

2025

3月4月

- 住育講座
- 地産地消
- いとこ会
- 健康講話
- 子育てカフェ
- その他



MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					3/1	2
	布花あそび展 2/22(土)~3/1(土)					
3	4 ■タティングレース	5	6 ■味噌づくり ■エコクラフト バンドでカゴ	7	8	9
			春の装い展 3/6(木)~18(火)			
10 ■アロマとハーブ	11 ■草木染め&織り	12	13	14 ■石印を作ろう	15	16 電気の自給自足
17 ■ニットカフェ	18	19	20 春分の日	21 ミネラルキムチ	22	23
24 ヒエ粉キャラメル	25 ■ヘルシー 料理教室	26	27 ■布花あそび	28 ■石印を作ろう	29	30
	古布の服と小物展 3/22(土)~4/5(土)					
31	4/1 ■タティングレース	2	3	4 ■エコクラフト バンドでカゴ	5 自然体験学習	6 メンテナンス教室
7	8 ■草木染め&織り	9	10	11 ■クレイセラピー ■石印を作ろう	12	13
	wild boar 展 4/8(火)~5/8(金)					
14	15	16	17	18	19	20
21 ■ニットカフェ	22 ■ヘルシー 料理教室	23	24 ■布花あそび	25 ■石印を作ろう	26	27
28	29 昭和の日	30	5/1	2	3	
				エコショップ+GW休暇 5/2(金)~5/6(火)		

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。



ecoeco通信 2025 3月4月



春の自然体験学習4/5開催→P10

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。

ecoshop+イトコー

発行 / 掲載に関するお問合せ先
0120-86-4191

エコショッププラス

〒442-0069 豊川市諏訪西町2丁目245番地
営業時間 / 10:00 ~ 17:00 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。



今月の言葉 生活に節をつける

やる時は、集中して行い
休む時は、しっかりと休む。
オン・オフの切り替えが一日を充実させる。

社団法人 倫理研究所 「今日の道しるべ」より

03.21金

先着予約

健康講話

腸内環境を整え、栄養満点！
ミネラルキムチ作り発酵で
腸活

体に大切な栄養素「ミネラル」が入ったキムチを手作りしていきます！

材料の農薬、添加物は全て除去、低減します。

食材を20種類ほど使い発酵の力で美腸に！

乳酸発酵なのに2ヶ月経っても酸っぱくなりません。

「もう市販のキムチには、戻れない！」と評判の味です！

※辛さ、甘さはお好みで調整できます。



10:00 ~ 12:00 ¥ 4,500円 エコショップ+2F 6名

エプロン、包丁、手拭きタオル、ジップロック大、2リットル以上入るタッパー(持ち帰るときの臭いもれ、液もれ防止用)

講師 小松孝予さん



食品衛生責任者、痩身カウンセラー（日本瘦身医学学会認定）、リンパスペシャリスト。自身が病気になることがきっかけで栄養学を学びました。ご家族全員が健康になっていただくことを願い、栄養価の高い発酵食品の大切さを伝える活動をしています。

Message

「現代の食問題」を知ることで「大切な家族の健康」が守れます。
発酵食品で腸内環境を整え、免疫力アップ！
一緒に楽しく、美味しいミネラルキムチを作りましょう！ご参加お待ちしております。

03.24月

先着予約

健康講話

砂糖ゼロ♪
ヒエ粉のキャラメルレッスン食物繊維
で腸活

砂糖（てんさい糖やメープルシロップ等を含む）を使わないので体が冷えない、シミ・シワの原因にならない♪ビタミン・ミネラル・食物繊維たっぷりの雑穀が手軽に美味しくとれる♪雑穀・ヒエの粉と、日本伝統の甘味料・米飴を使った、深い甘みのキャラメル。プレゼントにもいかがですか？

