



6/14(土)
Fresh Garden

新月に願い事をする
現実になると言われています。
新月の魔法のかけ方を
学びます。

時間/13:00~15:00
定員/10名
参加料/1,000円
持物/筆記用具、ノート、手帳、etc.

純 天晶 ☎090-1373-2211



5/29日
プリザとアロマ

アロマをたらせる
木の皮のお花を使った
ミニブーケ作りとお好きな
香りにアロマの調合

時間/19:00~21:30
参加料/4,000円
講師/Smile*Tink 深瀬 沙弥 HareaRu 馬場 連

HareaRu 馬場 連 ☎090-6687-5814



6/14(土)
Fresh Garden

キャンドル きんぎょ
花 ハーブBOX
ガーデンをイメージした
作品を作ろう!

時間/13:00~15:00 定員/8名
参加料/3,000円
持物/わりばし、はさみ、ごみ袋

徳本 利江子 ☎090-7938-2125
齋藤 智子 ☎090-9637-4647



◎スタジオ・ウッズ
鶴岡市山田字油田147-2 ☎0235-33-0038
<http://www.studio-woods.net>

ふおるて
素足が嬉しい毎日に*足のトラブル出張ケア・無料相談。
<http://ameblo.jp/3-lapis> 池田 朋子 ☎090-8347-4340

Nao空間設計
暮らす人と共に呼吸し、時を重ねていける家づくり。
<http://nao-kk.com> 栗本 直美 ☎0235-33-0038

家具工房 結
柔らかいデザインが特長。テーブル、椅子、筆筒小物等。
<http://kuwatyan.blog134.fc2.com> 桑原 信之 ☎080-3144-9579

コーヒー屋 パラダイーズ
もっと美味しい、楽しいコーヒーを庄内の皆さまに。
<http://paradiso.shop-pro.jp> 後藤 康之 ☎0235-64-1303

農的暮らし研究所
50年前の農を中心としたライフスタイルの提案。
E-mail:chope@softbank.ne.jp 小松 馨 ☎080-3361-3553

花のアトリエ チョコレートコスモス
それぞれの個性を生かしたお花と一緒に作りましょう。
<https://www.facebook.com/chocos87> 齋藤 智子 ☎090-9637-4647

こころすたじお
無理せず楽しく笑顔で☆身体と心が喜ぶ時間を♪
E-mail:cocoro2007@brown.plala.or.jp 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095

office ALIVE / 天地舎
すべてのひとの“グッド・コミュニケーション”のために。
<http://www.alive618.com> 佐藤 暁子 ☎0235-64-0615

「ヨーガシャンティダム」Yoga Shantidam
穏やかで平和に満ちる心のヨーガ。
<http://shantidam.web.fc2.com> 佐陽子&ぐっち ☎080-1263-0845

操体法の整体院 らくしゅみ
快ち良いは体にいい!自分で出来る体の整え方いろいろ。
<http://rakushumi11.jimdo.com> 鈴木 敦士 ☎0235-33-8158

純 天晶 エンジェル占い
出張専門で占いたします。イベント出演、占い教室も開催。
☎090-1373-2211

写真企画
撮影:プロフィール写真いかがですか。お渡しはデータCDで。
http://d.hatena.ne.jp/Haruya_T 東海林 晴哉 ☎090-4313-6871

Tokumoto
オリジナルキャンドルでやさしい時間作りませんか?
<http://ameblo.jp/ias109> 徳本 利江子 ☎090-7938-2125

eple
もっとシンプルに、もっと大胆に、もっと魅力的なデザインを。
<http://eple.biz> 野口 孝士 ☎0235-35-1399

HareRu プリザーブドフラワー
生活に似合った、お花のご提案。素敵なお花を作りましょう。
<http://hareru888.com> 馬場 連 ☎090-6687-5814

遊び紙
創作本の手づくり、布箱や、紙を使って色々楽しむ。
E-mail:mt60@fuga.ocn.ne.jp 丸山 俊男 ☎090-2972-4174



ささやかなこだわり
「暮らすコトを楽しむ」

Studio Woods



毎週水曜日 第1,2,3金曜日

リラックスヨガ ~心と体に安らぎを~

ヨガ+お茶。
ゆっくり丁寧に無理なく
心と体をゆるめていきます。

時間/19:30~21:30(4/2,4,5/14,16,21はお休み)
定員/5名
参加料/1回1,500円,6回チケット7,500円
※ヨガマットレンタル無料。動きやすい服装で適度な空
腹時にご参加下さい。

Yoga Shantidam ぐっち ☎090-4371-5961



4/12(土)

操体法入門 (セルフ整体)

