

2025
9月10月

住育講座 地産地消 住まい手様
健康講話 子育てカフェ その他



エコショップ水曜定休

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
9/1	2 ■タティングレース	3	4 清美の部屋 2025秋展 9/4(木)~18(木)	5 ■エコクラフト バンドでカゴ	6 SDG s 上映会	7 メンテナンス教室
8 ■アロマとハーブ	9 ■草木染め&手織り	10	11	12 ■石印を作ろう	13	14
15 敬老の日	16	17	18	19 発酵料理教室①	20 自然体験学習	21
22 ■ニットカフェ	23 秋分の日	24	25 ■布花あそび	26 ■石印を作ろう	27 マンションリノベ見学会	28
29	30 ■ヘルシー 料理教室	10/1	2	3 ■エコクラフト バンドでカゴ	4	5 地球のたまご
6 ■タティングレース	7	8	9	10 ■石印を作ろう	11	12
13 スポーツの日	14 ■草木染め&手織り	15	16	17 発酵料理教室①	18	19
20 ■ニットカフェ	21	22	23 ■布花あそび	24 ■石印を作ろう	25	26
27	28 ■ヘルシー 料理教室	29	30	31		

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。



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
できます。

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。



ITOKO Lab ecoeco通信 2025 9月10月



今号の特集



「食」を考える

- P2 SDGs上映会
- P3 ラジエントクッキングヒーター
- P5 自然体験学習をしましょう
- P6 発酵料理教室



今月の言葉 目の前の物に礼を尽くす

そこにあるのが当たり前と思っていないか。
その一つがなければ、出来ないこともある。
〈使わせていただく〉謙虚な気持ちが大切。

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

8/31日

場所 豊橋市

ご予約後地図を送ります

Aタイム 10:00 ~ 11:30

Bタイム 13:00 ~ 14:30

詳細・ご予約

はこちら →



住んでいる人の声を聞いてみよう

暮らしの見学会

今回は、築8年のお住まい

参加費
無料各
3組
程度

予約制

「ふだんの暮らし」が一番幸せな毎日とおっしゃるご夫婦。
多趣味なご主人のための玄関外収納、没頭出来る小さな
畳スペース。共働きの奥様のために動線や収納にこだわった
キッチン&カウンター収納のあるお家。

HP 施工例



いつもお互いの存在が感じられる開放的な空間



2017年新築時の外観



2025年住まいる取材時の外観

住んでいる人の声を聞いてみませんか？

自然素材がふだんに使用された8年目の空間を体感して下さい。



産前産後ケアで妊婦さんを応援されている奥様を
「住まいるvol.6」で紹介させていただきました。

詳しくは「住まいる vol.6」をご覧ください。

住まいる vol.6
Summer / 2025

発行しました！エコショップ+、
tocotocoやモデルハウスをはじめ
過去の掲載店様に設置させて
いただいております。

住まいる
magazine

取材にご協力いただいた素敵なお住まいを今回の「暮らしの見学会」
で実際にご覧いただけます。

微生物の菌ちゃんです〜

食べたものが、わたしになる。

【上映会開催】
ご家族で見たい！
『発酵の魔法で土と食べ物と私たちも
幸せになっていく』

いただきます2
ここは、発酵の楽園

09.06土「いただきます2」上映会 & 発酵の恵み、飲む点滴「冷やし甘酒」を飲もう

先着予約

その他

ここは発酵の楽園「いただきます2」は、発酵の力によって土・食物・人が幸せになっていく姿を描くドキュメンタリーです。美味しい野菜を食べたときの子どもの輝く表情。その秘密は、微生物たちがつくる「発酵の楽園」にあります。自然と人が共に生きる“楽園”のような暮らしを、身近に感じられる作品です。上映後、発酵の恵み、飲む点滴「冷やし甘酒」をみんなで飲みましょう！
主催：穂の国の森からつながる地域づくりの会・株式会社イトコー 協賛：豊川グランドホテル



10:00 ~ 11:30(開場9:30)

豊川グランドホテル カミリヤホール
駐車場には限りがございますので、できるだけ
乗り合わせてお越しいただけますと幸いです

定員100名

¥1,000/1人

(小学生以下無料/当日現金にて支払い)

申込QRコード



Message

上映会で土や発酵食品の価値を通じて、食育や家族の絆、未来の子どもたちの健やかな成長を願う大切な機会となれば幸いです。是非お越し下さい。

ハロー よい 空気

■お申込方法：上記QRコードまたはお電話にて可能 申込締切：9/3 0120-86-4191

↑上映会案内 HP
こちらからもお申込
いただけます。SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