デモンストレーション形式でお伝えするため、お気軽にどうぞ。

キャンセルポリシー
・6日前～4日前：キャンセル料、代金の30%
・3日前、2日前：キャンセル料50%
・前日、当日：キャンセル料100%

10:00 ~ 12:00 ¥ 3,900円 エコショップ+2F 6名

筆記用具、ハンカチ、持ち帰り容器



ヒエ粉のキャラメル

講師 河合景奈さん



つぶつぶ料理コーチ
ベジタリアン・アドバイザー



Message

料理が苦手だったのに、雑穀と野菜が主役の「つぶつぶ料理」に出会ったら目からウロコの美味しさと簡単に魅了され、まさかの料理講師になりました。簡単・美味しい・心と体が喜ぶ食事をしたい方、甘いものを我慢したくない方が、大らかに食を楽しむよう活動しています。

腸と心が免疫力を決めている

免疫力
アップ
マーク

免疫力の約70%が腸でつくられ、あとの約30%は心、特に自律神経が関与していると言われています。腸には免疫系細胞の約7割が粘膜、特に大腸粘膜に集まっています。

この免疫系細胞を活性化するのは腸内細菌なのです。免疫力を高めるには、腸内細菌の種類と数を増やせばよいのです。まず、腸内細菌の餌である穀類や野菜類、豆類、果実類などの植物性食品を摂取することです。食品中の防腐剤や添加物は腸内細菌を弱らせます。手づくりの穀類や野菜類、豆類を使った食品を摂り、さらに発酵食品を摂ることです。納豆やキムチなどに含まれている細菌が体に入ると腸内細菌が増えるからです。この方法をプロバイオティクスと言います。そして免疫力の残りの30%は心が決めています。自律神経のバランスによるホルモンの産出が免疫のはたらきを左右します。

上記は著者「藤田純一郎氏 ソフトバンククリエイティブ(株)発行『免疫力をアップする科学』」より引用

※また、季節の変わり目は免疫システム全体不調をきたしやすく、その結果、花粉症の症状も悪化しやすいと言われています。

還元剤

—かんげんすい—

還元剤は
医療機器として認証された整水器です。

浄化したおいしい水を、さらに電気分解して「電解水素水」を作ります。その効果が認められ、管理医療機器として認証されています。

効果
胃腸症状の改善

- 胃もたれや胃の不快感をやわらげます。
- 胃腸の働きを助け、お通じを良好にします。

胃腸の
働きを
助ける

point1 水素がたっぷり！

電解水素水はアルカリ性で還元性を持つ水です。水道水よりもミネラル類（カルシウムイオン、マグネシウムイオン、ナトリウムイオン等）が原水と比べ約5%～20%増加します。そのまま飲むことはもちろん、食材を洗浄したあとにつけておけば不純物も落ち、食材本来の味を引き立てます。お米を研ぐ、炊くにも電解水素水を使うとふっくら美味しくなります。

point2 安全性

近年、分解されにくい性質を持つ「PFAS」による水道水へ混入が危惧されています。還元剤のマイクロカーボンカートリッジは、非常に細かい活性炭（マイクロカーボン）で構成されており、溶解物質の吸着が早く、濁りなどの微粒子までしっかり取り除きます。マイクロカーボンだけで「PFAS(有害性を指摘されるPFOS(ペーフォス) PFOA(ペーフォア))」を含むJIS規格17物質・JWPAS B基準5物質の計22物質の除去が可能です。また、ろ過材が目詰まりしにくく、水が流れやすいのも特徴です。

point3 市販のお水よりお得

RW-9を1日25L、4年間使用した場合1Lあたりのコストは約9円
※サンプル例であり、使用状況により金額は変更します。

こまめな水分補給が必要ですが摂取する水分を選びましょう

スポーツドリンクは運動時には向いていますが、糖分やカロリーの摂り過ぎに注意しましょう。また、アルコールやカフェインは利尿作用があります。注意しましょう。夏の水分補給は分子の細かいカラダに吸収しやすいお水とミネラルを摂取しましょう。

H₂O(水)を電気分解
H(水素) / O₂(酸素)

還元剤は4種類あります。

 NEW ターボ機能搭載 RW-10 271 x 339.9 x 161.6mm 368,500円	 NEW ターボ機能搭載 RW-9 271 x 339.9 x 161.6mm 269,500円
 コンパクトタイプ RW-CUBE+ 276 x 248 x 112mm 204,600円	 ビルトインタイプ RW-100e (本体)310 x 329 x 100mm 457,600円

