

## 2020年1月~3月のサークル

**受付開始**

2月~3月の講座は、  
**1月10日(金)**から募集。  
1月の講座は募集中です。

前号(72号)に掲載した講座は満席の場合がございますのでご了承ください。ご不明な点がございましたらお問い合わせください。

**受付時間** 10:00~17:00 月~金曜日(土・日・祝 休み)

●お電話での、ご予約・お申し込みは承れませんのでご了承ください。  
●お支払いは現金のみになります。クレジットカード・電子マネーはご利用いただけません。

## 春休み! KIDS講座 & おすすめShop講座

### 1回 サークル **ビーズで作る ミモザのミニ花束**

ビーズで作ったミモザの花束はクマさん(バックチャーム付き)にセットしたり、ブローチとしても楽しめます。予めワイヤーにビーズを通してあります。簡単にお作りいただけます。

日 3月31日(火) 時 13:30~15:00 定員 10名  
受 1,000円 教 700円 講 ビーズフラワー講師 山口恵子

※小学校高学年以上の方はお1人で参加できます。小学低学年のお子様は、保護者同伴でお願いします。大人の方のみの参加もできます。



<参考作品>

### 1回 サークル **ガラスアート バラのフォトスタンド**

ガラスアートとは、アクリル板などに透明カラーフィルムを貼り、鉛のリード線で縁取るスタンドグラスのようなクラフトです。今回は黄色系かピンク系でお選びいただけます。

日 3月30日(月) 時 13:30~15:00 定員 15名 受 1,000円 教 1,600円  
講 日本ガラスアート協会公認インストラクター 加藤清恵

※小学校高学年以上の方はお1人で参加できます。小学低学年のお子様は、保護者同伴でお願いします。大人の方のみの参加もできます。



<参考作品>

### 1回 サークル **レジンで作る オリジナル小物ケース**

人気のレジンでオリジナルの小物ケースを作りましょう! お好きなパーツと台紙をお選びいただけます!

日 3月30日(月) 時 10:30~12:00 定員 10名  
受 なし 教 1,100円 講 パーツクラブスタッフ  
H <http://www.partsclub.jp/>

※小学生以上の方はお1人で参加可能。ご家族や大人の方もご参加できます。



<参考作品>

商品券500円  
進呈!  
受講店舗で  
使えます。

### 2回 サークル **珈琲教室 基礎・応用**

ご家庭で簡単にできる美味しいコーヒーの淹れ方(ペーパードリッップ)を学びましょう。受講者全員に修了証書を発行いたします。

日 2月10日(月) 3月9日(月)  
時 14:00~15:30 定員 5名  
受 なし 教 3,000円(2回)  
講 日本スペシャルコーヒー協会(SCAJ) 公認コーヒーマイスター  
H <http://www.towafood-net.co.jp>



商品券500円  
進呈!  
受講店舗で  
使えます。

### 1回 サークル **今や100歳時代知っておくと安心 仏壇ギャラリー香嘆 "もしも"のときの備え方**

[終活セミナー] 会場でエンディングノートもプレゼント!

日 1月31日(金) 時 13:30~15:30  
定員 30名 受 なし 教 なし  
講 株式会社セレモア常務取締役 中島重夫  
アクタス税理士法人 鈴木佑介  
H <https://www.ceremore.co.jp>

※内容は予告なく変更となる場合がございます。



商品券500円  
進呈!  
受講店舗で  
使えます。

### 1回 サークル **テーマで楽しむ CHEESE CLASS**

毎回テーマに沿って、チーズの世界を美味しく・楽しく学んでいただくクラスです! 簡単なレシピやチーズを暮らしに楽しく取り入れるアイデア等についてもふれてゆきます。今回のテーマ「スイス・ドイツのチーズ」

日 3月23日(月) 時 13:30~15:00 定員 10名  
受 1,600円 教 900円(試飲無し)、1,100円(2種ワイン試飲付)  
講 C.P.A.認定 チーズプロフェッショナル 上村由紀

