



7/24木 ①
**ジャムキャンドルと
 多肉の寄せ植え 夏ver.**



9/27土 ②
夜長月

①ジャムみたいなキャンドルと夏らしい多肉の寄せ植えを作ります。時間/19:00～ 定員/8名 参加料/3,000円 持ち物/ハサミ、わりばし
 ②秋の夜長に楽しめるキャンドル作り。時間/13:00～ 定員/8名 参加料/2,500円 持ち物/ハサミ、わりばし
 徳本 利江子 ☎090-7938-2125



9/26金
**『冷えとり』
 お喋り会**

季節の変わり目に。
 足湯&セルフケアで
 身体を整え、
 秋を満喫しましょう

時間/19:30～21:00
 定員/8名 参加料/1,500円
 持ち物/タオル、水筒(足湯の温度調節に使うお湯です)
 ※お茶・お菓子付き

ふおるて 池田 朋子 ☎090-8347-4340

Aromaリラクゼーションサロン 優

日々の暮らしアロマでリラックスしませんか?
<http://s.ameblo.jp/nagomi-01-happy/> 阿部 さおり ☎080-2832-9568

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

ヒーリングサロン rikka

アロマリフレ&ヘッドセラピー 癒しの時間をあなたに。
<http://ameblo.jp/healing-rikka/> 風間 慶子 ☎080-2832-4644

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

布ナブキンや蜜ろうキャンドル、オーガニックやフェアトレードの自然派製品。
<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

ここち良いは体にいい!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

出張専門で占いたいします。イベント出演、占い教室も開催。
 ☎090-1373-2211

東海林 晴哉 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 ☎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



◎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>





毎週水曜日 毎週金曜日

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
(7/4、25、8/13、15、22、29、9/26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



7/11金～13日の3日間

Natural & Organic shop 天地舎 ～夏のアイス・ オーガニック・ハーブティー～

世界で愛されている「ゾネン
トア」の有機栽培ハーブティ
ーを楽しんでみませんか？

夏だからこそ嬉しいフルーツティを中心に、お好きな味と
香りをアイスで探しましょう。
時間/11:00～18:00の間、随時開催
参加料/無料・予約不要
Natural&Organic shop 天地舎 [HP] tenchisha.com
佐藤 暁子 ☎0235-64-0615



7/17木

夏こそ冷えとり “足湯&こんにやくデトックス”

足から全身にかけての
毒出しです。夏こそ
“快(こころ)よいは体に
いい”を体験しましょう。

時間/19:30～21:30 定員/6名
参加料/2,500円
※お楽しみオプション・お茶&お菓子付
らくしゅみ 鈴木 敦士 ☎0235-33-8158
ふおるて 池田 朋子 ☎090-8347-4340



7/27日

きものおしゃべり会 ～ゆかたの着方と帯結び～

花火大会は自分で
着てみましょう！
着崩れしにくい、キレイな
着付けを解説します。

時間/13:00～14:30 定員/10名 参加料/1,000円
(お茶とお菓子付き) 持ち物/浴衣、半幅帯又は兵児
帯、肌着、紐2本、コーリンベルト、伊達び、襟芯、フェイ
スタオル2～3枚(上記意外でもお持ちのもので対応致し
ます) 講師/水口加奈子、齋藤瑞穂
こころすたじお 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095



8/3日

ピクニックで蓮の 花を見に行こう会

みんなで蓮の花を
見ながら散歩や
あそびを楽しもう。

時間/9:30～11:30 定員/15組の家族または個人
申込締切/7月中 参加料/大人500円、子供無料(希
望者は別途菜あのお弁当代 大人700円・子供500円)
持ち物/しきもの、おてふき、飲みもの
※雨天の場合は8/9(土)に延期します。
こころすたじお 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095



8/30(土)

アロマで ほっこり

足湯にアロマの香りを
プラス。足を温めながら
アロマのプチレッスン。

時間/10:30～12:30 定員/6名 参加料/2,500円
持ち物/タオル、その他は参加の方に個別で連絡しま
す。 ※子連れOK、お茶・お菓子付き
Aromaリラクゼーションサロン優 阿部 さおり ☎080-2832-9568
ふおるて 池田 朋子 ☎090-8347-4340



7/5(土)

梅しごとあれこれ ～梅酢や梅味噌をつくろう～

梅をつかって自家製の
梅酢、梅酒、梅味噌などを
つくりましょう。

時間/10:30～12:00 定員/8名
参加料/2,500円(材料費、ピン代込み)
持物/エプロン、タオル(洗った梅をふくもの)、入れた
い容器があれば。 ※作りたてのものを申し込み時にお伝
え下さい。申し込みは6月中先着順。
こころすたじお 齋藤 瑞穂 ☎090-1932-2095



7/13日 ①

操体法入門(セルフ整体)

9/10(水) ②

介護が楽、目からウロココロリン 介助のチョットとしたコツ!

①誰でも無理なく気持ちよく自分で整える方法。
時間/10:00～11:00 定員/5名 参加料/1,500円
②無理なく楽に介助出来て、介護される人も嬉しい。
時間/10:00～11:00 定員/6名 参加料/3,000円
持物/気楽な気持ち、飲み物、タオル
らくしゅみ 鈴木 敦士 ☎0235-33-8158



7/19(土)

梅雨の時期には、 アジサイリース をつくろう

プリザーブドのアジサイで、
通年用のリースづくり

時間/13:30～16:00
定員/10名
参加料/3,500円
HareRu 馬場 連 ☎090-6687-5814



8/2(土)

頑張った自分に ご褒美してますか?

・Happyになれる
キャンドル作り
・プチセルフケア
・モイストポプリ作り

時間/14:00～16:00 定員/10名
参加料/3,000円 持ち物/わりばし、はさみ
徳本 利江子 ☎090-7938-2125
Aromaリラクゼーションサロン優 阿部 さおり ☎080-2832-9568
ヒーリングサロン rikka 風間 慶子 ☎080-2832-4644



8/3日

夏のコーヒー の楽しみ方

おうちでできる色々な
アイスコーヒーの作り方、
アレンジドリンクを
作ります。

時間/14:00～15:30
定員/8名
参加料/1,000円
コーヒー屋 パラディーゾ 後藤 康之 ☎0235-64-1303



9/20(土)

薪ストーブのある 暮らしを楽しもう

薪ストーブについての
知識を高め、お昼はピザ
を焼いて皆んなで
楽しみましょう。

時間/10:30～13:30 定員/15名 参加料/1,000円
持ち物/軍手 開催場所/ほとりあ
Nao 空間設計 栗本直美 + ファイヤーライフ庄内
☎0235-33-0038