マンションフルリノベーション見学会

夫婦で暮らしを愉しむ

- 2人で愉しむキッチン、風を感じない快適空間 -

9/27(土) 28(日)



より安全に料理が愉しめる
スーパーラジエントクッキングヒーター
設置
遠赤外線調理で食材の旨味を引き出す
さらに「省エネ・低電磁波・火を使わない

風の無い放射式冷暖房

- 特徴1 自然環境と同じ「放射・放熱」で快適。
- 特徴2 無音・無風で、心に、体に、ノンストレス。
- 特徴3 独自のシステムで家中を快適温度に。

エアコン
ではない
新しい
選択

詳しくはコチラ↓



ITOKOLab

家族の健康を支えるオススメ家電



■対象商品 (すべて税込価格)

遠赤外線セラミックヒーター
スーパーラジエント
クッキングヒーター



ビルトインタイプ
FG-600TR 327,800円
FG-750TW 349,800円



卓上タイプ
FG-800 161,700円

炊飯自動
スイッチ付

ラジエントヒーターを使った
お料理体験会受付中!

水道水を電気分解。
蛇口をひねるだけで水素水。

電解水素水整水器 還元粹



下取りキャンペーン
12/25まで継続
ターボ
機能搭載
NEW
RW-10
271 x 339.9 x 161.6mm
368,500円
ただ今キャンペーン中
167,200円



コンパクトタイプ
RW-CUBE+
276 x 248 x 112mm
204,600円



ターボ
機能搭載
NEW
RW-9
271 x 339.9 x 161.6mm
269,500円
ただ今キャンペーン中
347,600円



ビルトインタイプ
RW-100e
(本体) 310 x 329 x 100mm
457,600円

エコショップ+設置しています。マイボトル
ご持参で無料で水素水お持ち帰りいただけます。

マットの上にいるだけで血流や睡眠
障害を改善。自律神経を整えます。

DENBA health



ハイグレード 900,000円



スタンダード 550,000円



チャージ オープン価格

エコショップ+での無料体験できます!
レンタルもできます(有料)

10.5 Sun

10:30 ~ 14:00
(開場 10:00)



ご予約はこちら↑

会場：浜松市
地球のたまご
浜松市西区村御町 4601

参加費：無料

OMソーラーのふるさとへ GO!
OMファンミーティング vol.2

「自然とともに、健康に暮らす木の家」
イトコーらしさの原点、OMソーラー研究所
“地球のたまご”に行ってみませんか?



前回の様子
イトコーHP

OMの家が好きな方、これから建てたい方。
“あの場所”で語り合いませんか?



前回の様子

今回のテーマは
「暮らしの今を、みんなでシェアすること」。
あなたの近況が、誰かの暮らしをもっと素敵に
するヒントになるかもしれません。
前回大好評だったファンミーティングが、
再び OMソーラーのふるさとで、
秋の空の下、開かれます。



OMの家 / イトコーの家の住まい手様! 家づくりをご検討中の方!
OMの暮らしに興味のある方! ご参加お待ちしております!



地球のたまご

浜名湖畔にたたずむ、自然豊かな環境と木造建築が魅力の見学施設です。

Check!

01

OMソーラーとは?

名前の由来は

自然と向き合い工夫する家づくりは「おもしろい」(O)、
自然の力を生かさなければ「もったいない」(M)

冬はあたたかく、年中こころよく。
家のプランニングの中心に据える
ことで、住まい方そのものを整え
てくれるシステムです。



イトコー HP

詳しくはコチラ →

Check!

02

お楽しみランチ

お昼は、今回も
イトコーらしさ満点でとっ
ても美味しいランチをご
用意しております!
今回もどうぞお楽しみに。



今回は旬の地元野菜が多く入った色鮮やかな
「Deli Küche」さんのお弁当が大好評!

09.07 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。

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

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。

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。



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。
年数は経てば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。

09.20 土

抽選

地産地消

べ切 9/6

抽選 9/7

2025年秋
有機循環農業「福津農園」で
自然体験学習をしましょう

くみ又は栗拾いをします。農園内の果樹・野菜を見ながら、生物
等の観察もして歩きます。お楽しみの食事は、薪から火を起し、
農園にいるニワトリ1羽をまるごと採りたての野菜でスープにして
食べます。

