

今季2回目となりますが10月よりツイキチで五感を刺激し、季節を愛でる企画を開催します。この地域でさまざまなスキルをいかし仕事をしている女性とつながり、集まる方と対話して新しい気づきを得たり、新たなきっかけや仲間づくりになる、世代を越えてつながれる交流ならぬ混流イベントです。皆様のご参加お待ちしております。

※都合により変更の場合はHPやBlog、FaceBookでお知らせしますので予めご了承ください。

## < その1 >

### 赤ずきん森プチツアー カメラとお弁当を持って秋を発見

10月18日(日) 10:30~11:30

参加費：500円 集合場所：マザール 森の部屋

ご存知の方も多いと思いますがマザール事務所の裏には「赤ずきん森」と呼ぶ自然豊かな森があります。こちらをぐるりと一周する散策ツアーです。今年はちよいとピクニック気分オープンエアランチも。さあ、カメラ片手に一緒にませんか？秋の虫、鳥、木々を抜ける光と風を感じるとはっこり癒されますよ！

ナビゲーター：あべみちこ(マザール代表)

企画屋執筆家・コミュニケーションプロデューサー。広告会社勤務を経て、母対象の企画制作会社マザールを2004年起業。コピーライター&クリエイティブディレクターとして企業のブランド構築、PR、書籍や冊子、webの編集制作を多数手がける。インタビュアーの仕事に長く携わり、イベントではトークライブも多く務める。「赤ずきん森は自分の庭」という意識で四季を楽しむ。

<http://www.motheru.jp>



## ■お申し込み

マザール HP お申し込みフォームからご記入の上送信頂るか、希望講座名・お名前・お電話番号を明記の上メールで [obo@motheru.jp](mailto:obo@motheru.jp) 宛てに送ってください。お電話でも受付ます。<その6>は前売り券ご希望の場合は事前お振り込みが必要です。詳細ご案内はお申し込み後メールでご案内致します。

TEL.045-308-7047 (平日 10:00 ~ 17:00)

## < その2 >

### わが家と被災地へ贈る X'mas リースワークショップ

11月28日(土) 15:30~17:30

参加費：3,500円(2つ分の材料費込み) 会場：みどりアートパーク 会議室

シックで品格のあるリースを2つ制作しませんか？木の実かフレッシュのリース2種、どちらかをお選び頂けます。一つはお家に。もう一つは被災地へ。今年はそんな心温まる企画も兼ねて開催します。お力添えよろしくお願致します。

※申し込み時に2種いずれかリースのご希望をお知らせください。

講師：柘植 恭子 つけやすこ (横浜ブリザードフラワースクール フレーズ代表) フラワースクール・アレンジメント販売を手掛けるフレーズ主宰。京都府出身。短大卒業後、大手電機メーカー勤務を経て出産を機に退社。子育てが一段落し、もともと憧れていた花の世界へ。フレンチ・イングリッシュなどナチュラルなヨーロッパテイストのアレンジメントが得意。フレッシュフラワーの基本をベースにした、きめ細やかな指導には定評がある。

<http://ameblo.jp/koubou-hanakomachi/>



## < その4 >

### 地場野菜でデトックス!! -10歳になる中華料理講座

1月16日(土) 10:30~12:30

ランチ会あり(終了13:30予定)

参加費：4,000円(材料費・ランチ会込み) 会場：料理サロン Seasons Kitchen

昨年は和食テーマで開催し好評を博したテーマ、今年は中華でトライ。当日作るおしながきは「具たっぷりの肉まん・キャベツの辛子酢和え・大根もち・コーンスープ・白玉黒胡麻団子」を予定。毎日使えるおいしいレシピをいっぱい作って真冬にホクホク食べる幸せをご一緒にしましょう！

講師：遠原 泉 ふつはら いずみ (料理家)

Seasons Kitchen 主宰・フードコーディネーター。緑区の自宅を開放して料理教室を行い、HPとクチコミで評判が広がる。得意分野は和食。昨春からケータリングサービスも始め年齢層も幅広く地域の胃袋を満たす活動にも取り組む。

<http://www.seasonskitchen.net>



## < その3 >

### フェイシャルエステと地場野菜で 内と外からデトックス!

12月26日(土) 10:30~16:00

参加費：3,000円(新鮮野菜のお土産代) 会場：フェイシャルサロン アンリール

年末は何かとお疲れモードな心と体。血行とリンパの流れに沿ったマッサージで、くすみのないしっとり透明感あふれる肌に導くフェイシャルエステの施術と、おいしい地場野菜をお土産にセットしました。年末年始を美しく過ごすための準備はこれで完了です。施術時間帯は事前予約制。(協力：佐藤農園)

施術者：小林 恵 こばやし めぐみ (フェイシャルサロン アンリール代表) 第3子を出産後、自身も肌の悩みが改善されたことをきっかけにノビア化粧品を使用するフェイシャルマッサージを開始。自宅サロンで営業を続けてきたが、よりお客様にリラックスしていただける環境と時間帯を考え2015年春に駅近くサロンを移転。様々な肌悩みにこたえ、確かな美肌へと導くスキンケアアドバイザー、カラーアドバイザー、メイクサービス等も行う。



## < その5 >

### 医者には聞けない更年期いろはを アロハに! 体の癒しスイッチをON!

2月13日(土) 10:30~12:00

参加費：3,000円 会場：みどりアートパーク 会議室

更年期という言葉に抵抗感をもつ方、医者に行くほどの症状ではない...という方も多いのではないのでしょうか？子育ても一段落する頃、心と体の不調が少しずつ始まる年代、幸せに過ごす秘訣をシェアしましょう。プロによる体のプチメンテナンス&施術もあり。

講師：石関 有紀 いしせき ゆき (整体師)

女性本来の美しさ・笑顔は『心と体両方の健康があってこそ』と考えるサロン Sincerely (シンシアリー) 主宰。【整体・カイロプラクティック・リフレクソロジー・リンパマッサージ】の技術をもとにしっかり痛んだ体を施術。整体とアロマトリートメントという違うアプローチ方法で、気になる不調を改善しながら癒しのひと時を提供。

<https://www.cosme.net/ispot/s/sincerely/>