すべて税込価格

汗を
かく時期は
さらに多く
摂りましょう

1日 水分排出量	1日 水分摂取量
尿 1L～ 1.5L	飲料 0.8L～ 1.3L
便 約0.2L	食事時 約1L
汗など 0.8L	体内生成 0.2L

エコショップ+で無料で
お持ち帰りいただけます。
(容器をお持ちください)

自律神経
のバランス
を整える

トータルボディコンディショニングシステム

DENBA[®]
Health

エコショップ+は『DENBA Health』の正規代理店です。

エコショップ
にて
無料体験&
レンタル
できます！ハイグレード
3名様用スタンダード
2名様用チャージ
1名様用

『DENBA Health』は独自に開発された特許の技術(世界で取得)で、生体電流を整えます。これにより、体内の水分に働きかけ血流の改善、自律神経をサポートするなど様々な東京大学で研究や発表が行われています。

りんごの鮮度比較実験。(4ヶ月後)
通常冷蔵(画像左)は、全体的に腐食が進み、また水分も失われた状態です。
DENBA(画像右)は、全く問題なく新鮮な状態で食べられることがわかります。

エコショップ+でも実験中

2/3以上が水分の
人体にも働きかけ、
血流やお肌、睡眠

障害を改善したり、細胞修復にもつながり、怪我が早く治るなどの実例がでています。エビデンスなど詳しい資料はエコショップでご覧いただけます。



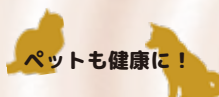
こんな方におすすめ

- 日々の疲れが取れない
- 寝つきが悪く、しっかり寝れない
- 手足が常に冷えている
- 午後になるとむくみが気になる
- エイジングが気になる

DENBA Healthはマットから360度に電位空間(DENBA空間)ができます

ただそこにいるだけで全身に作用するトータルコンディショニングシステムです。

360度体の水分分子に微細振動を与えることで健康をサポート。空間に作用するので細部まで広範囲に影響を与えます。

さらに詳しくは
エコショップブログにて
ご案内しています。使い方は簡単！
本体と専用マットを接続します。
あとは**マットの上で過ごすだけ。**
もちろん睡眠時にもご利用ください。
(1日の利用時間制限はありません)

ペットも健康に！

半径：約1.5m



※DENBA空間イメージ図

家族の健康を支えるエコショップ家電

分割払い金利応援キャンペーン 3/31 まで

※最大5%

■対象商品

DENBA health
水素水整水器 還元酢
スーパーラジエント
クッキングヒーターヒーター

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。

3/6 (木) 恒例 手作りお味噌講座

13:00~
15:00白味噌の作り方を実演します。
甘酒を飲みながら、甘酒や塩麹の作り方もお話しをします。
お土産は白お味噌300g付きです。講師 Yumiさん
¥ 2,300円
(300gお土産付き)
エプロン、手拭き安心安全
発酵食品

3/10 (月) アロマとハーブでセルフケア

10:30~
12:00

精油・ハーブなどの自然素材を使って季節にあわせたアロマクラフトを作る講座です。3月はオレンジから採取される3種類の精油を使って、早春の乾燥対策にリップクリームとハンドクリームを作ります。

講師 伊藤 貴美子さん
¥ 3,000円 (材料費込)
筆記用具植物に力
肌を守る

3/25 (火) 4/22 ヘルシー石焼料理体験&お食事会

10:00~
13:00

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、取り皿遠赤外線
の力を
体感

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。

足湯で毒素どろどろ！ゴッドクリーナー

不調の原因となる有害毒素は、どんな方にも知らず知らずのうちに溜まっています。30分、足湯型のマシンにゆっくり浸かるだけ！体の中からスッキリしませんか？

※ご利用になれない方がいらっしゃいますので、お問合せ時にご確認ください。

講師 大橋 翠さん
¥ 3,800円
とくにありません

痛くない小顔・うとうとドライヘッドスパ

ベッドでのオールハンドの優しい施術です。小顔リフト整顔はお顔や上半身をじっくりほぐし、お客様本来の美しさを引き出すお手伝いを。深眠*タッチセラピーは肩回り、首、頭を丁寧にほぐし心身の深いリラクセスや睡眠の質向上の助けを致します。