誰でも無理なく自分で
気持ちよく整える方法をお
伝えします。

時間/19:30~21:00
定員/6名
参加料/1,500円
持物/気楽な気持ち、バスタオル

らくしゅみ 鈴木 敦士 ☎0235-33-8158



4/18(金)~20日

Natural & Organic shop 天地舎 開店記念 ~オーガニック・ハーブティーと の出会い~

4/18、環境を考えながら
暮らすことを楽しむ為の
商品を扱うお店がオープン。

「ゾネントア」の有機栽培ハーブティーを使用。カモミール
やエルダーフラワー等約10種類の中から好きな香
りを探していく探検型ワークショップです。時間/11:00
~17:00の間、随時開催 参加料/無料・予約不要
Natural&Organic shop 天地舎

佐藤 暁子 ☎0235-64-0615



4/26(土)

ピクニックで 絵本を読もう会

~みんなで春を見つけよう!の巻~

菜あのお弁当を持って
ピクニックしながら本を
読んだり、春を探したり
しましょう☆

時間/11:00~13:30 定員/15組のおやこ(2~6歳
位のお子様対象) 参加料/1組2,000円(親子お弁当
付) 持物/しきもの(ある方)、お手ふき、飲み物、お気
に入りの絵本1冊 講師/朝倉亮子(女優・保育士)、
齋藤 瑞穂(こころすたじお)

こころすたじお 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095



4/29(祝)

天使と学ぶ 人生を変える教室

簡単な方法で、
日々の過ごし方を変え
明るい未来を手に入れる
方法を学びます。

時間/13:00~15:00
定員/10名
参加料/1,000円
持物/筆記用具、ノート、手帳、etc.

純 天晶 ☎090-1373-2211



5/18(日)

自分のあしに ありがとう♡

あしが喜ぶストレッチ &
フットケアスペシャリスト
による足裏checkと
マッサージ

時間/14:00~16:00 定員/7名
参加料/2,500円(お茶&お菓子付)
持物/ヨガマットorバスタオル(ストレッチ用の敷物です)

こころすたじお 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095
ふおるて 池田 朋子 ☎090-8347-4340



4/12(土)

strawberry time

いちごをテーマにして
キャンドルと
生花アレンジメントを
作ります。

時間/13:00~15:00 定員/8名
参加料/3,000円
持物/わりばし、はさみ、ゴミ袋

徳本 利江子 ☎090-7938-2125
齋藤 智子 ☎090-9637-4647



4/17(休)

コーヒー好きの ワークショップ

スペシャルティコーヒーの
おいしい淹れ方レッスン&
コーヒー色のナチュラル
プリザづくり

時間/19:30~22:00
定員/10名
参加料/3,500円

HareRu 馬場 連 ☎090-6687-5814
コーヒー屋 パラディーゾ 後藤 康之 ☎0235-64-1303



4/26(土) 6/27(金)

「冷えとり」 お喋り会 ver.2 ver.3

足湯をしながら
お喋りします。
プチ講座・座談会

時間/4/26(土)10:30~12:30,6/27(金)19:30~21:30
定員/10名
参加料/1,500円(お茶+お菓子付)
持物/冷えとり靴下をお持ちの方はご持参下さい。

ふおるて 池田 朋子 ☎090-8347-4340



いつかきものを着てみたいけ
ど、持ってない方、お母さんの
きものはあるけど着れない方、
大歓迎!

4/27(日) 6/1(日)

きもの超初心者さん向け おしゃべり会

今さら聞けない
あんなことなんでも
話しちゃいませよ~!

時間/13:30~15:30 定員/10名
参加料/1,000円(お抹茶とお菓子付き)
持物/着方やコーディネイトがわからない着物などがあ
ればご持参下さい。 講師/水口加奈子(きもの小さいけ)、
齋藤瑞穂(こころすたじお) ※販売などは一切ありません。
こころすたじお 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095



家具工房 結
コーヒー屋パラディーゾ

5/11(日) 木のコーヒー スプーンを作ろう

木のコーヒースプーン
作りと、コーヒーの淹れ方
教室

時間/13:30~16:00 定員/8名
参加料/3,000円
※スプーンは持ち帰りできます。

家具工房 結 桑原 信之 ☎080-3144-9579
コーヒー屋 パラディーゾ 後藤 康之 ☎0235-64-1303



5/24(土)

Free Style

キャンドルと生花アレン
ジメントのワークショッ
プです。
フリースタイルでのレッ
スンになります。

時間/13:00~15:00 定員/8名
参加料/3,000円
持物/わりばし、はさみ、ごみ袋

徳本 利江子 ☎090-7938-2125
齋藤 智子 ☎090-9637-4647