

HOSHIGAOKA TERRACE COMMUNITY ROOM NEWS

2026
11
November

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

包丁・とぎ・まな板のワークショップ

11月1日・15日(日)

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?その理由をわかりやすくお話させて頂いた後、砥石を使ってご家庭で簡単に包丁を研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使用による身体害、その心配がない希少な銘木「奇跡の樫(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

ろっ骨エクササイズ「KaQiLa～カキラ～」

11月1日(日)・5日(木)・19日(木)

木村 珠美 日本総合健康指導協会公認 認定力カリスト

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

骨を強くする健康美人エクササイズ

11月2日(月)・23日(月・祝)

吉兼 智子 Bones for Lifeトレーナー

11時～12時15分 持ち物: ヨガマット、バスタオル、飲み物、動きやすい服装、幅90cm×長さ7mの布(初回レンタル有り)
受 1回 [会員] 3,000円 [一般] 3,500円

Bones for Lifeのメソッドを活かして骨を丈夫に、日常生活を美しく軽やかに過ごすためのご自宅レッスンです。7メートルの布・イス・床・壁をサポートに使って繊細な感覚を呼び覚まします。どなたでもお気軽にご参加ください。



EAST 3F コミュニティールーム

美姿勢ピラティス

11月3日(火・祝)・10日・17日(火)

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

ここにもライブラリー ～図書館の本がやってきます～

11月4日・18日(水)

絵本などの閲覧・貸出 10時～12時

「名古屋市鶴舞中央図書館」のおすすめ絵本や趣味・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。

※11月4日(水)は司書と保育士の来館予定です。ご希望の絵本を読み聞かせいたします。



星が丘周辺

植物園 ～みんなの植物楽(が)く～

11月3日(火・祝)・4日(水)・11日(水)・21日(土)

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。



シチメンソウ

星が丘周辺

秋から始めよう! ウォーク&ジョギング教室 (初心者向け)

初回 11月7日(土)

小栗 裕子 ランニングスクールFROGコーチ

9時～9時45分 集合: EASTイベント広場

受 全5回 [会員] 9,900円 [一般] 10,400円 ※損害保険別途必要

持ち物: 飲み物、タオル、動きやすい服装、運動靴 ※18歳以上の方対象
専門的な難しい言葉は使わない初心者クラスです。運動が苦手な方でも、正しい姿勢や膝が痛くならない歩き方、ジョギングの始め方が2ヶ月で身に付きます。

開催予定日: 11月7日・14日・28日、12月5日・12日 雨天予備日: 12月26日



EAST 3F コミュニティールーム

表装教室

11月8日(日)・11日(水)・22日(日)・25日(水)

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

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)のちょっとした作品を、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

月1回 暮らしに役立つ 優しい書道

11月11日(水)

松原 対子 楽しむ書道 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)

詳細はこちら

2回目以降の受講料についてはHP又は講師までお尋ねください。

暮らしで使える文字の書き方をやさしく学びます。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11月10日(火)12時まで



EAST 3F コミュニティールーム

季節の花生け～花瓶付きレッスンでお花のある暮らしを始めよう～

11月12日(木)

アトリエ・ウルズ主宰 フリーフローリスト

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～11時45分 持ち物: 持ち帰り用袋(マチの大きいもの)

受 [会員] 9,000円 [一般] 9,500円

※花瓶不要(花だけお持ち帰り) [会員] 6,000円 [一般] 6,500円

ちょっとしたお花を飾りたいときの、お花の組み合わせや花瓶の選び方を学べるレッスンです。11月は秋バラと紅葉をテーマに花瓶に直接生ける「投げ入れ」を実践します。緑が施された、講師おすすめの使いやすい花瓶付き。(写真はイメージです)※申し込みおよびキャンセルは11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、作品をお渡しいたします。



EAST 3F コミュニティールーム

トールペイント

11月13日(金)

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きます。*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

テーブルスタイル茶道

11月16日(月)

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

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、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。※申し込みおよびキャンセルは11月13日(金)12時まで



EAST 3F コミュニティールーム

It's 書time

11月16日(月)

松崎 青蓮 毎日書道会審査員、中部日本書道会審査員、鶴心書道会参事、陽山会代表

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!! 11月16日(月)13時30分～15時 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!! 11月16日(月)13時30分～15時



EAST 1F コミュニティールーム

好感度アップ～メイクアップ講座～

11月18日(水)

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。少人数の講座できれいに見せるコツを実践レッスン。お手持ちの化粧品を活かしながら、明日からのメイクが変わるアドバイスいたします。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

11月18日(水)・12月16日(水)

きちんと感のあるファーブッグ

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、毛糸とじ針、ハサミ、メジャー

受 会員 16,500円 一般 17,000円

専用のネットにかぎ針でファアーヤーンを編み付け、2回講座でバッグを作ります。ふわふわファアーで可愛く、レザーベルト使用で品のある高見えバッグです。本体のお色を4色からお選びいただき、お申し込み時に「その他」欄にご記入ください。持ち手・ベルトは当日お決めいただけます。(ブランドタグは付きません)※申し込みおよびキャンセルは11月9日(月)15時まで



EAST 3F コミュニティールーム

11月20日(金)