※ワインご試飲ご希望の方はお車でのお越しはご遠慮ください。



<イメージ>

### 1回 サークル **お茶のあるおもてなし TEA STYLE**

「紅茶のあるテーブルでおもてなし」をテーマに、毎回おいしい紅茶と簡単クッキングを楽しむクラスです。お気軽にご参加ください。

①パリエーションティーを楽しむ ②春のティータイム  
日 ①2月21日(金) ②3月26日(木) 時 14:00~16:00  
定員 各16名 受 1,600円(各回) 教 1,300円(各回)

講 日本紅茶協会認定 ティーインストラクター 奥山靖子  
ケニア大使館を始め、紅茶生産国大使館にてティー部門の専任スタッフを歴任

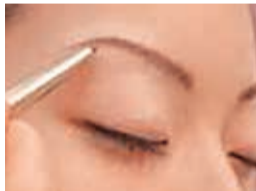


<イメージ>

### 1回 サークル **リフトアップが叶う! 美眉レッスン**

眉の形を整えるだけで、頬のリフトと運氣アップが叶います。誰でも美眉になれる「4つのポイント」を伝授いたします。

日 3月9日(月) 時 10:30~12:00  
定員 12名 受 1,800円  
講 オフィス・メイブル カラーコンサルタント 福井千秋  
H <http://ameblo.jp/color-maple/>



<イメージ>

### 1回 サークル **ヘア艶ボリュームアップ講座** (女性限定)

髪の艶、ボリューム、抜け毛など、髪の悩みは尽きません。日々のヘアケアとして頭皮マッサージを実習します。ちょっとしたコツで髪の艶&ボリュームは蘇ります! 「おしゃれウィッグ」のお試しも!

日 3月23日(月) 時 10:30~12:00  
定員 12名 受 1,800円  
講 オフィス・メイブル ビューティーアドバイザー 福井千秋  
H <http://ameblo.jp/color-maple/>



<イメージ>

### 1回 サークル **超簡単!1分で巻けるストール・マフラー講座**

防寒にもオシャレにも欠かせないストール、マフラー。ワンパターン巻きの方になっていませんか? 見た目素敵で、でも簡単な巻き方をレクチャー&実習します。

日 2月10日(月) 時 10:30~12:00  
定員 12名 受 1,800円  
講 オフィス・メイブル カラーコンサルタント 市川弘美  
H <http://ameblo.jp/color-maple/>



<イメージ>

## レッツ!! リフレッシュ!!

## 1回 体験受付中!

下記講座を初めて受講される方は各講座毎に1回 1,600円で体験ができます。

### 全4回 サークル **バレエストレッチ** (女性限定)

ピアノ曲に合わせた動きと呼吸で、びんと伸びた美しい立ち姿を目指します。あわせて、踊る楽しさもお伝えしていきます。初心者大歓迎、体験受講もできます。

日 2月5日(水)・19日(水)、3月4日(水)・18日(水)  
時 10:15~11:30 定員 15名  
受 6,400円(4回)  
講 Mie Ballet 加藤美登



### 全3回 サークル **スロー・ヨガ -SLOW YOGA-** (女性限定)

頭痛・肩こり・目の疲れ、腰痛やストレス。悩んでいた不調をヨガのゆっくりとした動作と呼吸で解消しませんか。スロー・ヨガで美と健康と若さを保っていきましょう。

日 2月25日(火)、3月10日(火)・24日(火)  
時 10:30~11:45 定員 20名  
受 4,800円(3回)  
講 ヨガ講師 整体・フィットセラピスト スローヨガ主宰 清水洋美



### 全3回 サークル **アロハ リラックス フラ** (女性限定)

ゆったりとした動きのフラは、体をリラックスさせ、気持ちをおだやかにします。ハワイの風に吹かれるようなやさしい音楽にのって、一曲踊ってみませんか。

日 2月6日(木)、3月5日(木)・19日(木)  
時 15:00~16:00 定員 20名  
受 4,800円(3回)  
講 SKD出身 フラ ハレ オロケ アカラ 清原智子



