

2021 11月12月

● 住育講座 ● 地産地消 ● その他
● 健康講話 ● 子育てカフェ

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1	2	3	4	5 ■エコクラフト バンドでカゴ	6 ■ネイチャーゲーム	7
秋のしずく…展 10/22(金)～11/14(日)まで						
8 ■アロマとハーブ	9 ■タティングレース ■草木染め&織り	10	11	12	13	14
15 ■ニットカフェ	16	17	18 ■草木染め&織り	19	20	21
22	23 勤労感謝の日	24	25 ■布花あそび	26 ■刺し子	27	28 住まいコンセプト
29	30 ■ヘルシー 料理教室	12/1	2	3 ■エコクラフト バンドでカゴ ■ビタミン材運動	4 自然体験	5 メンテナンス
楽しい陶器展 11/30(火)～12/20(月)まで						
6	7	8	9	10	11	12
13	14 ■タティングレース ■草木染め&織り	15	16	17	18	19
年内お渡しの塗料注文は12/19まで						
20 ■ニットカフェ	21	22	23 ■草木染め&織り	24 ■刺し子(モデルハウス) ■ヘルシー料理教室	25	26
27	28	29	30	31	1/1 HAPPY NEW YEAR! 2022	2
エコショップ冬季休暇 2021/12/29(水)～2022/1/5(水)						



毎月第3火曜日11:00～凸decoBoco凹開催中!

感染予防対策をして

詳しくはinstagramから@tocotoco-itoko



お知らせ

エコショップでのお買い物に限り、各種クレジットカードをはじめ様々な種類のキャッシュレス決済がご利用いただけます。



↑詳しくはスタッフにお問合せください。

エコショップイトコー

発行 / 掲載に関するお問合せ先

0120-86-4191

エコショップイトコー

〒442-0069 豊川市諏訪西町2丁目245番地

営業時間 / 10:00～18:00 定休日 / 水曜日・祝日

※ecoeco通信は2ヶ月に1度発行しています。



料金後納郵便

7まじめ。

株式会社イトコー

ゆうメール

2021 ecoeco通信 11月12月



2021 No.155
2021年11月12月号

コワーキングスペース TOCOTOCOはリノベーションモデルハウスでもあります。無音無風の体にやさしい空調も体感していただけます。詳しくはP6をご覧ください。



TOCOTOCO ホームページ

今月の言葉 「心配ない、大丈夫」

何事もやってみなければ分からない。
自分を信じ、できることから一歩踏み出そう。
必ず、結果はついてくる。

社団法人 倫理研究所 「今日の道しるべ」より

株式会社 イトコー

10.23 土
31 日
先着予約

3階建て 完成見学会予約制 「街なかで、自然と共に 愉しく健康的に暮らす」

四季と暮らす家 produced by イトコー



「街なかでも、自然を感じながら愉しく暮らしたい、そんな想いを叶える3階建てのコンパクトな住まいが完成しました。家の中はいつも新鮮な空気で、夏は涼しく、冬は暖かい「OMソーラーシステム」を採用。デッキバルコニーや植栽など、家づくりの参考にしてください。

🕒 10:00～17:00 (1時間1組限定) 予約制
📍 浜松市西区入野町 (お申込後、詳細を案内致します)

Message

10/23,24の2日間にご予約の皆様には素敵なプレゼントをご用意しております。10/25～31まで見学できますので、ご希望日の3日前までにご予約下さい。
※平日も見学可能です。

さらに詳しい情報
予約申し込み
QRコードはこちら



11.28 日
先着予約 住育講座

「家づくりの想い」お話会



「子どもたちの未来をつくる」これはイトコーの企業理念の一つ。大きなローンを組み、命を担保にしてまで行う家づくり。はっきりとした目的を持って臨むことをお勧めします。性能の高い家、かっこいい暮らしのできる家。もちろんそれらも大切です。でも、それは目的ではなく手段。イトコーでは「子どもたちの未来をつくる。」という命題を軸として、家づくりのご提案をしています。子どもたちとともに育ち、やがて住まいは実家となり「帰る場所」として心の拠り所となる。「やっぱり実家は落ち着くなぁ。」そんな家づくりのお話をぜひ聞きに来てください。