色とスタイルの講座～私に「似合うシルエット」の見つけ方～

玉井 ひろみ 色彩検定協会 認定色彩講師、イメージコンサルタント

13時30分～15時 持ち物：筆記用具

受 会員 3,000円 一般 3,500円

「服を着ると、なんだか全身のバランスが気になる…」そんな方におすすめのグループレッスンです。ご自分の骨格タイプを知り、体型をより美しく見せる服のシルエットや着こなしのポイントを学びましょう。講座内では骨格診断も行います。



EAST 1F コミュニティールーム

DEAR FRIENDS PRODUCE

11月24日(火)

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？ご自宅簡単にできる甘酒の作り方を実演形式でお伝えします。お料理への取り入れ方も紹介するので、飲料として楽しむ以外の活用方法を知りたい方にもおすすめです。※お惣菜の試食あり ※生米100g・TOMO発酵プレートチケットのお土産付き(発酵調味料を使用した特製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

11月26日(木)

麦わらのトナカイと針葉樹のリース

浅沼 藍 キツネノヒンメリ 尾張旭市民講座・文化センター講師

安藤知織 花と実り 名古屋市・尾張旭市にて社会・カルチャー講座開講、瀬戸陶芸協会創立90年会長花

10時～12時30分 持ち物：作品が入るサイズの
お持ち帰り袋、めがね(細かい作業に必要な方)

受 会員 7,500円 一般 8,000円

サイズ：リース直径約25cm トナカイ約8cm

名古屋市育ちのライ麦を使ったウマッコ(トナカイ)と針葉樹のリースの2作品を組み合わせた、冬支度にぴったりの講座です。初めての方にも作りやすいテクニックをお伝えします。ホリデーシーズンにぴったりのハンドクラフトを、作る時間も飾る時間も楽しみたい。写真(写真はイメージです)※申し込みおよびキャンセルは11月16日(月)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

特別企画

11月28日(土)

星が丘テラスのパンパスグラスを使ったスワッグづくり

弓削 英香 星のガーデナープロジェクト3期卒業生 ガーデンデザイナー

10時30分～12時 持ち物：花切りハサミ、持ち帰りの袋

受 会員 3,000円 一般 3,500円

星が丘テラスのガーデンには暮らしに取り入れたい植物がたくさん。今回は星が丘テラスで採取したパンパスグラスと、季節の花材を組み合わせてスワッグをつくりまします。初心者も親子も、どなたでもお気軽にご参加ください。(写真はイメージです)※申し込みおよびキャンセルは11月21日(土)15時まで。それ以降のキャンセルは受講料を申し受け、作品をお渡しいたします。



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、中日書道会会員

水曜日 夕方 日曜日 午前

※同日に2時間以上、別の曜日への振り替え受講可。

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)

詳しくは講師または華墨書道教室ホームページまで。



毎週水・日曜日



※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。

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

EAST 1F コミュニティールーム

DEAR FRIENDS PRODUCE

11月19日(木)

腸活とビタミンCを同時に！【レモン塩麹講座】

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

さわやかな酸味を感じるレモン塩麹はお料理の味のポイントに!ドレッシングはもちろん、炒め物や白身魚にも相性ぴったりです。様々なアレンジメニューをご紹介します。※お惣菜の試食あり ※生米100g・TOMO発酵プレートチケットのお土産付き(発酵調味料を使用した特製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

11月21日(土)

紅茶講座 I ～英国菓子～

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

11月は紅茶とお菓子のレッスンです。英国菓子の歴史やレシピを学びましょう!座学の後には皆さんでのティータイム。紅茶はもちろん、スコーンとショートブレッドをご用意いたします。初めてのご参加も大歓迎です。※申し込みおよびキャンセルは11月19日(木)12時まで



EAST 3F コミュニティールーム

11月25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

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「豆麹」を使って、創業150年を超える醸造元「佐藤醸造」直伝の豆みそを作ります。初めての方から経験者まで、どなたでもお楽しみいただけます。お味噌を育てる楽しみ、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11月23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」をお渡しします。



EAST 3F コミュニティールーム

11月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

13時～14時

受 初回体験 会員 一般 1,000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

11月27日(金)

クリスマスホーリーのリース

徳山 恵子 アトリエ・ウルズ主宰 フリーフロリスト

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 持ち物：持ち帰り用袋

受 会員 6,000円 一般 6,500円 サイズ：直径約35cm

クリスマスホーリー(西洋ヒイラギ)は、欧米ではクリスマス象徴する植物です。香り高い針葉樹のリースに可愛らしい赤い実を添えて、クリスマスリースを作ります。※申し込みおよびキャンセルは11月24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

11月30日(月)

本物のもみの木でクリスマスリースを作ろう!

河合 由恵 Yueフラワーデザイン教室主宰 講師歴29年、のべ生徒数14,000名

作品展定期開催 テレビ出演、受賞歴多数

10時30分～12時20分

持ち物：花切りハサミ、持ち帰り用袋 サイズ：直径約35cm

受 会員 6,500円 一般 7,000円

講師が山で採ってきた「つる」を土台に、生花のオレゴンモミとユーカリ、綿花を使って香りも楽しめるクリスマスリースを作ります。リボンも当日、お好きな色をお選びください。※申し込みおよびキャンセルは11月28日(土)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。



星が丘周辺

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、FROG代表コーチ

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

星が丘テラスを拠点にした2014年創立のクラブです。ランニングの練習方法や走り方を分かりやすくお伝えします。

開催予定日：11月7日・14日・28日、12月5日・12日・26日、1月9日・16日・30日