### 全4回 サークル **ヨガで楽しむ ボディバランスヨガセラピー** (女性限定)

ゆっくりとやさしくシンプルな動きと、腹式呼吸でリラックス。動いたら休むを繰り返して、バランスのとれた健やかなカラダと心に導きます。

日 2月5日(水)・19日(水)  
3月4日(水)・18日(水)  
時 13:45~15:00 定員 20名  
受 6,400円(4回)  
講 厚生労働省認可 全国整体療法師 ヨガ講師 清水洋美



### 全4回 サークル **骨盤調整エクササイズ** (女性限定)

無理のない運動で身体の中から筋力をアップさせましょう。骨盤底筋を鍛え、健康で痩せやすい身体へと改善しましょう。

日 2月14日(金)・28日(金)  
3月13日(金)・27日(金)  
時 10:30~12:00 定員 18名  
受 6,400円(4回)  
教 1,800円(ボール、ベルト)  
講 NPO法人MYフィットネス 認定健康指導員 岡島円



### 1回 サークル **皆様のご要望にお応えして、4回に増えました! セルフ フットマッサージ** (女性限定)

2月「花粉症に強くなろう!」3月「うるつや肌になろう!」各日、テーマの他に、その時の状況に合わせた内容がプラスされます。

日 2月3日(月)・17日(月)、3月2日(月)・16日(月)  
時 10:30~12:00 定員 各10名  
受 1,600円(各回) 教 650円(グリグリ棒)  
講 官足友法の会講師・介護予防運動 スペシャリスト 立石菜央美

※同じ月の講座は、2回のうち受講できるのは1回までとなります。



<イメージ>

日...開催日 時...時間 定員...定員 受...受講料(税込) 教...教材費(税込) 講...講師 H...ホームページ (女性限定) ...女性限定講座 SHOP...店舗講座 KIDS...子ども講座

### 1回 サークル お花が主役の素敵な暮らし

季節のさまざまなシーンを彩るお花のアレンジと、おもてなしのテーブルコーディネートで心豊かなライフスタイルを提案します。生花またはプリザーブドフラワーをお選びいただけます。

#### ①バレンタインのおもてなしアレンジ

日 2月3日(月)  
時 13:30~15:30



<参考作品>

#### ②春を呼ぶイースターのおもてなしアレンジ

日 3月2日(月)  
時 13:30~15:30



<参考作品>

定員 各10名 受 1,600円(各回) 教 2,800円(各回)

講 お花の教室「ゾンブloom」主宰  
ライフスタイルコーディネーター 渡部一溪

H <http://www.zonnbloom.com/index.html>

※花材は変更になる場合があります。

### 1回 サークル ナチュラルドライフラワー

鳥の巣の形に作ったバスケットに春の草花を可愛くあしらいます。

日 3月19日(木) 時 10:30~12:30

定員 10名 受 1,600円 教 3,200円

講 ドライフラワー アトリエtiara 主宰 山本ひかり

H <http://ameblo.jp/tlara-flower>

※花材は変更になる場合があります。



<参考作品> 鳥の巣アレンジ 直径約23cm

### 1回 サークル やさしい水彩画

絵は好きだけど、一歩踏み出せなかった方もお気軽にご参加ください。

日 2月7日(金)

時 10:30~12:30 定員 10名

受 1,600円 教 450円

講 市川道子



<参考作品>

### 1回 サークル 未来が見える手相と運命学 手相と運命学を学んでみましょう

自分がわかる、自分の長所がわかる。自信が出る。家族や仲間と、優しくなれる。人に好かれる。不思議!

