

HOSHIGAOKA TERRACE COMMUNITY ROOM NEWS

2026

5
May

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

5月3日・17日(日)

包丁・とぎ・まな板のワークショップ

藤田 稔 コミュニティールーム第1・第3日曜日店、藤田金物店 店主

12時45分～13時45分 受 無料

なぜ、日本の包丁が欧米で人気なのか？その秘密の技をお話いたします。砥石を使ってご家庭で包丁を砥ぐコツも伝授しますので、お手持ちの包丁と砥石をご持参ください。(当店お薦めの砥石を税別2,980円で販売もしております)
また、プラスチックまな板とは異なりマイクロプラスチック害の心配がない「天然かやまな板」の魅力についてもご説明します。"



EAST 3F コミュニティールーム

5月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 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

5月6日(水)・20日(水)

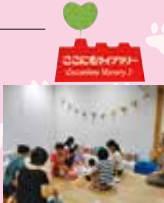
ここにもライブラリー ～図書館の本がやってきます～

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。

※5月20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お受けします。



EAST 3F コミュニティールーム

5月8日(金)

トールペイント

鈴木 さかえ アメリカンハンドクラフト学院講師、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

5月10日(日)・13日(水)・24日(日)・27日(水)

表装教室

筒井 俊雄 コミュニティールーム第2・第4日曜日店、美術表装 彩古堂 店主

水曜日:10時30分～12時30分

日曜日:①12時30分～15時 ②15時30分～18時

受 [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)のちよっとした作品を、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

5月13日(水)

月1回 暮らしに役立つ 優しい書道

松原 対子 愉しむ書道 和サロンいるは

13時45分～15時

受 初回 [会員] 2,200円 [一般] 2,700円(用紙代込み)

暮らしで使える文字の書き方をやさしく学べます。初回は書道道具一式を教室まで用意いたします。2回目以降はお好みの筆記用具(筆・筆ペン・ペン)をご持参ください。

※申込みおよびキャンセルは5月13日(水)12時まで



EAST 3F コミュニティールーム

5月16日(土)

紅茶講座 I

岡山 礼奈 日本リビングコーティネット協会

13時～14時30分 持ち物:筆記用具

受 [会員] 3,800円 [一般] 4,300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。 ※申込みおよびキャンセルは5月13日(水)12時まで



星が丘周辺

5月4日(月)・13日(水)・16日(土)

植物園 ～みんなの植物楽(が)く～

10時30分～12時

集合:WEST1F トラックバイシクル前(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。



キングサリ

5月4日(月): 平泉 智子
(東山動物園園長)

5月13日(水): 勢力 愛子
インナープリアター
(森の案内人)



サラノキ



ガイミアリリー

EAST 3F コミュニティールーム

5月7日(木)・9日(土)・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

7日(木) ①13時～14時 ②14時30分～15時30分

9日(土) 14時～15時

21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

5月9日(土)

初めてでも綺麗に編める 紙バンド教室

大寄 ゆかり (一社)日本紙バンドクラフト協会認定講師

13時30分～15時30分

受 [初回] [会員] 3,000円 [一般] 3,500円

2回目以降 [会員] 4,000円 [一般] 4,500円

持ち物:作品を持ち帰る袋(エコバッグ等)、ゴミ袋

人と環境にやさしい紙バンドを使った手仕事講座です。ちよっとした収納に便利なカゴを、基礎から丁寧に編み上げます。初心者でも綺麗に編めるように進めますので、いっしょに手仕事を楽しみましょう。



EAST 1F コミュニティールーム

5月12日(火)

パリのお花屋さんのようなブーケを束ねよう!