🕒 10:00～11:30
👥 3組 📄 無し 🏠 モデルハウス2F 💰 無料

講師 伊藤 博昭



株式会社イトコー 代表取締役

豊橋の四季と暮らす家モデルハウスに住み、暮らしを楽しむ毎日を実践中。半外空間 GOOD — TIME PLACE はさらに暮らしに幅を広げています。



Message

イトコーの家づくりや会社としての理念、住まいのコンセプトを学んでいただくセミナーです。

vol.7
Part1

イトコースタッフの
暮らしづくり



「イトコースタッフの暮らしづくり」では家づくりのお手伝いをさせていただいているイトコースタッフ自身の暮らしも家づくり、リノベーション、DIYなど工夫しながら愉しんでいます…そんな様子をエコショップのわっちゃんが紹介します。



暮らしに合わせて変化できる家

今回は常務の小林さんの暮らしを紹介します。お住まいは23年前で自身で設計されたOMソーラー「すっぴんの、木の家。」。2人の息子さんの成長に合わせて、家を家族の居心地のいい場所にする、愉しみながら手入れすることでより温かみの増した住まいにされています。そうした工夫を重ねた経験を活かしてメンテナンス教室の講師としても活躍中です。



息子さんが小学生のとき



息子さんが中学生になり、間仕切りを施工



2人の息子さんが独立した現在

ご自宅を建てられてからお子様の成長などに合わせて 住まいを工夫されたことなどはありますか？

子ども部屋をリビングと一つながりのフルオープンで新築、長男が中学に上がるときに間仕切り施工、10年後2人とも成人して外に出たので、また間仕切りを外して、今は家内の趣味の部屋として活用してます。

小林さんがご自宅が一番気に入っているスペースは？

リビング(2階)を含めた2階全体が気に入ってます(階段スペースを含む)。理由は、居場所がいくつもあるから。季節・日差しの加減によって、居場所を変えることで暮らしが愉しめます。その日に気に入った場所で、本を読む、ギターを弾く、仕事をする…

奥様がご自宅が一番気に入っているスペースは？

趣味の部屋(旧子ども部屋)が気に入ってます。自分の好きなものを自由に飾る事が出来て、ロフト・天窗もあって隠れ家的に使えるから。

OMソーラーを導入した暮らしの中でよかったことはありますか？

家中どこに行ってもほぼ同じ温度なので、快適に暮らせます。脱衣、浴室までもが寒くありません。それから洗濯物が家干ししても匂わない。しっかり換気されていることを実感します。20年住んでいると、気密性が高いコトによる空気の流れをだんだん感じるようになって、どこから入ってどこから排出されている・・・なんてことがイメージできるようになってきました。

■ 次号、小林さんの暮らし 「メンテナンス編」につづく。

無垢材の家のお手入れをそんなに時間を掛けずに行っている方法などをお聞きしました。

筆者：エコショップイトコー店長「わっちゃん」 庭付きの中古マンションをイトコーリノベーションしてもらい18歳の娘とワンコと暮らしアラフィフ(かろうじて40代)。ハンドメイドやインテリア好き。ガーデニング、DIYも素人ながら挑戦中。



10.22金

▶11.14日

秋のしずく・・・展 『穏やかに、ゆったりと』



なかなか思うように出かけたり、会っておしゃべりすることはできませんが、私たちは大好きなハンドメイドのおかげで、お家時間を心穏やかにゆったりと過ごすことができます。

