

# やくしの学び

小鳥のさえずりが聞こえ、窓からみどりが広がる工房で  
ワークショップやヨガ、英会話レッスン、お料理教室がはじまりました。  
ここでしか感じることでできない時間をぜひ体感してください。

## 親子で一緒に楽しむ英会話レッスン

10/7水 11/4水 12/2水

楽しく学ぼう ABC  
親子で英会話



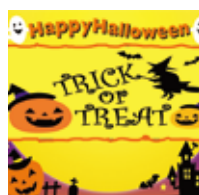
絵本やパペットショーなど親子の触れ合いを  
楽しみながらレッスンします。

- 講師: Emily
- 時間: ①10:00~10:40 ②11:00~11:40
- 対象: ①0~1歳 ②2~3歳
- 定員: 10組  
(先着順。定員になり次第締切)
- 参加費: 1,200円
- 申込締切: 10月6日(火)/11月3日(火)/12月1日(火)
- 申込方法: 下記メールアドレスからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S3122092/>



10/24土

英語で遊ぼう  
Let's enjoy  
ハロウィン



親子で楽しく英語を学びながら  
ハロウィンのクラフト製作をします。

- 講師: SPEAK EASY
- 時間: ①14:00~14:40 ②15:00~15:40
- 対象: 幼稚園児
- 定員: 10組 (先着順。定員になり次第締切)
- 参加費: 1,300円
- 当日の持ち物: ハサミ、のり、セロテープ
- 申込締切: 10月23日(金)
- 申込方法: 下記メールアドレスからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S40717698/>



11/15日

木工作ワークショップ  
小さな本棚を作ろう



※色はブラウン又はホワイト  
から選べます。  
サイズ W45×H32×D16cm

町田市相原町の家具工房「くうちん工房」  
手作りキットを使ってDIY入門にもなる  
本棚作りを教えます。

- 講師: 大川小枝子(くうちん工房)
- 時間: ①10:00~12:00 ②13:00~15:00  
③15:30~17:30
- 対象: 年長以上(小6までは保護者同伴)
- 定員: 6組×3回  
(先着順。定員になり次第締切)
- 参加費: 3,500円
- 申込締切: 11月14日(土)
- 申込方法: お電話でお申込みください。  
TEL.042-851-8942

## やくしのヨガが始まりました。

緑豊かな自然にかこまれて、心と身体をリラックスさせてくれるヨガ。  
やくしのヨガには色々なコースがあります。

- 対象: 高校生以上(シニアヨガは60歳以上)
- 定員: 12名 ■参加費: 1,200円(中学生以下無料)
- お申込み: 下記メールアドレスよりお申込みください。(1ヶ月前よりお申込み開始)



- ①ベーシックヨガ 10/11・11/8・12/13(第2日曜日)  
男性インストラクター。男女問わず人気の講師。  
ヨガの基礎から丁寧に指導いたします  
■講師: ナカシマトオル  
■時間: 9:00~10:00



- ②リラックスヨガ 10/24・11/28・12/26(第4土曜日)  
呼吸を深めるポーズを行い、心身のバランスを整え、  
免疫力をアップ。初心者でも安心して受講できます。  
■講師: KANAKO  
■時間: 10:00~11:00



- ③デトックスヨガ 10/1・11/5・12/3(第1木曜日)  
内臓機能を活性化、血液やリンパの流れを促進して老廃物を  
排出。便秘・冷え・むくみを改善。免疫力アップも期待できます。  
■講師: 長嶺ふじ緒  
■時間: 15:00~16:00



- ④シニアヨガ(60歳以上) 10/21・11/18・12/16(第3水曜日)  
正しい身体の使い方、呼吸で身体を変えていきます。  
お寺ヨガやゴルフヨガのインストラクターが教えます。  
■講師: 水島詩歩子  
■時間: 10:00~11:00



<https://ws.formzu.net/fgen/S18327176/>

※メールフォームは1ヶ月前からお申込み開始になります。当日は受付・検温をいたしますので、初めにインフォメーション棟におこしください。



<https://machida-shikisainomori.com/>

会場: 薬師池西園ラボ棟体験工房

※受付は開始時間の30分前よりインフォメーション棟受付にて  
緊急時や講師の急病などの理由で講座が中止になる事があります。

## 作る、食べる、学ぶ。食の色々ワークショップ

10/4日

### 発酵食品を使った ベジクッキング お料理教室



10月のテーマは「発酵調味料仕込み」。  
塩麹・醤油麹・たまねぎ麹を使った小鉢3品、  
ご飯と季節の味噌汁塩麹・醤油麹・たまねぎ麹  
のお持ち帰り付

- 講師：大森みどり
- 時間：11:00～13:00
- 対象：高校生以上
- 定員：12名（先着順。定員になり次第締切）
- 持ち物：エプロン・三角巾・筆記用具
- 参加費：2,500円
- 申込締切：10月3日（土）
- 申込方法：下記メールフォームからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S60186932/>