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。

※気候により採れるものが変更する場合があります。



↓ 10:00 ~ 15:00 エコショップ 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。

09.19 金

先着予約

健康講話

発酵料理教室①
甘酒と塩麹で季節のお料理

生命活動に欠かせない「酵素の宝庫」と言われるほど、30種類以上
もの豊富な酵素を含んでいると言われる『麹』を使った甘酒と塩麹
の作り方を紹介します。そして味見してみましょう！

また、それらを調味料として使用し、
「電子レンジが要らない魔法蒸気鍋」+
「遠赤外線温熱効果で調理するラジエントヒーター」
で発酵料理をつくります。



↓ 10:00 ~ 13:00 エコショップ+2F 特になし
¥ 1000円(材料費込)

講師 さかわけいこ



・エコショップ+店長
・ラジエントヒーター、還元料
新林の滝、サンラメラなどエコショップ商品
を自宅でも長年愛用中



こちらの鍋を使用します。お料理はイメージです。

Message

麹は30種類以上もの豊富な酵素
を含んでいます。
この酵素がタンパク質を分解し
てアミノ酸などを生み出し、食
材に深い旨味とコクを与えたり、
体に必要な栄養素となります。



10.17 金

先着予約

健康講話

発酵料理教室②
遠赤外線のことを良く分かる！健康講座

遠赤外線のチカラで、やさしく美味しく。
ラジエントヒーターで仕込んだ発酵調味料と旬の食材で、
季節の発酵料理を楽しみます。
「電磁波の心配は？」「どうして電気で遠赤外線？」
そんな疑問にも、メーカー担当者が直接お答え。
年に数回だけの特別企画、どうぞお見逃しなく！

↓ 10:00 ~ 13:00 エコショップ+2F 特になし
¥ 1000円(材料費込)

講師 西村 怜美 さん



ラジエントヒーターのメーカー(株)MFG 営業
メーカーだからこわかるラジエントヒーター
の特性を知り尽くし、自宅でも愛用し、
日々オリジナルメニューを研究中



お料理はイメージです。

Message



健康な暮らしにおススメの電気調理
器具です。余熱自動管理で省エネや
卓上タイプは53℃で発酵モード炊飯
自動スイッチなど機能を紹介します。
もちろん、ラジエントヒーターでご
使用の方も是非ご参加ください。

09.04木
▶ .18木 まで

『清美の部屋 2025 秋』展



リネンやコットンなど自然素材の洋服や小物を、秋の彩りに包んでご紹介します。
ほっこり心あたたまるオータムカラーや、重ね着が楽しくなるアイテムがそろいました。
秋のおしゃれを見つけない、どうぞ遊びにいらしてください。展示販売会です。

🕒 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

着ていて楽に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。

09.19金
▶ .30火 まで

『古布と遊ぶ 秋の彩り』展



秋の訪れとともに、古布の魅力を詰め込んだ展示会を開催します。昔の着物や帯地、綿・麻・絹などの古布から生まれた、花・人形・衣服。
ハロウィンの置物は、遊び心と伝統が融合した一点ものです。温もりある作品たちにぜひ会いにいらしてください。展示販売会です。

🕒 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。



10.03金
▶▶.17金 まで

『アート × リラクゼーション』展



「眠れない夜、雨降りの日、もしも海の生き物が空中を泳いでいたら…」
変わらない日常のふとした瞬間に現れた守り神のような生き物たちが、乾いた心を優しく潤しますように。
民族楽器や虫の置物など、ユニークなモチーフをカラフルに描き上げた過去作品も展示・販売します。

🕒 10:00 ~ 17:00 (最終日のみ13:00まで) 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🎫 来場無料

座って受けられる
ドライヘッドスパを15分ワンコイン(500円)で♪

※予約不要

下記の日程で会場内でリラクゼーションが受けられます。
10/3金・5日・7火・9木・14金・16土・17日
痛くない、メイクのままOKの優しい施術です。
お気軽にお立ち寄りください。
開催時間10:00~14:00(17日の最終日のみ13:00まで)。



セラピスト兼作家 とみやすさちこさん

リラックスサロン「はるふね」主宰
エコショップ+2階、蒲郡のレンタルスペースで、主にベッドでの出張リラクゼーションをしています。
豊川市内のイベントにも出店しています。