変わらず好きなもの、ほっこりするものたちを見に来ていただけたらうれしいです。大人服、子ども服、リバティ小物、ドライフラワーなど展示販売します。

🕒 10:00 ~ 18:00 水・祝日定休
📍 エコショップ1F 🎫 来場無料

作家 しずく・・・さん



2010年に子育て中のママたちで結成した『しずく・・・』。今はコロナ禍でなかなかイベントには出店できませんが、製作はコツコツと続けています。

Message

布選びにもこだわり、上質で長く使える素材を中心とした布を使い、使い勝手の良いアイテムを作っています。



11.30火

▶12.20月

楽しい陶器あれこれ 展



日常使いできる器から、置物、ランプシェード、壁掛け、花器、インテリアとして日常を彩る物を制作しております。

あるだけで少しウキウキしたり、楽しい気分になっていたいただけたらいいなと思っています。

🕒 10:00 ~ 18:00 水・祝日定休
📍 エコショップ1F 🎫 来場無料

作者 LA_TAZAさん



陶芸歴15年
東三河でイベント出展、
ワークショップ開催しております！

📷 @la_taza

Message

日常を少し彩るお手伝いができたら
などと思い制作しております。



12.03金

事前連絡 その他

穂の国の森から始まる家づくりの会 循環する教室の空気はビタミン材運動開催



弊会のメイン活動、子どもたちに近くの山の現状を知ってもらうために教室の横の掲示板に子どもたちと一緒に杉の間伐材を貼る「教室の空気はビタミン材運動」。2年目の活動「循環する教室の空気はビタミン材運動」を開催します。一緒に活動してみませんか？女性お一人でのご参加でも大丈夫ですよ。ご予約詳細をお送りします。蒲郡にお住まいの皆様のご参加をお待ちしております。

🕒 13:00 ~ 16:00 📍 蒲郡市立西浦小学校
🎫 無料 📁 無料 汚れてもよい格好で、飲み物、タオル等



穂の国の森から始まる家づくりの会



令和3年度
あいち森と緑づくり環境活動・学習推進事業交付金活動

教室の空気はビタミン材運動や地元の木を使った家づくり、植林・下草刈・枝打ち活動、山見学会などを行っています。

私たちは
NPO(特定非営利活動法人)
緑の列島ネットワーク
の団体正会員です。

12.04土

2021年冬 有機循環農業「福津農園」で 自然体験学習をしましょう



🕒 11/20 📅 抽選 11/21

みかんを採って食べたり、山に入って落ち葉拾いをします。その後は薪から火を起し、とれたての野菜と農園にいるニワトリをまるごと一羽入れたスープとやきいもで体を温めながら楽しみましょう。(天候等により収穫内容が変わります)

長靴・動きやすい服で参加してね。

持物：タオル・おにぎり・水筒・マイ箸・皿・カップ・おわん・保険証



🕒 10:00 ~ 15:00 📍 福津農園 現地集合 🚶 40名
🎫 1家族/500円+食事代500円(中学生以上)



講師 松沢 政満さん



有機循環農業 福津農園 代表
新城市中宇利福津 38
(詳しい地図は申込後送ります)
第15回環境保全型農業推進コンクールにて
農林水産大臣賞受賞

Message

福津農園は、南向きのなだらかな山腹にあり果樹や野菜、その他キノコや鶏卵など多品種を有機循環農業で育てています。その他、ヤギが一頭、鶏が300羽います。

遠赤外線だけであたためるセラミックヒーター 『サンラメラ』

電気代は 600W で
1 時間使用→約 12 円

■ 足もとから暖まる。

人体に吸収しやすい遠赤外線のための放射なので、空気ではなくお部屋や体を直接暖めるので足元、手元も暖まります。

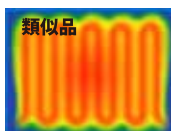
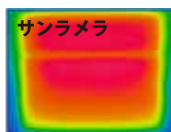
■ 火災の心配がない。

誤って使用中に布が被さっても発火せず、温度が上昇すぎたり本体が傾くと安全装置が働き、スイッチが切れます。

■ 空気を汚さない。(無風・無音・無臭)

輻射式暖房により水分や風を放出しないので使用により換気の必要はありません。(サンラメラを使うことによって、空気を乾燥するという事はありません。) 気管支の弱い方や小さなお子様にも安心してご利用いただけます。

■ 他には真似できないパワー



サンラメラはセラミックパネルと熱源の発熱体を一体化した面状発熱体(特許取得)で大量の遠赤外線を効率良く放射できます。

それに比べ類似品は電熱線を線状に貼り付けているため、パネルと熱源が一体化されていないため、熱の伝導効率下がりが、より多くの熱源を必要とします。

お待ちいたしました！
リニューアルして再入荷！



600W タイプ

620型 メーカー小売希望価格 77,000円 → エコショップ価格 49,500円
サイズ: 560×410×220mm 5.5 kg 暖房能力4.5~8畳
(消費電力: 200W/400W/600W) キャスター付き 電源ケーブル2.5m



1200W タイプ

1220型 メーカー小売希望価格 162,800円 → エコショップ価格 123,200円
サイズ: 740×520×240mm 12.5 kg 暖房能力6~14畳
(消費電力: 600W/900W/1200W) 電源ケーブル2.5m

ご愛用者様2台目キャンペーン 2022年2月末まで
今までに当店でサンラメラ購入で、2台目以降のご購入は当日から使える

エコショップ券 600W 1000円分
1200W 2000円分 プレゼント!