日 3月13日(金) 時 13:30~15:00

定員 10名 受 1,600円

講 ここに〜た講師

H [info@kokoni-ta.com](mailto:info@kokoni-ta.com)



<イメージ>

### 全2回 サークル はじめてのカリグラフィー

ギリシャ語で「美しく書く」という意味のカリグラフィー。アルファベットやお花などを、専用のペンで美しく描きます。

日 1月9日(木)、3月12日(木) 時 10:30~12:00

定員 12名 受 3,200円(2回)

教 1,700円(初回) ※以降、継続受講の方は1,100円

講 日本手芸普及協会カリグラフィー部門師範 阿部美和子

H <http://www.miwaco.com>

※サークル途中参加も可能ですのでお問い合わせください。



<参考作品>

### 全2回 サークル 大磯先生によるたしなみ書道

大磯先生による月1回の継続講座です。初めての方、久しぶりの方、お忙しい方も、お気軽にご参加ください。

日 ①2月4日(火) ②3月10日(火)

時 ①10:30~12:30 ②13:30~15:30

定員 15名 受 3,200円(2回)

教 300円(お手本代・各回)

講 大磯朝雨



<イメージ>

### 1回 サークル 今月のリース

#### ①パステルコットンフラワーリース

パステルカラーの綿の実をリースします。キュートなドアリースです。

日 2月13日(木) 時 10:30~12:30



20cm×20cm <参考作品>

#### ②ビタミンカラーのフレッシュアレンジメント

ミモザを中心にビタミンカラーのお花のアレンジメントを制作します。

日 3月5日(木) 時 10:30~12:30

定員 各20名 受 1,800円(各回) 教 3,500円(各回)

講 アトリエQ主宰 佐藤クミコ

H <http://www.kdent.net/hanakumi>

※花材は変更になる場合があります。



40cm×40cm <参考作品>

### 全4回 サークル ボタニカルアート

自然の草花や木の実を、生のままに、いきいきとみずみずしく描く植物画。光の表現が絵に生命を吹き込みます。ナチュラルなやさしい色づかいで描いてみましょう。

日 2月12日(水)・26日(水)、3月11日(水)・25日(水)

時 13:30~15:30 定員 12名

受 7,200円(4回) 講 小池教子



<参考作品>

### 1回 サークル はじめてのボタニカルアート

植物をありのままに描く楽しさを味わってみませんか? お花が好きなら、初めての方、大歓迎です。

日 2月12日(水)・26日(水)、3月11日(水)・25日(水)

時 10:30~12:30 定員 各15名

受 1,800円(各回) 教 200円(各回)

講 小池教子

※同月の講座は、2回のうち受講できるのは1回までとなります。

募集中! **今すぐご参加いただけます! お申し込みはお早めに!**

### 1回 サークル リボンで作る大人可愛いバッグアクセサリー

コサージュにもなるバッグチャームアクセサリー♪

日 1月27日(月)

時 13:30~15:30 定員 8名

受 1,600円 教 2,500円

※選ぶ材料によって価格が変わります。

講 ピーズバランス認定インストラクター 河原智英

H <https://ameblo.jp/lavender577/>



<参考作品>

### 1回 サークル 今月のリース

日 1月30日(木)

時 10:30~12:30 定員 20名

受 1,800円 教 4,000円

講 アトリエQ主宰 佐藤クミコ

H <http://www.kdent.net/hanakumi>

※花材は変更になる場合があります。 スプリングフレッシュブーケ(立つブーケ) 40cm×30cm <参考作品>



### 1回 サークル ナチュラルドライフラワー

日 1月16日(木)

時 10:30~12:30 定員 10名

受 1,600円 教 3,200円

講 ドライフラワー アトリエtiara主宰 山本ひかり

H <http://ameblo.jp/tlara-flower>

※花材は変更になる場合があります。 ハートのリース 幅約25cm <参考作品>



### 1回 サークル テーマで楽しむ CHEESE CLASS

今回のテーマ「スペインのチーズ」

日 1月24日(金)

時 13:30~15:00

定員 10名 受 1,600円

教 900円(試飲無し)、

1,100円(2種ワイン試飲付)

講 C.P.A.認定 チーズプロフェッショナル 上村由紀

※ワイン試飲ご希望の方はお車でお越しください。



<イメージ>

### 1回 サークル 冬のメディカルアロマ講座

精油を使って冬のトラブルを乗り切ろう!

