

参加費には、材料費、会場費も含まれます。

HEART-LINE 講習会

全ての講座は事前予約受け付けですが当日申し込みOKのものは、当日先着順となります。定員になり次第締め切りさせていただきます。

はーとらいん Vol.16

2005年4月 5000部発行

発行人

安藤富美子 矢吹典子
金井なな子 高田小百合

連絡先

090-2494-7305
090-9806-1370

Heart-Line

Heart-Line は、生活に役立つ情報の発信と講習会を企画運営し、地域に根ざした活動をしています。心豊かに暮らすために、ネットワークを広げてみませんか。

次号は
9月1日発行

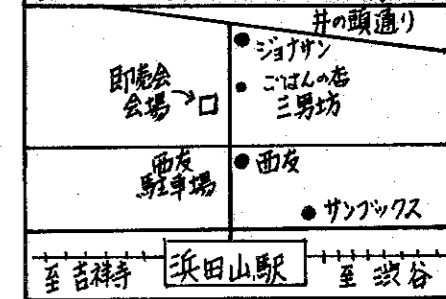
ハートライン主催

第2回 手作り作品即売会

私たちが 出店します。
大切に作り上げてきた
私たちの作品を
是非 ご覧下さい。
出店者一同
心よりお待ちしております



手作り作品即売会会場地図(駅2分)



開催日・2005年6月4、5日(土、日)

時間・午前10時～午後6時

場所・浜田山商店街メインロード 貸スペース

会員募集中!



高井戸中学校区 アンネのバラ 栽培委員会

高井戸中学校のアンネのバラをご存じですか?かのアンネ・フランクゆかりのバラで、高中のシンボルとして、毎年それは見事な大輪の花を咲かせています。このバラがいつまでも美しく咲き続けるようにと、生徒達が日々頑張って手入れをしています。そこで、生徒の活動を応援し、地域の財産でもあるアンネのバラと一緒に守っていくために本「栽培委員会」を発足し、現在会員を募っています。バラ栽培の経験がない方もOK。高中保護者に限らず、どなたでも大歓迎です!平均月1回程度の活動(草取り、肥料いれ、挿し木等)を予定していますが、できる範囲で参加していただければ結構です。

お問い合わせ先: 鳥生千恵 Tel/Fax: 5932-6612

ハートライン新聞は下記のお店に置いてあります

浜田山: サンプックス浜田山 三男坊(ごはんの店) 4WAY(雑貨) パソナコンじゅく浜田山教室
西永福: オリーブ 永福町: 岩崎歯科クリニック 上北沢: ミヤハラ(洋菓子)

協賛
(株) ケーツーコミュニケーションズ
メインロード商店会

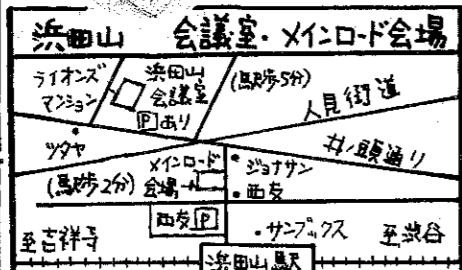
講座	ブライズドフラワー	造花	ビーズ	アクリル絵具	トールペイント
座	かんたんアレンジ	ハート型バスケット	ママへの携帯ストラップ	① 5色のバラを涼やかに ② スタイリッシュな ③ ツルネックス	ミニバラのく2日間講習 フルトレ
講師	高田小百合	高田小百合	矢吹典子	矢吹典子	山崎いとえ
参加費	1,800円	2,500円	500円	① 2,000円 ② 3,000円 ③ 2,000円	3,800円(2日分)
日時	5月7日(土) ①10:30-11:30 ②13:00-14:00	6月27日(月) 10:30-12:00	5月7日(土) ①10:30-11:30 ②11:30-12:30 ③13:00-14:00	6月23日(木) 10:30-12:30	6月30日(木) 10:30-12:30 6月23日(木) 13:00-15:00 7月14日(日) 10:00-12:00 7月28日(木)
場所	メインロード(当日申込みもOK)	メインロード(当日申込みもOK)	メインロード(当日申込みもOK)	メインロード(当日申込みもOK)	メインロード 浜田山会議室

