

HOSHIGAOKA TERRACE COMMUNITY ROOM NEWS

2025
10
October

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

10月1日(水)

フラワーケーキアレンジメント

牧 絵里 フLOWER-KEE 認定講師

13時30分～15時30分 持ち物:タオル、保冷バッグ

【受】**会員** 5,000円 **一般** 5,500円

Instagram

グルテンフリーの米粉シフォンココアロールケーキに天然色素の白あんクリームで季節の花をデコレーション。ケーキはご試食用と、お持ち帰り用の2本をご用意します。身体にも優しく見た目も華やかなお花絞りを体験してみませんか?初心者の方も是非お気軽にご参加ください。箱サイズ:約横12cm×奥行12cm×高さ6cm

お申込・お問い合わせ saku95koto820@gmail.com(牧)



EAST 3F コミュニティールーム

10月2日(木)・5日(日)・16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

2日①13時～14時 ②14時30分～15時30分
5日14時30分～15時30分
16日①10時30分～11時30分 ②12時～13時

【受】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から楽になります。 **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

10月5日・19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 **受 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なのか、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 3F コミュニティールーム

10月6日(月)

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。 **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

10月7日・14日・21日・28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)

【受】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。



EAST 3F コミュニティールーム

10月10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

10時30分～13時

【受】**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

10月15日(水)

味噌屋が教える「手作り豆味噌教室」

佐藤 明美 七宝味噌・醤油蔵元 佐藤醸造6代目女将、発酵食品ソムリエ

10時30分～12時 持ち物:筆記用具・エプロン・容器(あれば)

【受】**会員** 2kg:3,000円 4kg:4,000円
一般 2kg:3,500円 4kg:4,500円

市販では手に入らない「豆麹」を使って、創業150年を超える醸造元「七宝みそ」直伝の豆みそを仕込みます。発酵食品に興味のある方や、プロのみそ仕込みを習ってみたい方など、初めての方から経験者まで、どなたでも楽しんでいただけます。お味噌を育てる楽しさ、生みその美味しさをぜひご体験ください。

【容器別売】
2kg仕込み用:550円 サイズ:直径166×高さ159 容量:2.2L
4kg仕込み用:880円 サイズ:直径208×高さ199 容量:4.8L
容器はご家庭にあるもので結構ですが、ある程度高さのあるものが良く、高さがなるべく広いものは適しません。

画像は2kg



EAST 1F コミュニティールーム

DEAR FRIENDS PRODUCE

10月16日(木)

今日から始まる!【甘酒講座】

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

日々の生活に麹や甘酒を取り入れてみませんか?ご自宅で簡単にできる甘酒の作り方を実践形式でお伝えします。お料理での活用法もご紹介いたしますので、甘酒が苦手な方にもおすすめです。*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 3F コミュニティールーム

10月19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ター協会 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
継続レッスン **会員** 4,500円 **一般** 5,000円

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けます。



EAST 1F コミュニティールーム

10月16日(木)

トロッケンクランツ～ブラウンのトピアリー～

籠橋 由起 トロッケンクランツ認定講師

13時30分～15時30分 持ち物:ラジオペンチ、お持ち帰り用の袋

【受】**会員** 4,700円 **一般** 5,200円

ドイツ・オーストリア発祥の伝統技法で作る木の実のクラフトです。アーティフィシャルピックを使って、たっぷりの木の実は立体的なトピアリー仕立てでのアレンジにします。挿して作っていくので、初めての方でも安心してご参加いただけます。

サイズ:約横10cm×奥行10cm×高さ25cm



EAST 3F コミュニティールーム

10月23日(木)

実りの秋を楽しむお花時間

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

Instagram

夏が過ぎた花市場は、かわいい実物たちで溢れています。色とりどりの鮮やかな実物を使ったアレンジで、秋の訪れを楽しんでみませんか?市場直送の新鮮な花材の香りに包まれながら、植物のパワーをもらい心もリフレッシュできる花時間を一緒に過ごしましょう。サイズ:約27cm四方※最低催行人数2名※申込およびキャンセルは10月20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 3F コミュニティールーム

10月20日(月)

It's 書time

松崎 青蓮 毎日書道会審査員 中部日本書道会審査員 暢心書道会評議員

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!! 回結講座です。



EAST 3F コミュニティールーム

10月23日(木)

