

HOSHIGAOKA TERRACE COMMUNITY ROOM NEWS

2026

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・15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。

※7月1日(水)は司書と保育士の来館予定です。

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

7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 認定カキラリスト

2日(木) ①13時～14時 ②14時30分～15時30分

5日(日) 14時30分～15時30分

16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

お申し込み・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5日・19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日曜日出店、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、お手持り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

7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

7月8日(水)

月1回暮らしに役立つ 優しい書道

松原 対子 楽しむ書道とザロンいろは

13時45分～15時

受 初回 [会員]2,200円 [一般]2,700円(用紙代込み)

継続 [会員]2,500円 [一般]3,000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でご用意いたします。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。

※申し込みおよびキャンセルは7月7日(火)12時まで



詳細はこちら



EAST 3F コミュニティールーム

7月10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。

お申し込み・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(土)

ひとり歌舞伎! 星が丘座こけら落とし!

～超ビギナーも大・大歓迎!～

おくだ 健太郎 歌舞伎ソムリエ

13時30分～15時 持ち物:筆記用具

受 [会員]2,500円 [一般]3,000円

季節にちなんだ歌舞伎の名作・名場面。さまざまなエピソード。劇場イヤホンガイド解説員を務めるNHKハイビジョン番組「歌舞伎パラエラ」に出演した歌舞伎ソムリエが、臨時感たっぷり、親しみやすく、本物の舞台さながらに語ります。



EAST 3F コミュニティールーム

7月12日・26日(日)

表装教室

筒井 俊雄 コミュニティールーム第2・第4日曜日出店、美術表装 彩古堂 店主

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)のちょっとした作品を、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。お申し込み・お問い合わせ TEL:090-1821-6933(筒井)



星が丘周辺

7月1日・8日・15日(水)

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。東山動物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。

7月1日(水): 下総 勝義 植物園アドバイザー

7月8日(水): 勢力 愛子 インタープリター(森の案内人)

7月15日(水): 井村 のり子 どんぐりティーチャー



ヒオウギ



サギソウ

EAST 3F コミュニティールーム

7月6日(月)

ハーブとユーカリの香りサマーリース

徳山 恵子 パリスタイルのフラワー教室 アトリエ・ウルズ主宰

ホテルナゴヤキャッスル「クリスマスリースコンテスト」入選

10時30分～12時

受 [会員]6,000円 [一般]6,500円 持ち物:持ち帰り用袋

香りのいいミントやユーカリ、夏の草花をあしらった、夏らしいリースを作ります。室内に長く飾って爽やかな香りを楽しんでいただけます。ドライフラワーにするのもおすすめです。(サイズ:直径約30cm)※申し込みおよびキャンセルは7月5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。



EAST 3F コミュニティールーム

7月8日・22日(水)

表装教室

筒井 俊雄 コミュニティールーム第2・第4日曜日出店、美術表装 彩古堂 店主

10時30分～12時30分

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)のちょっとした作品を、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。お申し込み・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9日(木)

アナベルのリース

山崎 奏子 農林水産大臣賞他多数受賞歴あり

Instagram インスタグラムフォロー数3万人

10時30分～12時

受 [会員]7,000円 [一般]7,500円

市場直送のアナベルやそのまま綺麗にドライになる花材を使って、リースを作ります。わかりやすく説明させていただきますので、初めての方もご安心してご参加いただけます。(サイズ:直径約25センチ)※申し込みおよびキャンセルは7月6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、作品をお渡します。



Instagram



EAST 1F コミュニティールーム **7月15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 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

美しさの基本はビューティーバランスから。きれいに见せるコツを実践レッスン。明日からのメイクが変わります。いつものメイクをしてご参加ください。



EAST 3F コミュニティールーム **7月15日(水)**

つまみ細工 ～フリーレッスン～


矢野 由子 つまみ細工わん&にゃんまつつまみ細工作家

10時30分～12時30分 持ち物:手拭き(ウエットティッシュ等)

[会員] [一般] 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。ボンドを使って仕上げているので初めての方でも安心です。キレイに簡単に作るコツをお伝えします。

