

ワークショップ紹介

●参加ご希望の方は、ご予約をお願いいたします。

赤字は「ふじさわ健康フェスティバル」参加のワークショップ

NEW リボン小物・ビジュアアクセサリ

松本直子

リボンを使って、可愛い小物作りを楽しめます。4種類の中から一つお選びいただき、制作します。

10月15日(火)・11月19日(火) 10:30~12:30

・持ち物 針・はさみ(リボン小物の場合)
 ・参加費 ロゼット:3,000円、リース:3,500円、アクセサリ:3,500円
 ハロウィンチャーム:2,250円(10/15のみ)、(全て材料費込)

・申込先 makana-aloha@makana-aloha.jp(松本)



ベビーマッサージ教室

青木

赤ちゃんの身体の成長や心を育てるタッチケアです。大切なときを、ベビーマッサージで楽しんでみませんか。

10月8日(火) 10:30~11:15

11月12日(火) 10:30~11:30

・対象 生後3ヶ月~1歳ごろまで
 ・持ち物 バスタオル、フェイスタオル各1枚
 ・参加費 1,500円(10/8)、2,000円(全てオイル、防水シート付)
 ・申込先 hiro@encuentro.jp(青木)



骨盤底筋トレーニングヨガ

すずきくみ

足のセルフリフレクソロジーから始めて、足からカラダの循環を感じます。呼吸を意識しながら動くことで、カラダの状態がわかります。ヨガ初心者でも、ご参加可能です。

10月25日(金)、11月22日(金) 10:30~11:45

・持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、タオル
 ・参加費 2,000円(初1,000円)

・申込先 <https://fujisawachitrine.com/>

KAERU ヨガ わたしがかえる、呼吸するヨガ

ちよ

ゆっくり、ゆったり、自分の呼吸や身体の重さを感じながら、軽やかに時間の流れを感じていきます。

10月8日・22日(火) 13:30~14:45

11月12日 13:30~14:45

・持ち物 ヨガ マット(お持ちの方)、飲み物、タオル
 ・参加費 1,300円(10/8・11/12)

1回2,000円 チケット制有 ・体験あり 1,300円



ハーバリウム

花薫

リザーブドフラワーやドライフラワーを専用のオイルに浸し、長くお花を楽しみましょう。

10月8日・26日(土)

11月2日・23日(土)

14:00~16:00

・参加費
 50ccボトル 1,300円
 100ccボトル 1,800円
 ボールペン 1,200円

スケッチ・水彩画

三嶋真人

季節の風景から静物、さまざまなシーンを鉛筆で、パステルで、水彩で、表してみましよう。

10月9日(水)・11月13日(水)

13:30~15:30

・参加費 2,500円(材料費込)

「季節を描く」

10月30日(水)・11月9日(土)

14:00~16:00

・参加費 1,500円(材料費込)

美容と健康のお灸教室

田澤慶子

●10月からリニューアル!

10月22日(火)・11月26日(火)

10:30~12:00

・参加費 2,000円(材料費込)

お灸体験

10月8日(火)・11月12日(火)

10:30~11:30

・参加費 1,000円(お土産付き)

詳細は、お問い合わせください。

・申込先 090-2166-7385(田澤)

着物リメイク

石渡フミ子

着物をリメイクして、素敵な洋服にしませんか。はじめての方でも、楽しくリメイクできます。

10月4日・18日(金)

11月1日・15日(金)

・1日講座 10:00~16:00

参加費 3,000円

・半日講座 10:00~12:00

13:00~15:00

参加費 1,500円

・持ち物: 裁縫道具

ベンガラ染め

(2ヶ月に1回)

小澤則子

ベンガラ染めは土に含まれている酸化鉄で染まります。水があれば火も使わずに好みの色柄に染められ、環境も汚さず安心で手軽です。

10月17日(木) 13:30~15:30

・持ち物: 汚れてもいいタオル2枚、持ち帰り袋、必要な方は、エプロン、ゴム手袋

・参加費 1、2回目 3,000円(材料費込 素材300gまで)
 3回目より 2,000円(材料費別 素材10gにつき20円)

ベビー英語

Junko

赤ちゃんとママのための親子英語レッスン

英語が苦手でも大丈夫! 英語の歌を歌ったり、英語の絵本を読んだり、親子で英語の時間を楽しみましょう。

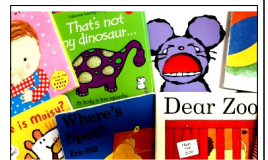
10月2日(火)・11月6日(水)

1才児10:00~10:40・0才児11:00~11:40

・対象: 0才~1才の赤ちゃん和妈妈

・定員: 各日程5組 ・参加費: 1回 1,200円

・申込先: blooming_joinus@yahoo.co.jp(相澤)



お抹茶を楽しむ会

敦子

テーブルで手軽にお茶をたてて、日常にお抹茶を取り入れて楽しみましよう。

10月24日(木)

11月28日(木)

13:30~16:30

参加費 1,000円(お菓子代別)

木版画

尾崎 丘

女性、男性、年齢問わず、大歓迎。出来ること、ゆっくりやってみましよう。

10月5日・26日(土)

11月2日・23日(土)

14:00~16:00 ・体験講座あり

・参加費 1回1,000円(材料費別)

・申込先 080-6642-5883(尾崎)

ニードルアート

領家咏子

糸や布、身のまわりにある材料を使い、刺しゅうの技法でキャンパスに表現してみませんか。

10月11日(金)

11月8日(金)

13:30~15:30

・持ち物 まち針、はさみ

・参加費 2,500円(材料費別)

布バッグ

佐々木貴三江

着物地や帯、思い出の布で、バッグを作ってみませんか。ポケットやファスナーの付け方など基礎からはじめます。

10月25日(金)

11月22日(金) 13:30~16:30

・持ち物: 裁縫道具

・参加費: 2,500円(材料込)

織り

関谷安子

沢山の糸の中から自分色の糸を見つけ織ってみよう。

10月19日(土)

11月16日(土)

13:00~17:00

・体験講座あり 1,500円(糸代別)

・参加費 2,500円

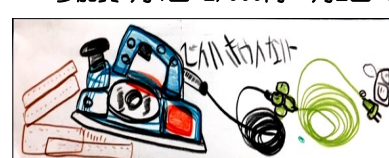
日曜アート A・B

A: 10月6日・20日(日) 13:00~15:00

11月3日・17日(日)

尾崎丘

・参加費 月1回 2,000円・月2回 3,000円



B: 10月6日(日) 14:00~16:00

11月3日(日)

三嶋真人

・参加費 2,000円

水彩クラス 2,500円



民謡三味線

中澤訓子

ご一緒に三味線を弾いてみませんか?

10月1日・15日(火)

11月5日・19日(火)

13:00~14:30

・体験講座あり

・参加費 月2回 3,000円