季節のお花で投げ入れを楽しむ

鈴木 ひとみ hana style主宰 フォールエバー、Flower Art Showcase Award等受賞多数

13時30分～14時45分 **受** **会員** 5,500円 **一般** 6,000円

花瓶にお花を挿す「投げ入れ」のレッスンです。デザインは自由にお楽しみいただけます。初心者の方も大歓迎です。お花は季節に合わせたものをご用意いたしますので、写真とは異なる場合があります。お持ち帰りは花材のみで、花瓶は含まれません。

サイズ:約横30cm×高さ40cm

お申込・お問い合わせ hanastyle.hoshi@gmail.com(鈴木)



EAST 3F コミュニティールーム

10月23日(木)

季節のお花で投げ入れを楽しむ

鈴木 ひとみ hana style主宰 フォールエバー、Flower Art Showcase Award等受賞多数

13時30分～14時45分 **受** **会員** 5,500円 **一般** 6,000円

花瓶にお花を挿す「投げ入れ」のレッスンです。デザインは自由にお楽しみいただけます。初心者の方も大歓迎です。お花は季節に合わせたものをご用意いたしますので、写真とは異なる場合があります。お持ち帰りは花材のみで、花瓶は含まれません。

サイズ:約横30cm×高さ40cm

お申込・お問い合わせ hanastyle.hoshi@gmail.com(鈴木)



EAST 1F コミュニティールーム **DEAR FRIENDS PRODUCE** **10月28日(火)**

醤油麴の美味しい使い方【醤油麴講座】

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)
 受 〔会員〕1回 2,200円 持ち物:筆記用具

米麴を醤油に漬けて熟成・発酵させた醤油麴は、少量でしっかりと味が付き、香ばしい香り立つのが特徴です。身体にいいと聞かれど使ったことがない、活用法が分からないという方に醤油麴の効果やおすすめの使い方をお伝えします。※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 **第2・4水曜日**

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

受 〔会員〕1回 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します。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 **第3土曜日**

仕覆教室 10月10日・24日はキャンセル待ちのみ受付

岩田 幸子 仕覆講師、加賀の指めき講師
 14時～16時30分

受 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。ご希望の方に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)



星が丘周辺 **10月1日(水)・8日(水)・18日(土)**

植物園 ～みんなの植物楽(がく)～

10時30分～12時
 集合:WEST1F トラックバイク前(ユニクロ階下)
 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(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。



WEST 2F HACO 前 **10月30日(木)～11月2日(日)**

羊毛ワークショップ

10月29日(水)～11月3日(月・祝)に、HACO出店中の「羊からはじまる糸ものがたり」では、羊毛作家によるワークショップを多数開催!

詳細はこちら 



10月1日(水): 谷口 茂弘 植物園アドバイザー
 10月8日(水): 勢力 愛子 森の案内人 (インナープリター)
 10月18日(土): 下総 勝義 東山植物園長



EAST 3F コミュニティールーム **10月1日(水)・13日(月・祝)・27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。
 ※10月1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。



EAST 3F コミュニティールーム **毎月第1・第3土曜日**

中島滋 絵画教室 ～油彩・水彩・アクリル画～

中島 滋 倉敷芸術科学大学大学院 修了 日本国際美術家協会運営委員など歴任 愛知学院大学元講師 栄・長久手にて17年間絵画教室を主宰

10時～12時
 受 〔会員〕1回 6,000円/月2回 (入会金 1,000円)

当教室では、20代から80代まで、さまざまな年代の方が絵を楽しんでいます。「絵が好き」「趣味を広げたい」「独学では限界を感じている」そんな方にぴったりの教室です。初心者の方から経験者の方まで、少人数制で丁寧かつわかりやすく指導いたします。見学・体験も随時受け付けておりますので、ご希望の方はお気軽にご連絡いただくか、直接教室へお越しください。



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 (昇段級誌代・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。
お申込・お問い合わせ TEL:090-8552-3838 (山田)

なごみ書講座
 日曜日 10時30分～11時30分 1回 2,000円
 ハガキに筆ペンでお好きな文章を書き添えてイラストも描きます。



星が丘周辺 **無料体験日 10月25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。




※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・エムアイ友の会員様のことです。