講師 とみやす さちこ
(リラクゼーション ほんふね)
¥ 小顔リフト整顔 40分4000円
小顔プレミアム 60分6000円
深眠*タッチセラピー 40分4000円
とくにありません睡眠向上
&
小顔効果

脚スッキリ★巡るリフレクソロジー

リフレクソロジー/オイルを使用した、膝から足裏までのトリートメントです。ふくらはぎや足裏の反射区を心地よい力加減で刺激していく、スッキリ感の高いトリートメントです。椅子に座ったまま施術するので気軽に受けていただけますよ。

講師 安田 よしこさん
¥ 3,300円(30分)
とくにありません足の
反射区から
体に働き
かける

女性限定 ヘッド&ハンドセラピー

衣類そのまま、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・顔・頭・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
とくにありません手軽に
気持ち良く
血行促進

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。

3/4 4/1 **はじめてのタティングレース**

10:00~12:00 (火)
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。モチーフやマスクストラップは初心者向けです。

講師 やまもと まゆみさん
¥ 2,000円 (体験)
ありません (あればシャトル)



3/7 4/4 **エコクラフトバンドでかごづくり**

13:00~15:00 (金)
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しましょう。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
¥ 3,300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



3/11 4/8 **草木染め&裂き織&手織り**

13:00~15:00 (火)
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
¥ 1,800円~
ゴム手袋、エプロン ビニール袋



3/17 4/21 **ニットカフェ**

13:00~15:00 (月)
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♪
※満席のためキャンセル待ちでの受付になります。

講師 わたなべ なおこさん
¥ 2,000円~
かぎ針・棒針 (お持ちの方のみ) 裁縫道具



3/14 3/28 4/11 4/25 **愉しく印(石)を作ろう!**

13:00~15:00 (金)
基本をふまえて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
¥ 2,200円
ノート、えんぴつ 新聞紙



3/27 4/24 **布花あそび**

①10:00~ ②13:00~ (木)
初めて体験の方はマーガレットを作ります。花束やブローチなど好きな形に仕上げることができます。お申し込み時にお伝えください。ご継続の方は作りたいものをご相談ください。

講師 柴田 綾野さん
¥ 4,000円
お手拭き又は ウエットティッシュ



🕒 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。



エコショップのスタンプカードをLINEで登録いただいているお客様はこちらのLINEのトークからお名前のみで教室のお申込みができます。



イトコー公式 LINE

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。

羊毛フェルトでわんこ作り

羊毛フェルトでワンコを作ります。最初は小さいサイズから。初めての方でも作り方さえ覚えればいろいろ作れるようになります♪色を混ぜたり、ステップアップも可能です。まずはわんこの作り方を覚えてみませんか?

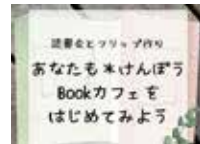
講師 松下 和泉さん
¥ 2,000円
とくにありません



けんぼうBook★カフェとフリップ作り

「檻の中のライオン」憲法は権力をしるもの。オリとライオンにたとえた絵本も使って、暮らしについて語り合い、絵やことばをフリップに描くカフェです。どなたも気軽に参加ください。

講師 画房寺子屋 はら かずこさん
¥ 500円
あれば「わたしとあなたのけんぼうBook、たいわけんぼうBook+」



パーソナルカラー (似合う色)

カラーセラピーを取り入れながら、あなたが一番若々しくステキに輝いて見える色を診断いたします。髪色やメイクの色、小物、アクセサリー等の色も提案。季節によりその時々々のスカーフ結びもプチレッスン致します。

講師 磯部 洋子さん
¥ 4,000円
とくにありません



己書で絵手紙を描きましょう

筆ペン、絵の具を使って楽しく絵はがきを描きます。誰でも心あたまる1枚が描けます。是非、家に飾ってください。おひとりでも開催します。お気軽にお問い合わせください。

講師 星川 としえさん
¥ 2,200円
筆ペン2本(黒、薄墨) なくても大丈夫です



スーパーラジエントヒーター体験会

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、肉汁たっぷりです。ジュースに仕上げることもできます。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。)



エコショップスタッフが対応します。毛細血管の血流観察をしましょう

¥ 無料/1回
10:00~16:00の間
特になし
エコショップ

指先を専用の顕微鏡カメラで画面に映し毛細血管とその血流をご覧いただけます。健康はもちろん、美肌のためにも毛細血管の血流をチェックしてみませんか? 詳しくはお問合せ下さい。 ※採血などの痛いことはしません。

毛細血管とは?