アトリエ・ウルズ主催 フリーフローリスト

徳山 恵子 Yumi Saito Paris ディプロマ修了 ハイブランドブティック装花担当

10時30分～12時

受 [会員] 6,500円 [一般] 7,000円 (マチの大きいもの)

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。少数で丁寧に指導しますので、初心者の方も安心です。完成後は、星が丘テラスの撮影スポットで記念撮影。綺麗にラッピングしてお持ち帰りいただけます。 ※申込みおよびキャンセルは5月10日(日)15時まで。それ以降のキャンセルは受講料を申し受け、作品をお渡します。



星が丘周辺

無料体験日 5月30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] 4,800円 [一般] 5,300円(初回のみ)

※損害保険別途必要 ※18歳以上の方対象



フロッグHP

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、フロッグ担当者より連絡を差し上げます。



開催予定日: 2026年5月16日・23日・30日・6月6日・20日・27日

EAST 3F コミュニティールーム **5月18日(月)**

テーブルスタイル茶道



高島 美由紀 種の会 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 **5月18日(月)**

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 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 1F コミュニティールーム **5月20日(水)**

好感度アップ♪メイクアップの基本


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 [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いつものメイクが一気に好感度アップ。明日から役立つ好感度アップメイクの基本を実践レッスンします。いつものメイクをしてご参加ください。



EAST 1F コミュニティールーム **5月20日(水)**

リボン型バッグチャーム

浅野 瑞穂子 AJBジュエリーバッグ協会認定講師 Chez Mirurii主宰
13時～15時30分
[受][会員] 3,500円 [一般] 4,000円
ツヤツヤの樹脂テープで四つ編みをして、可愛いリボン型のバッグチャームを作ります。お色やチャームは当日お選びいただけます。(画像はサンプルです。ブランドタグは別売) ※申込およびキャンセルは5月11日(月)15時まで。



EAST 1F コミュニティールーム **5月21日(木)**

料理の幅が広がる!【みりん麴講座】


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
塩麴の次にくる発酵調味料と話題の「みりん粕」。ご家庭で作りやすいように「みりん麴」にアレンジしました。効能や作り方、活用方法までお伝えします。
※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
(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)



EAST 3F コミュニティールーム **5月23日(土)**

稲藁で作る 祝亀



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:手拭きタオル、動きやすい服装
[受][会員] 5,000円 [一般] 5,500円
青藁の香りの中で手仕事しませんか?「祝亀」は長寿や継続を表す縁起のよい飾りで、お正月のしめ縄とは異なり、一年中お部屋に飾って何年も大切にします。心身の健康を氣遣う贈り物としても喜ばれます。藁をなう際、床に座りますので動きやすい服装でお越しください。 ※申込およびキャンセルは5月20日(金)15時まで。



EAST 3F コミュニティールーム **5月27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
13時30分～15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。
※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が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。

星が丘テラスザ・キッチン 2 1F **DEAR FRIENDS PRODUCE** **5月26日(火)**

乳酸菌が豊富!【水キムチ講座】



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
乳酸菌豊富でお腹も整う「水キムチ」。漬け汁ごと食べられて、料理のアレンジも広がります。季節の野菜をたっぷり使った水キムチの作り方をお伝えします! ※TOMO発酵 特別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)



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 修士 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。
5月の開講日:5月2日(土)・5月16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

EAST 3F コミュニティールーム **5月28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
13時～14時
[受][単発レッスン][会員] 2,500円 [一般] 3,000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
体が硬い人向けの優しいストレッチ。さらに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。開講したばかりのクラスなので初めての方も安心して参加できますよ。



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 修士 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。
5月の開講日:5月2日(土)・5月16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

EAST 3F コミュニティールーム **月・水・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
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、お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
※予約がある時間帯のみ開講 ※詳しくは講師まで
【小学1年生から6年生まで】
月謝6,500円(昇段級誌代・手本代を含む)
【中学生から一般の方】
月謝8,500円(昇段級誌代・手本代を含む)
※小学生の部・一般の部ともに1回体験2,000円(1時間)
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**

※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・EMアイカード(プラス・EMアイ友)の会員様のごことです。