

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。

<p>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。</p> <p>2月28日(金)、3月27日(金) 10:30~11:45</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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/ 	<p>日曜アート A・B</p> <p>A: 2月 2日・16日(日) 13:00~15:00 3月 1日・15日(日) 尾崎丘 ・参加費 月1回 2,000円 月2回 3,000円</p> <p>B: 2月 2日(日) 14:00~16:00 3月 1日(日) 三嶋真人 ・参加費 2,000円 水彩クラス 2,500円</p> 		
<p>ハーバリウム 花薫</p> <p>★髪飾り アーティシシャルフラワーやプリザーブドフラワーなどを使い、髪飾りを制作。</p> <p>2月15日(火) 14:00~16:00 25日(火) 10:00~12:30 ・参加費 1,800円(材料費込)</p> <p>★ハーバリウム ボトルに、好きな花材と専用のオイルを入れて制作。</p> <p>3月3日(土) 10:00~12:00 ・参加費 50ccボトル 1,300円 100ccボトル 1,800円(材料費込)</p> 	<p>ベビー英語レッスン Junko 赤ちゃんとママのための親子英語レッスン</p> <p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1歳児クラス 2月 5日(水) 10:30~11:10 3月 4日(水) ・0歳児クラス 2月19日(水) 10:30~11:10 3月18日(水) <p>・対象：0才~1才の赤ちゃんとママ ・定員：各日程7組 ・参加費：1回 1,500円 ・申込先：blooming_joinus@yahoo.co.jp</p> 		
<p>民謡三味線 中澤訓子</p> <p>一緒に三味線を弾いてみませんか？</p> <p>2月 4日・18日(火) 3月 3日・17日(火) 13:00~14:30 ・体験講座あり ・参加費 月 2回 3,000円</p>	<p>スケッチ・水彩画 三嶋真人</p> <p>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、表してみましょ。</p> <p>2月12日(水)・3月11日(水) 13:30~15:30 ・参加費 2,500円(材料費込)</p>	<p>木版画 尾崎丘</p> <p>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ょ。</p> <p>2月 1日・22日(土) 14:00~16:00 3月 7日・28日(土) 〃 ・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)</p>	<p>織り 関谷安子</p> <p>沢山の糸の中から自分色の糸を見つけ織ってみよう。</p> <p>2月15日(土) 13:00~17:00 3月21日(土) 〃 ・体験講座あり 1,500円(糸代別) ・参加費 2,500円</p>
<p>着物リメイク 石渡フミ子</p> <p>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。</p> <p>2月 7日・21日(金)、3月 6日・20日(金)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・1日 10:00~16:00 参加費 3,000円 ・半日 10:00~12:00・13:00~15:00 参加費 1,500円 ・持ち物：裁縫道具 	<p>ニードルアート 領家咏子</p> <p>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バスに表現してみませんか。</p> <p>2月14日(金)、3月13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)</p> 		
<p>KAERU ヨガ ちよ</p> <p>「わたしがかえる、呼吸するヨガ」</p> <p>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、軽くさわやかな時間の流れを感じていきます。</p> <p>2月11日・25日(火) 13:30~14:45 3月10日・24日(火) 〃</p> <ul style="list-style-type: none"> ・持ち物 ヨガ マット(お持ちの方)、飲み物、タオル ・体験あり 1,300円 ・参加費 1回 2,000円 チケット制有(チケット割引) 	<p>ベンガラ染め (2ヶ月に1回) 小澤則子</p> <p>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、環境も汚さず安心して手軽です。</p> <p>2月20日(木) 13:30~15:30</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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) 		
<p>縁側事業・地域の縁側 火曜~金曜日 10:30~16:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・工房ビーンズ 毎週 火・水・木曜日 10:30~16:00 ご利用の場合は、ご相談ください。 ・まめやカフェ 毎週 水・木曜日 11:30~15:00 ラストオーダー14:00 マクロビランチ(動物性の材料を使用しないランチ) ・おにぎりランチ 毎週 金曜日 11:30~15:00 ラストオーダー14:00 	<ul style="list-style-type: none"> ●開設時間：10:30~16:30(日曜日 16:00) ●定休日：月曜日、第4・5日曜日 ●レンタルスペース、工房ビーンズをご利用の方は、ご相談ください。 ★お問い合わせ先：NPO法人 アート・ビーンズ・ファクトリー 〒251-0052 藤沢市藤沢1011-18 TEL&FAX 0466-22-6667 HP：http://art-beans-factory.com/ E-mail：info@art-beans-factory.com 		

● 2月、3月のベビーマッサージ教室は休講させていただきます。