約100億本あるといわれる毛細血管は、血管の99%以上を占めています。動脈と静脈の間に位置し、細胞に必要な酸素や栄養を届け、不要となった二酸化炭素や老廃物を回収するのが毛細血管の役割です。そのため、毛細血管はあらゆる細胞と0.03mm以内にあるとされています。

エコショップ会員または公式LINE登録(ともに無料)をお願いします。



完成見学会

随時受付中

完全予約制
10:00~17:00

場所

豊川市平尾町

※ご予約後に会場の地図をお送りします。

土とともに暮らす、「ひらおガルテン」

※夕刻の見学時間をご用意しています。
※モニター特典を見学会場をご用意しています。

イトコーの自信作の住まいです。
ご予約のうえ、お気軽にお越しください。



ご予約はこちら



緑に囲まれた静かで豊かな環境。
庭仕事・畑仕事を愉しみ、
2人でゆっくりと暮らしたい。
街中に住んでいた頃に夢見ていた、
自然と共にある暮らし。
華美ではなく「上質な暮らし」が、
ここにはある。



書斎からも緑豊かな庭を眺めることができます。

大きな窓、奥行きのあるLDK



デッキがLDKと庭をつなげます



ウォーキングクローゼット付の寝室



ご家庭のエネルギーを上手に使うご提案!

つくる ためる 賢く使う

参加費 無料

電気の自給自足勉強会

買う電気の量を
ラクラク削減!

もしもの
停電に備える!

CO2削減で
環境に貢献!

このようなことが分かるセミナーです

- ☑ 光熱費を、無理せずラクラク削減できるって本当?
- ☑ 電気代は、使った電気の料金だけじゃないってどういう事?
- ☑ えっ!? 電気代は、毎年5月に上がっているってどういう事?
- ☑ でんきの自給自足で得られる『3つの効果』ってどんな事?
- ☑ 災害時の備えにもなるの?



電気代削減効果の例



【ご来場記念品】



防犯グッズ
↑ レグロック

プラス様
オリジナル



イベントページ
詳細・申込



Googlemap
イトコー

開催日時 3月16日(日) ①10:00~ ②14:00~ (予約制)

会場・主催 (株)イトコー 豊川市諏訪西町2-248 ☎0120-86-4191

講師 シャープエネルギーソリューション(株)専門講師

04.05(土)

抽選

地産地消

¥切 3/22

抽選 3/23

2025年 春の「いぶき」を体感!
有機循環農業「福津農園」で
自然体験学習をしましょう



旬産旬食…冬の寒い時期に耐えて生きてきたアクが強い春の新芽は、新陳代謝を活発にすることで夏に向けての体づくりになるそうです。山野草を名前を覚えながら採って、天ぷらにして食べましょう。好評の鶏スープを自分たちで作りましょう。
持ち物: タオル・おにぎり・水筒、マイ箸と皿・カップ・おわん・保険証長靴・動きやすい服
詳細地図は、抽選の後送付いたします。



① 10:00 ~ 15:00 福津農園 現地集合 ② 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。

04.06(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

いとこ会
限定



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、手を加えることの楽しさ、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。

いとこ会とは?

イトコーでお家を建てられた方の会です。
家は完成後も、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。

① 10:00 ~ 12:00 ② 14:00 ~ 16:00
¥ 無料 ①なし ②エコショップ+2F



株式会社イトコー 設計士
講師 小林康弘



イトコーのつくり手たち

1級建築士
OMイトコーの家。
に住んでいます。

教室の内容は
こちらの動画でご
覧いただけます。
当日はさらに
詳しく説明
いたします。



Message

家は完成後も、お手入れをしながら住み続けていくもの。年数は経ては味わいを増す自然素材にも、定期的なメンテナンスが必要です。

02.22^土
▶ 3.01^土 まで

布花あそび作品展



シルクや木綿など真っ白な布を手染めして作る布花。
エコショップ+暮らし方教室「布花あそび教室」に通う生徒さん達の作品展と講師の作る布花コサージュの販売会です。

ecoshop+ 暮らし方教室開催中

毎月第4木曜日 10:00~12:00、13:00~15:00 に布花教室を開催しています。染色済のキットからお好きなお花を作り、花束やリース、スワッグなどお好みの形へと仕上げます。