令和3年度

豊川市

プレミアム付商品券

エコショップイトコーでは「全店共通券・一般店専用券」の2種類ご利用いただけます!

全店共通券



一般店専用券



飲食店専用券



使用可能期間

令和2年10月1日から
令和3年2月28日まで



※(株)イトコーの建築施工費等のお支払にはご利用いただけません。ご注意ください。

エアコンから [エフコン] へ

F-CON

F-CON(エフコン)はリノベーションモデルハウス「TOCOTOCO」にて体感していただけます。

自然環境と同じ「輻射・放射」で快温。

F-CONは自然界の温度変化の原理と同じ、遠赤外線の「輻射・放射」を最大限に活用することで、室内の快適温度を実現します。真夏は、鍾乳洞にいるような涼しさを。真冬は、春のようなポカポカした暖かさを。

無音+無風で、心に、体に、ノンストレス。

無風、無音で、快適温度を保つF-CONは、エアコンの風による体の怠さや、音によるストレスがありません。リラックス感や睡眠の質を向上し、室内のホコリやウィルスなどを巻き上げないので、衛生的です。

独自のシステムで家中を快適温度に。

輻射・放射冷暖の効果を最大限に高めるため、独自のエアフリーシステムを研究・開発。体の負担となる室内の温度差を軽減し、ヒートショック等を予防します。(※住宅の構造によって異なります)



真夏も真冬も室内は快適空間に♪



24時間運転でエアコンより
2℃分省エネ♪

乾燥するこれからの季節に、 心配な感染症対策に特におすすめです。

森の力を 暮らしに活かす フィトンエアー

空気清浄機との根本的な違いは、空気を吸い込んで出す運動ではない事です。目に見えない極超微粒子化したフィトンチッド溶液を一方向的に放出し、お部屋の隅々まで除菌・消臭します。その他、森林浴と同じ成分も含まれている為、空気中に栄養素も添加します。お部屋の中で、森林浴が味わえる、新しいジャンルの商品です。



フィトンエアーミニ ¥29,700(税込)
(本体+溶液カートリッジ2本)

フィトンエアーについて除菌力や消臭力の実験結果など詳しくはこちらからいただけます。



溶液カートリッジ[PT150]の持つ多様な能力

除菌・防カビ

インフルエンザ・病原菌等を抑制、除菌。不快なカビも抑えます。人体に優しい天然成分なので副作用の心配がなく穏やかに作用します。

分解消臭

フィトンチッド成分が悪臭源に付着し、分解中和、無害化します。こうした消臭作用は身近な生活臭に効果的です。

ストレスフリー

フィトンチッド成分によるやさしい効果や天然イオンの力による森林浴のようなリラックス空間をつくります。

安心・爽快

100%天然植物成分由来なので、赤ちゃんからお年寄りまであなたにでも安心してお使いいただけます。

即効性

新木の植物が持つ強い浄化力で、臭いや細菌に対しても瞬時に効果を発揮します。

[フィトンチッド]とは・・・

樹木は傷ついたときに病原菌に感染しないように傷口を殺菌したり、害虫など寄せ付けないように「フィトンチッド」と呼ばれる揮発性物質を放出しています。

仕様 H220xW178xD85mm(540g:本体のみ)
範囲 ~最大6畳程度
勉強部屋、寝室などに置いていただきパーソナルスペースでフィトンチッド空間を味わっていただけます。
※カートリッジは、毎日8時間作動で約20日~1ヶ月程度が交換の目安です。
専用カートリッジ400ml :¥1,500 +税



事務所や店舗、病院にオススメ!