日 1月27日(月) 時 10:30~12:00

定員 12名 受 1,800円

教 1,000円(アロマクラフト2品を作ります)

講 日本ホリスティックアロマライフ協会

アドバイザー 塩川紗有美

H <http://ameblo.jp/color-mapple/>



<イメージ>

### 1回 サークル 未来が見える手相と運命学 手相と運命学を学んでみましょう

今年1年の生き方と幸せになる手相

日 1月17日(金)

時 10:30~12:00

定員 10名 受 1,600円

講 ここに〜た講師

H [info@kokoni-ta.com](mailto:info@kokoni-ta.com)

<イメージ>



### 1回 サークル セルフ フットマッサージ

「免疫力UPで元気GET!」  
テーマの他に、その時の状況に合わせた内容がプラスされます。

日 1月20日(月) 時 10:30~12:00

定員 10名 受 1,600円

教 650円(グリグリ棒)

講 官定友友の会講師・介護予防運動 スペシャリスト 立石菜央美



<イメージ>

### 1回 サークル TEA STYLE

アリスのお茶会

日 1月23日(木)

時 14:00~16:00

定員 16名 受 1,600円

教 1,300円

講 日本紅茶協会認定 ティーインストラクター 奥山靖子

ケニア大使館を始め、紅茶生産国大使館にて  
ティー部門の専任スタッフを歴任



<イメージ>

Lala Clubに関する問い合わせは **TEL. 045-938-5337** 受付時間:10:00~17:00(土日祝休み)

ご入会・受講申込みは、いろいろな特典があって  
お得な「三井ショッピングパークカード」をお持ちください。

### 休業のお知らせ

12月21日(土)より1月5日(日)まで休業とさせていただきます。ららぽーと横浜の休館日に伴い、2月20日(木)を休業とさせていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願い致します。

次号「通信vol.74号」は3月6日(金)10時からの申し込み開始となります。

- 受講料のみ三井ショッピングパークポイントが付与されます。●教材費には付与されません。●ポイントの後付けはできません。●ご本人様以外のポイントカードには付与できません。
- 継続サークルの受講料は、原則として前納とさせていただきます。
- 受講日当日の受付は承れませんので事前にお申し込みください。(お電話でのご予約・お申し込みは承れませんのであらかじめご了承ください。)
- 一部の講座を除き、お子様を連れてのご参加はご遠慮ください。
- 代理申込みはご本人様含め3名様までの受付になります
- 途中参加や体験が可能な継続講座もありますのでお問い合わせください。
- 悪天候・講師急病など不測の事態が発生した場合や施設運営上の都合により講座の日程・内容の変更または開講を中止させていただく場合がございます。

ららぽーと横浜は、2月20日(木)は全館休館日とさせていただきます。

三井ショッピングパーク  
**Lalaport**  
YOKOHAMA

## ららぽーと横浜

〒224-0053 神奈川県横浜市都筑区池辺町4035-1  
TEL.045-931-1000 受付時間10:00~18:00  
営業時間 10:00~21:00 / レストラン11:00~23:00 ※一部営業時間の異なる店舗がございます



Lala Club

気分まで、いい買い物を。

■ららぽーとTOKYO-BAY ■アーバンドック ららぽーと豊洲 ■ららぽーと柏の葉 ■ららぽーと新三郷 ■ららぽーと磐田 ■ららぽーと富士見 ■ららぽーと海老名 ■ららぽーと立川立飛 ■ららぽーと湘南平塚

※掲載内容・価格は予告なく変更する場合がございます。予めご了承ください。発行日:2020年1月10日