🕒 10:00 ~ 17:00 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🎫 来場無料

講師 champs de fleurs 柴田 綾野さん



全日本アートフラワーデザイナー協会 理事



講師HP

Message

自分好みの色や大きさ、形、手先を使い、頭を使いできあがった作品は愛しさもひとしおです。布花を通して暮らしに彩りを添えるお手伝いや、ものづくりの楽しさを伝えていきたいです。



03.22^土
▶ 4.05^土 まで

『古布の服と小物』展



昔の布を使った洋服バック、季節のタペストリー、人形、花の展示販売会です。また、古布のハギレセットの販売もあります。パッチワークなどにおススメです。

🕒 10:00 ~ 17:00 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🎫 来場無料

作者 ゆとり工房 中村千鶴さん



昔の着物、古布の販売や小物づくりの教室を開催しています。

Message

古い材料にこだわり、新しい物を作っています。



03.06^木
▶▶ 18^火 まで

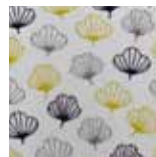
『春の装い』展



リネンやコットンといった自然素材の生地にこだわり、ふんわりと着心地のよいデザインの洋服や、春が待ち遠しく、オシャレが楽しくなる色々なカラーのバック、服飾雑貨を展示販売いたします。

🕒 10:00 ~ 17:00 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🎫 来場無料

作者 kiyomicollection 清美さん



豊橋市西幸町にて、ランチをはじめ、手作りの洋服、小物、陶器を販売するお店を運営しています。

Message

着ていて楽しく過ごせることにこだわり、洋服をデザイン作成しています。



03.22^土
▶ 4.05^土 まで

『古布の服と小物』展



昔の布を使った洋服バック、季節のタペストリー、人形、花の展示販売会です。また、古布のハギレセットの販売もあります。パッチワークなどにおススメです。

🕒 10:00 ~ 17:00 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🎫 来場無料

作者 ゆとり工房 中村千鶴さん



昔の着物、古布の販売や小物づくりの教室を開催しています。

Message

古い材料にこだわり、新しい物を作っています。



04.08^火
▶ 5.08^木 まで

wild boar 展



お子様の学校や子ども園や習い事などで使っていただけるグッズを中心にアクセサリーなどが並びます。時間を見つけて作品と向かい合うことが何より好きな時間です。ぜひ素敵な作品と出会えますように。手にとってご覧ください。

🕒 10:00 ~ 17:00 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🎫 来場無料

作者 wild boar さん



ハンドメイドが大好きな私たち、結成して10年となります。子供達、ママに出会う瞬間、作品を手にとってもらうその時をいつも思いながら大切に作っています。

Message

自分が身につけたい、自分ならこんな使ってみたい。色合わせや柄などこだわりながら作成しています。



TOCOTOCO vol.2
co-working space

TOCOTOCOはリノベーションモデルハウスを兼ねたコワーキングスペース。コワーキングスペースとは、多様な年齢、職種の人たちが空間を共有しながら仕事をする場所のこと。仕事や勉強はもちろん、手芸や趣味時間を楽しむ方にもご利用いただいています。



TOCOTOCOのハナレでテスト勉強中の学生さん

POINT **コワーキングスペース TOCOTOCO**

- ・飲食の持ち込み自由
- ・Wi-Fiが使えるて調べものに便利
- ・おしゃべりできるので分からないことを教え合える

などの理由から、学生さんや資格取得を目指す社会人の皆さんにも好評です。中学生からご利用いただけます。(小学生は保護者同伴でご利用ください)



もちろん駐輪場もありますよ！

料金 一般：300円/時間 上限1000円/1日
学生：200円/時間 上限500円/1日 (学生証をご提示ください)