推奨20畳/最大43畳用
フィトンエアー PC-560もございます。

重量: 3.3kg (本体重量約2.3kg、溶液1L約1kg)
外形寸法: H375mm×W330mm×D157mm
※1日8時間運転/約30日で1本消費
専用カートリッジ1L:
¥3,000+税 / 濃縮タイプ1L: ¥6,000+税



フィトンエアー ¥173,800(税込)
(本体+溶液カートリッジ1L/2本)

11.06 土

先着予約

いとこ会

イトコー住まい手様限定
鳳来寺山麓でネイチャーゲーム！

大好評のネイチャーゲーム。鳳来寺山の沢沿いの土の道にはコケや草、沢には赤い石！黒い石、縞模様の石。大昔は海でそこに火山活動が加わり山になった名残がたくさんあります。山や木のプロの丸山さんと一緒に山の中をゆっくり歩いて、鳳来寺山に関するネイチャークイズをしながら、一緒に遊び、触れて、山や森について学んでみませんか？

*ネイチャーゲームとは、人間の感覚を用いた様々な活動を通して、自然の不思議や仕組みを学び、自然と一体であることに気づくことを目的としています。

🕒 9:50 ~ 14:30 🏠 申込後詳細を案内 🧑 10家族程度（先着順）
💰 お弁当代 大人も小人も¥1000（小学生以下）



Message

気持ちの良い季節。山でシダグライダーを飛ばしたり、動物の足跡や木の耳を探したり、子どもたちは大喜びです。是非ご家族でご参加下さい。

YouTube
以前の様子の動画

講師 丸山 潤次郎さん



* 鳳来寺山自然科学博物館 友の会会長 山のことを知り尽くしているプロ。山、木、森について何でも教えてください。（イトコーの家の住まい手様でもあります）午後から皆様と一緒に活動できるイベントを計画中です。お楽しみに。

12.05 日

先着予約

いとこ会

住まいの
メンテナンス教室2回目の
受講も
OKですよ！

住んでいるからこそ分かる“住まい”の中と外のお手入れ方法の話・実演、手を加えることの愉しさ、面白さを体感しましょう！床のワックス、外の木塀の塗り体験もあります。各回3組限定です。



教室の内容はこちらの動画をご覧ください。当日はさらに詳しく説明いたします。



Message

【いとこ会】は、イトコーでお家建てられた方の会です。家はお手入れをしながら住み続けていくもの。年数が経てば味わいを増す自然素材にも、定期的なメンテナンス（予防）が必要です。

デッキ用などの**有色塗料はお取寄せになります**。エコショップに在庫はございません。ご注文はお電話でも承ります。年末は12/19までにご注文いただければ年内にお渡し可能です。

講師 小林康弘



株式会社イトコー 設計士
1級建築士
OM すっぴんの、木の家。
に住んでいます

イトコーの倉庫・ガレージ特集

KAKUICHI

倉庫・作業場・ガレージ…ニーズに合わせて自由自在。それぞれのシリーズに様々なサイズがあります。詳しくは(株)イトコーまでお問い合わせください。



切り妻タイプのガレージ HDD

ガレージの改革！「保管」から「活かす」場所へ。11.5mまで可能になった新シリーズ



ガレージ・倉庫 広スペースハウス

広くて農業機械を収納しやすい倉庫作業場としても有効活用できます。



使い方、内装、自由にカスタム！ A-SITE

プレハブとは思えない黒を基調とした外観。今、流行りのシェアオフィスやカフェ、また趣味の部屋や直売所などにもぴったり。



大型倉庫 広スペースハウスL

高さ6Mの大型倉庫軒高50石の乾燥機や大型農機具も楽々収納。



最高級カーポート B-CANO

目を引く真っ黒なサテンブラック色！これぞシンプルモダンなカーポート！



鉄骨カーポート キャノポート

圧倒的な強度を誇る鉄骨構造最深積雪量、最大200cmの折板カーポート。



イトコー提携展示場【カクイチ A-SITE豊橋】
「イトコーからの紹介」とお伝えいただければ実物をご覧いただけます。
こちらのHPでは施工例と、お客様の声もご覧いただけます。

ヒト・コト・モノ vol.8発行

「暮らしを楽しむ、小さなきっかけづくり」をテーマに創刊したヒト・コト・モノ。今回で8号目を迎えることができました。

vol.8では、私たちが住む地元・東三河エリアの新しい取り組みをご紹介します。地域の魅力に視点をあてながら、新しい価値を提供する取り組みで今以上に、東三河のことが好きになるコンテンツが勢ぞろいしています。