10.19日
▶.28火 まで

『古布で楽しく』展



絵柄の服、タペストリー酒ぶくろのバックに、古布のパッチワークのパンツなどなど古布を楽しんで作品づくりをしています。
展示販売会です。

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

作者 いちえ(北川)さん



東三河を中心にイベント出店をしています。



Message

古布との出会いから一点物の作品のイメージ作りが始まります。





ecoSHOP+
イトコー

レンタルスペース のご案内

1階には作品展示販売可能スペース

マッサージの施術などレンタルショップとしてもご利用いただけます。



2階は料理教室開催も可能な設備が整っています。



エコノワ回数券

ecoeco通信掲載料込

回数券種類	スペシャル	ハーフ	クォーター	トライアル
セット枚数	12	6	3	1
価格(円)	11000	6600	4400	1650
1回分料金(円)	917	1100	1467	1650
エコショップ券還元(円分)	5000	3000	2000	500
還元率	45%	45%	45%	30%
有効期限	初回使用から1年			

エコノワ回数券

回数券1枚 / AM・PM各1回

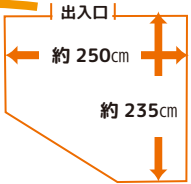


1階レンタルスペース (企画展ルーム)

出入口

約 250cm

約 235cm



Information

エコショップ+は環境と健康にやさしいお店です。コンセプトが合う方の出店を募集しています。詳しくはエコショップまでお問合せください。フリーダイヤル0120-86-4191 (イトコー公式LINE可)

回数券3枚 / 1週間 (1組最大年間4週間まで)

コワーキングスペース TOCOTOCO

Information



●夜のゆるやか交流会～夜TOCO～



利用者同士でどんどん交流してほしい、スタッフも皆さんと交流したい。でも、お仕事や作業の邪魔はしたくない。何かいい方法はないかな？ そんなジレンマから生まれたのが

「夜のゆるやか交流会～夜TOCO～」
毎月第一土曜日に開催しています。(変更の場合あり)
TOCOTOCO利用者はもちろん、はじめましてさん大歓迎の人気企画
あなたも一緒にしゃべりませんか？



コワーキングスペースは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けます。定期テスト前の土曜日は、



学生さんも多めです。

予約もできます。
tocotocoHPからお申込みください。



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. 06

赤塚山公園 情報

赤塚山公園に
でかけよう！

自家焙煎珈琲豆店スペシャルティコーヒー蒼が運営する かき氷スタンドです。

田原産のいちごを使った無添加自家製シロップ、東栄町、茶禅一さんの緑茶を使用したかき氷など、素材にこだわったかき氷を多数ご用意しております。今年は新しいデザートなどもご用意する予定です。かき氷の他にも、夏季限定の

すももうめソーダやハンドドリップで淹れたアイスコーヒー、カフェオレなどドリンクも色々ご用意しております。日陰でテーブルもありますので休憩にぴったりのあかつかテラスにお越しください！



すももうめ
600yen



緑茶
600yen

期間 ▶ 9/28(日)まで販売

時間 9:00～17:00

定休日 火曜定休(お盆は営業)

他にもメニュー色々～
種類豊富なトッピングをのせ、
お好みでアレンジしてみてください。



ジモトアソビ 緑日 開催

日時 8/30(土) 16:00～20:00

場所 あかつかテラス

※小雨決行、大雨中止
夏休み、夜の赤塚山公園で楽しい思い出を作ってください。



ジモトアソビ

in GYOGYOLAND

ぎょぎょランド バックヤード見学！ 展示水槽の裏側や飼育室を見学します。

日程 8/23、24、30、31

時間 ①13:30～14:00 ②13:30～14:20

参加費 無料 定員 各回10名

申込 当日9:00からぎょぎょランド1階事務所で先着順に受付。
どなたでも参加できますがベビーカーは入れません。



夜のぎょぎょランド

8/23(土)、30(土)は
20:00まで営業されます。



整理券を配布します。開始時間5分前に事務所に集合してください。
期間中の参加は1人1回のみ。
※こどもエコポイント対象事業
お問い合わせは、赤塚山公園まで。
TEL:0533-89-8891
HP: <http://www.akatsukayama.jp/>





9

10

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。

9/2 10/7 はじめてのタティングレース

🔥
10:00～12:00
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）



9/5 10/3 エコクラフトバンドでかごづくり

🏠
13:00～15:00
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



9/9 10/14 草木染め&裂き織&手織り

🔥
13:00～15:00
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



9/22 10/20 ニットカフェ

🌙
10:00～12:00
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
¥ 2,000円～
👜 かぎ針・棒針（お持ちの方のみ）
裁縫道具



9/12 10/10 愉しく印（石）を作ろう！

9/26 10/24
13:00～15:00
基本をふまえて自由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



9/25 10/23 布花あそび

🌳
①10:00～
②13:00～
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
👜 お手持ち又は
ウエットティッシュ