暮らしに役立つイベントや交流会も開催中
情報はInstagramで発信中〜ぜひフォローしてください！

コワーキングスペースTOCOTOCO
■豊川市諏訪西町1-138
■0533-79-2210
■月～土曜日 (日曜、祝日定休) 9:00～17:00



vol.13

イトコースタッフの暮らしの愉しみ



限られた時間の中で仕事以外の時間も充実させることが仕事への張り合いや、刺激へと繋がります。このコーナーでは個性溢れるイトコースタッフのオフ時間を紹介します。

趣味を仕事に子育てに活かす！



加藤 誠也(かとう せいや)さん

今回紹介するのは、新卒入社から10年。総務として労務・人事管理や経理の仕事を中心に営業サポートや竣工写真撮影など幅広くこなしている加藤さん。プライベートでは共働きの奥様と5歳と3歳のお子さんの子育て奮闘中！ながらも全力で仕事も趣味も笑顔で頑張る彼だからこそ多くの人とのつながりが持てるのではないかと思います。



P7の「ひらおガルテン」の写真も加藤さんが撮影しました。

加藤さんへQ & A

Q1、イトコーへ入社を希望されたのはどうしてですか？
A、大学では経営学を学び、金融関係や地域貢献活動に積極的な企業で働きたいと考えていました。就職活動をしている中で、自然エネルギーや自然素材を活用し、健康的な住まいを提供する建物づくりや地域貢献活動を積極的に行っているイトコーに魅力を感じ、入社を決めました。



↑健康への意識が高い加藤さんのご自宅にもエコシヨプ+の「還元剤」設置されています。

Q2、入社前と入社後でイトコーに対するイメージに変化はありましたか？

A、入社前は、配属された業務だけを担当するものだと思っていました。しかし、イトコーでは配属先の業務以外にも、プロジェクトや新しい取り組みを任せてもらえる場面があり、業務の幅が非常に広いです。必要なスキルや体力は多岐にわたりますが、その分、成長を感じる機会が多く、目標達成時の達成感は格別です！

Q3、うれしかったことはありますか？

A、営業スタッフに頼まれ、帰宅途中にお客様宅へ打ち合わせ用の資料を数回届けたことがありました。それをきっかけに、そのお客様に名前を覚えていただき、イベントなどでお会いするたびに「加藤くんは元気かな？」と声をかけて頂き、最初は驚きましたが、たった一つの小さな行動が信頼関係を築き、仕事に繋がることを実感しました。この経験から、一つひとつの行動を大切に、より良い信頼関係を築いていきたいと思いました。



Q4、イトコーでこれから「こんなことしてみたい！」と思うことを教えてください。

A、趣味を活かして、古民家やモデルハウスを活用したフォト撮影事業(ウェディングフォトなど)を新規事業としてやりたい！

Q5、プライベートの時間の愉しみ方はありますか？

A、たくさんあります！(笑)
釣り、ボーリング、カフェ巡り、カメラなど・・・最近はカメラにどっぷりハマっています！ もちろん、家族との時間も大切にしています！

Q6、プライベートな時間が仕事に繋がることはありますか？

A、カメラ繋がりなどで、様々な方とコミュニケーションが取れるようになったり、ちょっとした修繕工事の相談やリフォーム工事の仕事につながることもあります！ 繋がりは大切ですね！(笑)



加藤 誠也 写真展「花霞の世界へ」
3/2(土)～3/14(金)
場所 喫茶とギャラリーくろねこ
営業時間 8:00～17:00
定休日 水・木曜日

vol.03 赤塚山公園情報

赤塚山公園に
でかけよう！

散歩しながら
ふらっと寄れる
マルシェ的な
わんこイベント

	2月	3月	4月
土	22 ぱんとおやつ朝市ねこ	1 8 あかつかわんこ	6 STRAWBERRIES STORIES
日	23 2 no-ca no-ca	15 GREEN festival	
	2 9 農と暮らし市	16	

梅まつり
2/15(土)～3/15(土)
25品種 273本の梅の木が植えられ、赤、白、ピンクの花を咲かせます。早咲きの品種から遅咲きの品種まで長い期間楽しむことができます。