11/1日

### 「日本各地の 味噌の食べ比べ」

味噌の試食（お野菜につけて）、オリジナル味噌玉作り（各自5個）  
具沢山味噌汁とおにぎり ■申込締切：10月31日（土）

▲お申込みは上記のフォームから

10/13火・22木

### 見てカワイイ、食べておいしい 手作りお菓子教室



だれでも簡単にできるアイシングクッキーを  
作ります。おいしくかわいく作るコツを  
お教えします。

- 講師：大津純子
- 時間：10:30～13:00
- 対象：どなたでも
- 定員：6名  
（先着順。定員になり次第締切）
- 参加費：2,500円
- 申込締切：10月12日（月）/ 10月21日（水）
- 申込方法：下記メールフォームからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S34923647/>



写真はイメージです。

12/8火

### 「クリスマスアイシングクッキーを作ろう」

かわいいクリスマスの絵柄をアイシングで作ります。  
■申込締切：12月7日（月） ■参加費：3,500円

▲お申込みは上記のフォームから

10/18日・11/8日

### おいしい珈琲の 淹れ方教室



「珈琲を美味しく淹れよう」町田焙煎珈琲ヒルズ  
珈房オーナー直伝の淹れ方と試飲。お土産付き

- 講師：岡 健司（町田焙煎珈琲ヒルズ）
- 時間：14:00～16:00
- 対象：高校生以上
- 定員：8名  
（先着順。定員になり次第締切）
- 参加費：1,500円
- 申込締切：10月17日（土）/ 11月7日（土）
- 申込方法：下記メールフォームからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S34923647/>



## 色々作ろう、秋の芸術ワークショップ

10/25日

### 色んなものをつくろう 親子で楽しむ アート教室



親子で  
2体製作

親子参加型の絵画・造形ワークショップ。  
カンタンフワフワぬいぐるみを作ろう。

- 講師：林 康司
- 時間：10:00～12:00
- 対象：親子（年長以上）
- 定員：10組  
（先着順。定員になり次第締切）
- 参加費：1,500円
- 申込締切：10月24日（土）
- 申込方法：下記メールフォームからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S58219005/>



11/22日

### 「オリジナルクリスマスツリーを作ろう」

見た目もあたたかな素材を使ってオリジナルクリスマス  
ツリーを作ります。■申込締切：11月21日（土）

▲お申込みは上記のフォームから



親子で  
2個製作

10/20火

### 米袋と柿渋で トートバッグを 作ろう



日本古来のエコ天然塗料・柿渋（かきしぶ）。  
抗菌作用と撥水に優れた塗料を用いて米袋で  
使い勝手のよいバッグを作ってみませんか？

- 講師：アトリエ・アルケミスト 芝明子 他
- 時間：10:00～12:00
- 対象：小学校3年生以下は保護者同伴
- 定員：10名  
（先着順。定員になり次第締切）
- 持ち物：ホチキス・エプロンが汚れても  
いいシャツなど
- 参加費：2,000円
- 申込締切：10月19日（月）
- 申込方法：下記メールフォームからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S58219005/>



12/6日・12/10木

### 英字新聞で トートバッグ& 本革チャームを 作ろう



英字新聞を使って、丈夫でかわいいトートバッグ  
と本革のチャームを作ります。

- 講師：アトリエ・アルケミスト 石崎美奈子 他
- 時間：10:00～12:00
- 対象：小学校3年生以下は保護者同伴
- 定員：各10名  
（先着順。定員になり次第締切）
- 参加費：1,500円
- 申込締切：12月5日（土）/  
12月9日（水）
- 申込方法：下記メールフォームからお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S58219005/>



わくわく  
どきどき、  
自然と遊ぼう



11/1日

### 自然を楽しもう ネイチャー ゲーム

子育て支援 NPO みんなのそらが企画するネイチャーゲーム。

- 講師：NPO法人みんなのそら
- 時間：10:00～12:00  
※雨天中止（当日9:00HP上でお知らせ）
- 対象：年少以上（小3までは保護者同伴）
- 定員：20名（先着順。定員になり次第締切）
- 参加費：無料
- 申込締切：10月31日（土）
- 申込方法：下記メールフォーム  
からお申込みください。  
<https://ws.formzu.net/fgen/S91957043/>



※メールフォームは1ヶ月前からお申込み開始になります。当日は受付・検温をいたしますので、初めにインフォメーション棟におこしください。



会場：薬師池西園ラボ棟体験工房 主催：NEST Machida

町田薬師池公園 四季彩の杜 西園 〒194-0032 町田市本町田 3105 TEL.042-851-8942 (9:00～17:00)

<https://machida-shikisainomori.com/>



町田薬師池公園

四季彩の杜

Shikisai no Mori