9/30 10/28 ヘルシー石焼料理体験&お食事会

🔥
10:00～14:00
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



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？

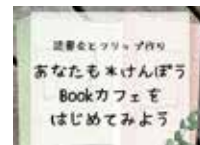
講師 松下 和泉さん
¥ 2,000円
👜 とくにありません



けんぽう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。どなたも気軽にご参加ください。

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ぽうBook、たいわけんぽう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が調理します。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。遠赤外線が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

🕒 10:00～16:00の間

👜 特になし

🏠 エコショップ

💰 一般：無料/1回

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。



9/8

(月)

10:30～
12:00

アロマとハーブでセルフケア

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。
9月は、虫除け乳液と虫刺され後の解毒ができる石けんを作ります。

講師 伊藤 貴美子さん

¥ 3,000円 (材料費込)

筆記用具

自然の香りで
パワーアップ

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。

アロマハンドトリートメント講座(全6回)

アロマセラピーの基礎とハンドトリートメントの手技を習得する講座です。
ご自身とご家族を癒すホームセラピストを目指しましょう。
※ご希望の方には協会より修了証発行します(1100円)
講座時間は1回90分 おひとり様から参加可能です。

講師 伊藤 貴美子さん

受講料 14,040円

教材費 3,000円×6回

筆記用具とタオル4枚

ふれる
触れる
温める

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ありますので、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

足湯で
強力
デトックス

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、姿勢を整え、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ック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 是るふね)

¥ 小顔リフト整顔 60分6000円

深眠*タッチセラピー 40分4000円

おまかせコース 80分8000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

手経に
気持ち良く
血行促進

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

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。



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。

子育ても仕事も真剣に向き合うから生まれる相乗効果大



白鳥 紗也香(しらとりさやか・旧姓 村瀬)さん

今回紹介するのは前号掲載の白鳥さんの奥様。
社内では旧姓「村瀬」のまま産休後も広報企画
チームで活躍しています。ご主人が監督したご
自宅に住まれ、2人のお子様にも恵まれて、
ご夫婦で子育て奮闘中ながらいつも笑顔の村瀬
さんの暮らしを取材しました！



自宅内の様子

白鳥さんへ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、生まれ育った街で地域貢献に関わる仕事がしたくて、入社を決めました。地域ととの関わりが濃く、「地域の家守り」として家づくり・暮らしづくりに力を入れているところに強く共感しました。

Q2、入社後にイトコーに対するイメージに変化はありましたか？

A、入社後、スタッフの「お客様のために」「住まい手さまの暮らしをもっと良くしたい」という家守りとしての責任感の強さに驚きました。「いとこ同士のお付き合い」は嘘じゃなかった！日々の暮らしを、大切な住まいを守りたいという想いの強さは、実際に働くなかで日々感じています。



ISAYAKA_KINDIE

暮らしの写真を
アップしています。

Q3、仕事をする上で今までに困ったことはありましたか？

A、入社当時は特に、住宅・建築に関する知識がなかったので困りごとの連続でした。先輩方はもちろん、現場で職人さんたちへわからないことを質問すると、嫌な顔せずいつでも教えてくださったことをよく覚えています。もしかしたら、みなさんの方が私の質問攻めに困っていたかも…

Q4、うれしかったことはありますか？

A、結婚して、イトコーの家を建てて、家族が増えて…イトコーに入社して人生が変わりました。働く環境にも感謝しています。イトコーは目先の利益以上に、お客様の暮らしの満足度にこだわっています。スタッフの皆さんの仕事に対する想いがきっかけで、そんな皆さんと一緒に働けることが嬉しいです！



自宅をバックに近所をお散歩

Q5、「こんなことしてみたい！」と思うことを教えてください。

A、「いとこ同士のお付き合い」を、もっと身近に感じていただけるような仕組みを整えていきたいです。普段からイトコーと接点があり、気軽に相談できるから困る前にいろんな対策ができる、そんな選択肢が広がったらと思っています。それと、住まい手同士で暮らしをもっと豊かにし合える、そんな関係を築いていけたらいいです！

Q6、子育てしながら仕事をしていて大変なことと、良かったは？

A、前提として、子どもがいる生活って、めっちゃ大変ですよ…！？毎日へとへとです。疑問？があった時期もありましたが、今は保育園の時間が子どもたちの生活の一部だと理解できるようになり、仕事をした自分への罪悪感も和らぎました。イトコーを通じて知り合った方が今の保育園を紹介してくれたことが大きかったですね。その方のおかげで、私にとっても、子どもたちにとっても、ぴったりの保育園に出会うことができ、仕事に励んでいます！



住まい手様宅にお呼ばれ！