会社DEAR FRIENDS 代表、TOMO CAFEオーナー
10時30分～11時30分 受付:トモカフェ(THE KITCHEN2 1F)
☎ [会員] [一般] 2,200円 持ち物:筆記用具
さわやかな酸味とほんのりとした甘みを楽しむ、砂糖を使っていないのに甘酢のようなコクのある味わいになる酢麴。気軽にパワーチャージができる、体にやさしい調味料です。*生米麹100gのお土産付き*TOMO発酵 特別プレートチケット付き(特別プレートをお得にお召し上がりいただけるチケットです)



EAST 1F コミュニティールーム **7月19日(土)**

植物園長の気まぐれ講座

下総 勝義 東山植物園長
10時30分～12時 持ち物:筆記用具
受 無料

この講座は、座学形式の講座です。

当日のテーマや植物は、園長の気まぐれ次第。季節の植物や、珍しい植物の話など、何が登場するかは参加してからの楽しみます。植物の魅力を再発見できる貴重なチャンス! あなたも植物の世界にもっと詳しくなってみませんか?



タイタンピカス

EAST 3F コミュニティールーム **7月21日(月・祝)**

テーブルスタイル茶道

高島 美由紀 椿の会テーブルスタイル茶道認定講師
10時30分～12時
体験レッスン [会員] 5,000円 [一般] 5,500円
継続レッスン [会員] 4,000円 [一般] 4,500円

気軽に和文化や茶道を習いません。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。

お申込・お問い合わせ TEL:090-3584-5890(高島)



EAST 3F コミュニティールーム **7月21日(月・祝)**

It's 書time

松崎 青蓮 毎日書道会審査委員 中部日本書道会審査委員 輔心書道会評議員
13時30分～15時
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。

受 [会員] 3,200円 [一般] 3,700円 (色紙or短冊代込み)

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。



EAST 3F コミュニティールーム **7月24日(木)**

あじさいとユーカリのリース

山崎 泰子
農林水産大臣賞他多数受賞歴あり 作品を皇室に献上
10時30分～12時
受 [会員] 7,000円 [一般] 7,500円

市場直送の新鮮な花材をたっぷり使用して、あじさいとユーカリのリースを作りましょう。そのままドライフラワーになる花材を使うので、長く楽しんでいただけます。香りもよく、癒しのグリーンのリースです。

サイズ:直径約30cm
※最低催行人数2名
※キャンセルは7月21日まで。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 **毎週水曜日・日曜日**

華墨(はなすみ)書道教室

山田 陽水 創玄書道会洪鳳社会員
水曜日 ①16時30分～17時30分 ②17時30分～18時30分
日曜日 ①9時30分～10時30分 ②10時30分～11時30分

月謝(4コマ):中学生から一般の方 8,350円 (昇段級証代・毛筆硬筆手本代含む)
翌月まで振替可(曜日、時間の選択は自由です)
毛筆のみ、ボールペン字のみの受講も可。

教室申し込みはこちら

お申込・お問い合わせ TEL:090-8552-3838(山田)



EAST 3F コミュニティールーム **7月20日(日)**

紅茶講座 I

奥村 裕美子 紅茶専門店ラティスオーナー 日本リビングコーディネート協会 会長
15時～16時30分 持ち物:筆記用具

受 体験レッスン [会員] 5,500円 [一般] 6,000円
[会員] 4,500円 [一般] 5,000円

ただの楽しみとしてだけでなく、ご自身の強みとなる紅茶の知識を身につけられる講座です。長い歴史を持つ嗜好品としての紅茶を学び、生産者が思いをこめて作った信頼のできる紅茶を味わいましょう。座学の後、皆さんでティータイムを楽しんでいただきます。



EAST 1F コミュニティールーム **7月22日(火)**

DEAR FRIENDS PRODUCE

みりん麴で作るフルーツシロップ講座

早川 友子 合同会社DEAR FRIENDS代表、TOMO CAFEオーナー
10時30分～11時30分 受付:トモカフェ(THE KITCHEN2 1F)
受 [会員] [一般] 2,200円 持ち物:筆記用具

みりん粕をご家庭で作やすいようにアレンジした「みりん麴」でフルーツシロップを作ります。みりん麴とフルーツの甘味が混ざり合い、炭酸や水と割るとおいしいドリンクになります。※生米麴100gのお土産付き※TOMO発酵 特別プレートチケット付き(特別プレートをお得にお召し上がりいただけるチケットです)



EAST 3F コミュニティールーム **7月2日(水)・14日・28日(月)**

ここにもライブラリー

～図書館の本がやってきます～ 予約不要

絵本などの閲覧・貸出・返却:10時～12時

「名古屋市図書館」のおすすめ絵本や趣味や育児本など、約300冊の本が「星が丘テラス」にやってきます。名古屋市図書館共通貸出券をお持ちの方(司書来館日は当日発行できます)は、本を借りて帰っていただけます。

※7月2日は司書と保育士の来館予定日。絵本・子育てのことなどのご相談もお受けします。



星が丘周辺 **無料体験日7月26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
受 月額 [会員] 3,800円 [一般] 4,300円(初回のみ)
※損害保険別途必要 ※18歳以上の方対象

運動不足の解消や、初めてのマラソン大会に! 土曜の朝時間を有効に使った「朝活ランニング」で一緒にトレーニングを始めませんか?初心者の方も大歓迎です。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、ブログ担当者より連絡を差し上げます。

開催予定日: 7月5日・19日・26日・8月2日・23日・30日
9月6日・20日・27日

ブログHP



※受講希望の方は必ずご予約をしてください、またキャンセルは必ず事前にお申し出ください。※キャンセル受付締切日が決まっている講座もございます。
※写真はイメージです。※お申し込み状況は講座WEB予約サイトでご確認ください。※開催が変更または中止になる場合がございます。
※表記されている費用は税込、受講料には教材費も含まれます。※受講料は、現金または各種クレジットカードでお支払いいただけます(一部講座を除く)
受 マーク……受講料 [会員]とは、星が丘カードエポス・エムアイカードプラス・エムアイ会の会員様のことです。