

HOSHIGAOKA TERRACE
COMMUNITY ROOM NEWS

2026

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

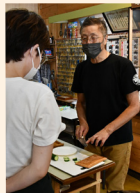
3月1日・15日(日)

包丁と砥ぎのワークショップ

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(無い方は当店お薦めの砥石、税別2,980円で用意しております)をご持参ください。CBCラジオ「北野誠のズバリ」で、番組アシスタントの方が受講され、高評価を頂きました。



EAST 3F コミュニティールーム

3月1日(日)・5日(木)・19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

1日(日) 14時30分～15時30分
5日(木) ①13時～14時 ②14時30分～15時30分
19日(木) 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体の痛みなどが楽になります

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

3月3日・10日・17日・24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

3月4日(水)・9日(月)・23日(月)

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

「名古屋市図書館」のおすすめ絵本と趣味や育児本など、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。

※3月4日(水)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受けします。



星が丘周辺

3月4日(水)・11日(水)・21日(土)

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)

受 無料(東山動植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。東山動植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。



ウグイスカグラ

3月4日(水): 谷口 茂弘

植物園アドバイザー

3月11日(水): 勢力 愛子

森の案内人

(インタープリター)

3月21日(土): 下総 勝義

東山植物園長



寒緋桜



大城冠

EAST 1F コミュニティールーム

3月11日(水)

好感度アップ♪メイクアップ講座

門野 倍美 レイとゲンキを応援するビューティディレクター

10時15分～11時45分 受 [会員] 無料 [一般] 500円

持ち物: メイクアップ化粧品・ツール・鏡

自己表現の強い味方、メイクアップ。まずは基本を身につけませんか? ほんの少しの工夫で好感度が上がるメイクアップのコツを実践レッスンします。いつものメイクアップをしてご参加ください。



EAST 1F コミュニティールーム

3月12日(木)

パリのお花屋さんのようなブーケを束ねよう!

フリーフロリスト DIORブティック装花担当

徳山 恵子 Yumi Saito Paris ディプロマ修了

10時30分～12時

受 [会員] 6,500円 [一般] 7,000円

持ち物: 持ち帰り用袋

(マテの大きいもの)

春らしいお花で、パリのお花屋さんのようなシックで洗練された色合わせのブーケを束ねるレッスンです。少人数で丁寧に指導しますので、初心者の方も安心です。最後は綺麗にラッピングしてお持ち帰りいただけます。※申込およびキャンセルは3月10日(火)15時まで。それ以降のキャンセルは受講料を申し受け、作品をお渡しします。



EAST 3F コミュニティールーム

3月12日・26日(木)

しなやかボディストレッチ

宮田 友紀 バレエストレッチ講師

12日(木) 10時30分～12時 26日(木) 13時～14時

受 [会員] [一般] [単発レッスン] 2,500円 [回数券5回] 11,000円

持ち物: ヨガマット、飲み物、動きやすい服装、靴下

簡単なストレッチと呼吸法で体幹を整え、全身のめぐりを促して免疫力を高めます。初心者でも安心して参加でき、肩こりや腰痛の緩和にも役立ちます。



EAST 3F コミュニティールーム

3月13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

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

3月14日(土)

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

14時～15時30分 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「豆麴」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、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。

※親子参加の場合、1組で1容器となります。講義が冒頭にありますので、静かにお座りになってお話が聞けるお子様を対象とさせていただきます。

【容器別売】

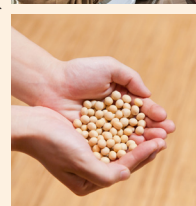
2kg仕込み用: 550円 サイズ: 直径166×高さ159 容量: 2.2L

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、高さがなく横に広いものは適しません。



画像は2kg



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 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)



3月16日(月)

EAST 3F コミュニティールーム

It's 書time

松崎 青澪 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

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。



3月16日(月)