ヒト・コト・モノ vol.8入手方法

- ①イトコースクエアにて配布中。
(事務所、エコショップ、モデルハウス、コワーキングスペースTOCOTOCO)
- ②イトコー主催イベント、参加イベントにて配布
- ③HP、SNS、mail、Telにて送付希望のご連絡で郵送。

✉ slow@itoko.co.jp ☎ 0120-86-4191



バックナンバーはこちらのQRコードからご覧いただけます。➡



Standard class

スタンダードクラス 基本をマスターすれば自由な作品をつくることもできます。まずは体験から参加できます。

NEW

11/26 12/24 10:00～12:00 (金)	刺し子のお稽古 かわいい刺し子の模様を、花ふきんを作りながら学びます。はじめての方は体験キットで刺し子のくるみボタンを作ります。経験者の方は作りたい物をご相談ください。	講師 伊藤 恵梨さん ¥ 2300円 (+材料費250円～) 刺し子用の針、糸、指板 (貸出、販売もあります。)	
11/5 12/3 10:00～12:00 (金)	エコクラフトバンドでかごづくり 古紙から再生された、環境にやさしいクラフトバンドを使ってかごやバックを作ります。講師養成講座もあります。 ※持ち物あります。	講師 村上 秀美さん ¥ 2,900円 (体験) 木工用ボンド、紙切りハサミ 洗濯はさみ10個くらい	
11/9 12/14 10:00～12:00 (火)	はじめてのタティングレース シャトルひとつで小さくて可愛い結びのレースを作ります。モチーフやマスコストラップは初心者向けです。編める方はステップアップで♪	講師 やまもと まゆみさん ¥ 1,500円 (体験) ありません (あればシャトル)	
11/9 12/14 13:00～15:00 (火)	草木染め&裂き織&手織り 身近な植物で、スカーフやコースターなど染められます。糸を染めて、手織りに♪ (裂き織や手織りも体験できます。詳しくはお申し込み時に申し出ください。)	講師 大井 由美さん ¥ 1,400円～ ゴム手袋、エプロン ビニール袋	
11/15 12/20 10:00～12:00 (月)	ニットカフェ 当日に用意するキットで作っていただいたり、編み途中の作品をお持ちいただいても構いません。初心者の方でも大丈夫です♪	講師 わたなべ なおこさん ¥ 1,500円～ かぎ針・棒針 (お持ちの方のみ) 裁縫道具	
11/30 12/24 (火) (金) 10:00～13:00	ヘルシー石焼料理体験&お食事会 調理用天然鉱石プレートで石焼き料理の試食、特殊天然鉱石配合の土鍋で炊いたご飯を頂きます!真面目で楽しい『石と食』のお話しも人気です。健康・還元料理を実現します。	講師 星野 直樹さん ¥ おひとり500円 お茶碗、お箸、取り皿	
11/18 12/23 13:00～15:00 (木)	裂き織&手織り&草木染め体験教室 初めての体験の方は、綿糸でコースターか敷物を織ってもらいます。裂き織りもOKです。(草木染め体験も出来ます。詳しくはお申し込み時に申し出ください。)	講師 大井 由美さん ¥ 1,400円～ お問合ください 裂き織の場合は布など	

WorkChange class

ワークチェンジクラス 毎月作る作品やお料理を決めて開催しています。初めての参加の方、大歓迎です。

11/8 (月) ①10～11:30 ②12～13:30	アロマとハーブでセルフケア 冬の乾燥とともに、手洗い、消毒による手荒れが気になる季節...そこで今回は、乾燥、手荒れに良く、こころのレスキューケアもできる精油を使ってハンドクリームを作ります。やさしく、こころ穏やかに過ごせるよう、楽しく学びましょう。	講師 伊藤 貴美子さん ¥ 2,500円 (材料費込) 筆記用具	
11/25 (木) 10:00～12:00	布花あそび 『シルクで薔薇をつくろう!』 シルク羽二重で可愛い薔薇を作ります。参加人数に応じて午後も開催予定です。	講師 柴田 綾野さん ¥ 4,000円 お手拭き又はウェットティッシュ	

Friend class

フレンドクラス 講師とお客様の都合に合わせて日程を決めるクラスです。教室のリクエストなどありましたら教えてください!