お申込・お問い合わせ TEL:090-3388-5553(矢野)



EAST 1F コミュニティールーム **7月16日(木)** **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 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

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、炭酸水や水と割るとおいしいドリンクになります。発酵食品である麴を、好きなフルーツと一緒に楽しんでみませんか? ※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 **7月18日(土)**

紅茶講座 I


岡山 礼奈 日本リビングコーディネート協会

13時～14時30分 持ち物:筆記用具

受 [会員] 3,800円 [一般] 4,300円

7月は夏に嬉しいアイステイーを特集したレッスンです。ご家庭でも実践できるテクニックを学びませんか? 座学の後は皆さんでティータイムを楽しみましょう。

※申し込みおよびキャンセルは7月15日(水)12時まで



EAST 1F コミュニティールーム **7月18日(土)**

植物園長の気まぐれ講座


平泉 智子 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お楽しみです。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?



サラセニア

EAST 3F コミュニティールーム **7月22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 2kg [会員] 3,500円 [一般] 4,000円
4kg [会員] 4,500円 [一般] 5,000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」直伝の豆みそを作ります。発酵食品に興味のある方や、プロのみそ作り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。

※申し込みおよびキャンセルは7月20日(月)12時まで。それ以降のキャンセルは受講料と容器代を申し受け、「育てる味噌」をお渡します。

【容器別売】
2kg仕込み用:600円 サイズ:直径166×高さ159 容量:2.2L
4kg仕込み用:900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 **7月20日(月)**


テーブルスタイル茶道

高島 美由紀 権の会 テーブルスタイル茶道認定講師

10時30分～12時

受 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、機紙の使い方、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。



EAST 3F コミュニティールーム **7月27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 輪心書道会評議員


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。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)

日々の生活の中で、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 **7月23日(木)**

しなやかボディストレッチ


宮田 友紀 パレオストレッチ講師

13時～14時

受 初回体験 [会員] 1,000円 [一般] 1,500円
単発レッスン [会員] 2,500円 [一般] 3,000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 **7月29日(水)**

まるで本物! 食べられる多肉植物ケーキ～米粉のココアロールケーキ～


牧 絵里 フラワーケーキ認定講師

13時30分～15時30分 持ち物:タオル、保冷パック

受 [会員] 5,500円 [一般] 6,000円

ココアの米粉ロールケーキの土台に、あんクリームで多肉植物を可愛くデコレーションします。クッキーランチで土を表現し、スcoop型スプーン付きで見ても楽しめる仕上がりに。お持ち帰りケーキと試食付きの講座です。※申し込みおよびキャンセルは7月25日(土)まで

お申し込み・お問い合わせ saku95koto820@gmail.com / TEL:090-8555-4576(牧)



星が丘テラスザ・キッチン 2 1F **DEAR FRIENDS PRODUCE** **7月28日(火)**

若さを保つ! 【ブルーベリー麴講座】

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

砂糖を使わず、やさしい甘みと香りを引き出せるブルーベリー麴。ジャムよりもあっさり、それでいてクセになる味わいです。目の疲れや肌の老化を防ぐと言われるアントシアニンもたっぷり。発酵の力でおいしく整うから嬉しいのおやつにもぴったりな一品です。 ※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 **7月29日(水)**

華墨 (はなすみ) 書道教室

山田 陽水 創玄書道会 洪鳳社員

水曜日 夕方 日曜日 午前

お問い合わせはこちら

※予約がある時間帯のみ開講。4時間以上受講も月謝内で可能。同日に2時間以上、別の曜日への振り替え受講可。詳しくは講師まで。

受 [月謝] 小学生 6,500円 中学生から一般 8,500円
[体験] 2,000円 (1時間)

お申し込み・お問い合わせ TEL:090-8552-3838(山田)



EAST 3F コミュニティールーム **毎週水・日曜日**

星が丘周辺 無料体験日 7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 フロマランランナー


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

開催予定日: 7月11日・18日・25日 8月8日・22日・29日

お申し込み・お問い合わせ saku95koto820@gmail.com / TEL:090-8555-4576(牧)



※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。

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)