EAST 1F コミュニティールーム

きらきら巾着バッグ ~2daysレッスン~

浅野 瑞穂子 AJBジュエリーバッグ®協会認定講師 Chez Mirurii主宰

13時～15時30分

持ち物:かぎ針7号、布用はさみ

受 [会員] 9,500円 [一般] 10,000円

柔らかいネットにかぎ編みできらきらヤーンを編み付けて、巾着型のショルダーバッグを2回講座で作ります。シルバーまたはブラックよりご希望の色をお選びいただき、お申込みの際「その他欄」にご記入ください。チェーンは画像とは別のものになります。(ブランドタグは付きません。)*申込およびキャンセルは3月11日まで

1回目:2月18日(水)
2回目:3月18日(水)

3月18日(水)

EAST 1F コミュニティールーム

DEAR FRIENDS PRODUCE

色に秘められた驚きの健康効果!【ピンク塩麹】

早川 友子 合同会社DEAR FRIENDS 代表、TOMO CAFE E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

秘密の食材で可愛いピンクに色付けた塩麹の講座です。栄養価の高いあの食材を使った塩麹は、見た目も美しい万能調味料になります。おもてなし料理への活用方法も伝授します。

※生米麹100gのお土産付き ※TOMO発酵 特製プレートチケット付き (発酵調味料を使用した特製プレートをお召し上がりいただけるチケットです)



3月24日(火)

EAST 3F コミュニティールーム

ミモザを使った春色スワッグ

山崎 泰子

10時30分～12時

受 [会員] 7,000円 [一般] 7,500円

農林水産大臣賞他多数受賞歴あり
Instagramフォロワー数3万人
指導歴25年 延べ4万5000人指導



Instagram

市場直送のふわふわかわいいミモザを使ってスワッグを作ります。生花から綺麗にドライフラワーになっていく様子を長く楽しめます。初心者の方からお気軽に楽しんでいただけます。*申込およびキャンセルは3月23日(月)15時まで。それ以降のキャンセルは受講料を申し受け、作品をお渡しします。



3月26日(木)

EAST 3F コミュニティールーム

生花で作リドライを楽しむ ボタニカルインテリア

弓削 英香

コモレビデザイン舎代表 外構ガーデンデザイナー

10時30分～12時30分

持ち物:慣れた花切りハサミ、持ち帰り用袋、必要な方はエプロン

受 [会員] 6,000円 [一般] 6,500円

「オーバルなミモザのリース」を作ります。お庭を散策するような気持ちで、季節の植物を紡いでリースやスワッグを作り暮らしを楽しみましょう。ミモザ(アカシア)は仕入れ時に黄色くふわふわの一番良い状態の種類のを使います。*申込およびキャンセルは3月20日(金)15時まで。それ以降のキャンセルは受講料を申し受け、作品をお渡しします。



3月28日(土)

EAST 3F コミュニティールーム

華墨(はなすみ)書道教室

山田 陽水 創玄書道会洪鳳社会員

書道の基礎から一本一本の線を極めていくまで、受講者のレベルに合わせてじっくりと丁寧に指導させていただきます。毛筆の他、筆ペンやボールペンなど、好きな書具で手書きを楽しみましょう。親子でもご受講いただけます。

月曜日・水曜日 夕方

日曜日 午前 ※詳しくは講師まで

【小学3年生から6年生まで】

月謝6,500円(昇級級誌代・手本代を含む)

【中学生から一般の方】

月謝8,500円(昇級級誌代・手本代を含む)



お申込・お問い合わせ TEL:090-8552-3838(山田)

お問い合わせはこちら

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
愛知学泉大学元講師 栄・長久手にて17年間絵画教室を主宰

10時～12時

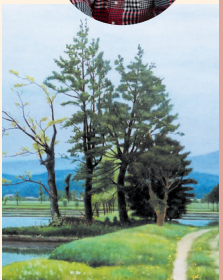
受 [会員] 一般 6,000円/月2回 (入会金1,000円)

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。

3月の開講日:3月7日(土)・3月21日(土)

お申込・お問い合わせ TEL:090-1477-3983(中島)

メール:sigeru@kaiga.sakura.ne.jp



受講申込

ウェブ予約サイト

https://select-type.com/p/hoshicom/ 24時間



お問合せ

星が丘テラスコミュニティールーム

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)

※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・エムアイ友の会会員様のことです。