*日程調整に時間が掛かる場合がございます。ご了承ください。

はじめての生け花教室 アレンジフラワー教室 基本の形はもちろん、手元にあるお花で気軽に生けられるようになります。季節のお花や植物に触れてみませんか?正座での生け花、気軽に可愛いアレンジフラワーどちらかをお知らせください。お持ち帰りの箱などお持ちください。	講師 樋口 恵風さん ¥ 2,500円～ あれば花器、花はさみなくてもOK	
花のある暮らし 寄せ植え教室 季節の植物で、寄せ植えを作ります。植えた後の管理の仕方やおしゃれに仕上げるコツや手作りの小物も楽しいですよ(^_^)お気に入りの鉢を持参してもOKです♪持ち込みの場合は大きさなどお知らせください。	講師 北河 みゆきさん ¥ 3,500円 (鉢代込み) 手袋、園芸ハサミ、割りばし	
やさしいピラティス ゆったり呼吸、ゆったり動いてカラダをほぐします。カラダとココロを整えるピラティスの時間です。どなたでもご参加いただけます♪	講師 山本 友香さん ¥ 1,500円 好きな飲み物 汗拭きタオル	
お花の教室 ブリザードフラワー、アーティフィシャルフラワー、ラジカルフラワー(空気触媒)のアレンジ教室です。ご希望は、申込み後にお聞きします。はじめての方も男性も大歓迎です。	講師 星野 順子さん ¥ 3,500円～ 持ち帰り用の箱など	
大人のシュタイナー教育Cafe 大地に根を下ろし、両手を天の高みに伸ばす。大地と天の間にしっかりと立つ人間を育むシュタイナー教育とは、どんなものなのでしょう。テキストを読んだり、手仕事をしたり、対話の中から家庭でできる取り組みのヒントを見つけましょう。	画房寺子屋 講師 はら かずこさん ¥ 2,500円+材料費 「子どもの教育」筑摩書房 なくても大丈夫です	
愉しく印(石)を作ろう! 基本をふまえつつ自由にオリジナルの印を作ります。お申し込み時に彫りたい一文字を教えてください。ひらがな3文字まで 漢字1文字程度(2文字以上は8画程度)	講師 児玉 東城さん ¥ 2,000円 ノート、えんぴつ 新聞紙	
女性限定 ヘッド&ハンドセラピー 衣類はそのまま、椅子に座って施術致します。ヘッドセラピーは背中・肩・上腕・首・頭・顔・耳の7ヶ所を刺激することにより血行を促進し緊張をほぐすことでスッキリします。ハンドセラピーは指先からヒジまでオイルを使用してトリートメントします。	講師 あおやま あきさん ¥ ヘッド30分 3,500円 ハンド20分 2,500円 とくにありません	
ふんどしパンツ【F☆Pan エフパン】お話し会 ふんどしパンツって良いって聞いたけど、どんなものか実際に手に取って見てもらい、説明します。作りたい方は、手縫いのちくちくワークショップします。ちくちくWSの場合は 2500円 (キット1枚付き) で♪エコショップでも販売中です☆	講師 木下 なみさん ¥ 500円 とくにありません	
スーパーラジエントヒーター体感会 セラミッククッキングヒーターです。IHではありません。もちろん火も使いません。炭火の2倍以上の放射率の遠赤外線調理します。遠赤外線が食材の内側から熱が入るのでハンバーグは中ふんわり、肉汁たっぷり、ジュースに仕上げるができます。またこのヒーターは鍋を置かなくてもスイッチを入れれば熱くなるので鍋の材質は選ぶ必要はありません。遠赤外線調理した美味しいお料理を召し上がれ!	講師 エコショップ店長 ¥ 500円/1人 マイ箸、マイ皿 2名～開催します。(お気軽にお問い合わせください。)	

🕒 開催時間 🧑 定員 💰 参加費 🏠 開催場所 📁 持ち物

各教室のご予約, および
お問合せはこちらから ☎ 0120-86-4191

右記のQRコードを読み取っていただくとWebサイトに繋がります。こちらからもエコショップの教室、講座をお申込みいただけます。

