

センター

メディカルアロマ

メディカルアロマアドバイザー 早河 亜希子

場所・開催日 豊田センター 11/22(金)

時間 10:00~11:30

メディカルアロマセラピーについて学び、ラベンダークリームと美容ジェルを作ります。(別途材料費あり)

講習費 1,500円 締切 開催日の1週間前



センター

トランポウオーク

トランポウオークインストラクター 石橋 悦子

場所 名古屋センター

開催日 10/15(火)22(火)29(火)

11/5(火)12(火)19(火)26(火)

時間 14:00~15:30

軽快なリズムに合わせて歩くことで、楽しみながら体幹を鍛え、筋トレにもなります。全身運動により爽快感が得られます。

講習費 1回1,500円 4,000円(3回-先行予約)

締切 開催前週木曜日(締切後でも定員まで受講可)



センター

天然酵母のパンを焼きましょう!

食生活アドバイザー 樋口 敦子

場所・開催日 豊田センター 10/17(木)・11/15(金)

時間 午前の部 10:00~13:00
午後の部 13:30~16:30

Menu

- 10月 ブルーベリー&チーズのセミハード3個と
かぼちゃ生地の栗入りあんぱん6個
- 11月 ジャガ芋ときのこの秋のパン6個とオレンジ&
チョコチップの渦巻きパン3個

講習費 1,500円

締切 開催日1週間前(別途材料費有り)



お子さん(小学生・中学生・高校生・大学生)の英語レッスンも

英検・TOEIC など
受験希望者も受講可

ZOOM

自宅で英会話 トレーニング

1対1

Asako's Online
English

英検準1級・TOEIC 985点 津田 亜佐子

開催日時 基本毎日 時間は相談に応じます

講習費 お試し(1回のみ)30分2,200円

10回セット 30分=22,000円・60分=33,000円(お得な回数券)

今度こそ話せる人に!英会話習得の王道はとにかく話すこと!自宅で気軽にZOOMレッスン。会話以外にも、学校の授業や試験対策など、お子様~シニアまで対応。



ZOOM
LINE

おうちで☆整うリンパケア

看護師・リンパケア講師・脳科学コーチ・
分子栄養・電磁波アーシングアドバイザー

長尾 峰子

1対1

開催日 希望日、時間を
複数お知らせください。

時間 30分ほど(6時~22時)

世界に1つしかない体。
元気で長く使えるように、
メンテナンスしますか?

不調の根本原因は循環不全です。優しく効率的に体循環を促して、あなただけの☆パーソナルレッスンで、身体のリセット習慣をつけましょう!

講習費 初回体験 2,000円/45分

10回セット回数券にて 20,000円

締切 開催日4日前



センター

親子でお料理!

名古屋市トワイライト事業講師

子供向け料理教室10年以上 尾崎 千佐美

場所・開催日 豊田センター 11/4(月・祝)

時間 10:30~14:00 (キャンセル待ち受付中)

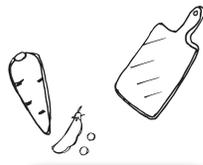
未小学生の親子対象。一緒に料理したい!のリクエスト第二弾開催決定!♡親子でいっしょに調理しましょ♡(別途材料費有り)

Menu

- 野菜出汁を使って炊き込みご飯・お魚みそスープ・
辛い水キムチ(発酵野菜)・人参ケーキ

講習費 1,500円(親1人+子1人)子1人追加500円

締切 10月21日(月)



お子さん向け ZOOM

2歳~高校生大学生、
ハンデのある方も

おねんど

1対1

午前・午後・夜 希望時間に
受講可能です。

日本パンフラワー協会会員/
日本貴金属粘土協会会員/講師

尾崎 千佐美

開催日 希望の日程、時間等を
複数お知らせください。

時間 個別 30分

柔らかい樹脂粘土で一つ一つ作って花束に。1輪挿しも可愛い!完成することによる成功体験、立体造形の楽しさを♡ 1人1人に寄り添います。(別途材料費有)

講習費 月に1回1,300円・月に2回2,550円・月に4回5,000円

締切 希望日の前月、月初め

大人向けセンター講座

12月は
クリスマスリース

パンフラワー

場所 豊田センター

開催日 11/19(火)・12/17(火)

時間 10:30~12:00

樹脂粘土でお花を作ります。あなたのペースで好きな花が作れます。テキストに則って資格取得もできます。(別途材料費有)

講習費 1,600円 締切 開催日1週間前



ZOOM

石けんナチュラルクリーニング 食器洗い編

石けんを伝える講座を25年以上続けている 柘植 千賀子

開催日 11/5(火)

時間 ①10:00~11:00

②13:00~14:00

③15:00~16:00

この季節手荒れ気になりませんか?合成洗剤を使って食器を手洗いすると細胞を壊して侵入するから手荒れが進みます。石けんは手荒れから守るだけでなく、食品を乗せる食器という観点でも安全です。排水のことも考えます

講座資料は講座後に送付しますのでメモを取らずに聞いていただけます

講習費 1,500円 締切 開催日4日前



子どもと楽しむ・親も学ぶ

育みルーム

託児あり 大人講座及び
対象以外のお子さん託児あり



育みルーム
申込フォーム



詳細情報

●名古屋センター「ヨガ」「親子でリトミック」 11/14(木)

「骨盤美人体操」 11/13(水)

「心のモヤモヤも断捨離®」 11/12(火)

●豊田センター「抱っこヨガ」 11/14(木)

「母乳石けんを作ろう」 11/14(木)