講座	生花	ナチュラルドライフラワー	香り	英語英教室	メイク
座	季節のアレンジ	ハートポットのバラアレンジ	ラベンダーの香りのミニスランサム	ビジネスリズムにのせて英語を喋ろう!	基本メイクから ブライズドメイク
講師	金井なな子	石田美由紀	黒米佳弘子	香村満理子	笈川喜代美
参加費	3,000円	2,500円	3,800円	1回 1,500円	1回 2,000円 浜田山(当日申込みもOK)会議室
日時	6月23日(木) 10:30-12:00	6月27日(月) 10:30-12:30	7月7日(日) 10:00-12:00	①5月13日(金)②5月27日(金) ③6月10日(金)④6月24日(金)	①5月11日(水) 10:00-12:00 1週間お休み ②5月25日(水) 10:00-11:30 眉プロポーション ③6月8日(水) はりた自分メイク ④6月22日(水) ウォーキングシェイプ ⑤7月6日(水) 小顔フェイストレーニング ⑥7月20日(水) トータルメイク 1日参加もOKです。
場所	メインロード	メインロード(当日申込みもOK)	浜田山会議室(当日申込みもOK)	浜田山会議室(当日申込みもOK)	浜田山会議室(当日申込みもOK)

定期レッスン開講
5月スタート ①詳細は中のページ

4月メインロード講習

4月20日(水)	10:30-12:00 生花 3000円	13:00-14:00 ブライズドフラワー 1800円
4月27日(水)	10:30-12:30 香りミニスランサム 3000円	13:00-14:30 生花 3000円
4月27日(水)	10:30-12:30 ビーズ ①②③④⑤ 2000円	14:00-16:00 10分小島のハブリス 2700円
4月27日(水)	10:30-11:30 ブライズドミニバスケット 2000円	13:00-15:00 トールペイント 2300円



お問い合わせ・お申し込み
090-2494-7305

①メインロード会場ではキット販売、講師作品を販売しているものもあります。

- * 各講座、電話にて先着順に受け付けています。
- * 講座開催日一週間前からのキャンセルは参加費とキットの引き換えとさせていただきます。
- * キット・商品の販売やご都合に合わせての出張講習もしております。ご予算に応じて企画・講習会・ギフト商品も承ります。PTA活動、バザー等にもどうぞ。
- * 広告掲載随時募集しております。(有料)

はーとらいん新聞はスタッフが無料で配布しています。確実に配布ご希望の方は郵送させていただきます。80円切手×4枚(一年分)を下記までお送りください。
〒168-0065 杉並区浜田山3-30-5
サンプックス浜田山内はーとらいん事務局宛

手作り作品即売会 出店者紹介

<p>青木敬子・伊川尚子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビーズアクセサリー ・アンティークアクセサリー  <p>色使いのオシャレと大切にしている“大人の女性”に楽しんで頂ける、エレガント&インテリジェンスな作品を心掛けています。</p>	<p>斎藤ゆかり・松浦晃子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビーズ・クロスステッチアクセサリー ・ガラスエッチング・ステンシル ・紙粘土(動物キャラクター)  <p>ガラスエッチング、ステンシルはナチュラルカントリーを目指した作品作りをしています。 元マンガ家の技術で紙粘土の動物キャラクターを作ります。</p>	<p>代表 戸田 塔子 他4名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・小瓶クレイアート ・皮製品・ビーズアクセサリー ・ビーズフラワー・ガラス  <p>子育てのあい間に作っています。小瓶アートは、シリーズ化で人気商品です。ビーズ、皮製品の、小物は、普段、自分が使いた、物を基本に作っています。</p>	<p>山崎糸江・黒米佳弘子</p> <ul style="list-style-type: none"> ・トルペイント ・ビーズアクセサリー ・ハートクラフト・ドライフラワーアレンジ  <p>大事に使って頂きたい。心を込めてトルペイントを描いています。 自家栽培のハーブグッズやスパイス細工のアレンジ小物等、めめらしい作品がいっぱいあります。</p>
<p>代表 渡壁 順子 他4名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・トルペイント・クレイアート ・アートフラワー・アートガラス ・ワンちゃんグッズ・ハワイアンレイ  <p>手作り品大好き仲間でお店を出します。世界に1つだけの作品を是非見に来て下さい。</p>	<p>代表 安西 久美子 他3名</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビーズアクセサリー ・トルペイント  <p>手作り好きの気心合った仲間同士での参加です。つけているだけ、見るだけで楽しく明るくなる作品です。</p>	<p>石田美由紀・森元美樹</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ドライフラワー 雑貨 ・ワイヤー 雑貨 ・ハーツワックヒソインガ小物  <p>毎日の生活の中で、さりげなく飾れる。そして、生活に溶け込んで、潤いを与えてくれるような作品を目指しています。</p>	<p>安西 早苗</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ビーズアクセサリー  <p>今回も選手からの参加です。選手の人気商品をどうぞ、ご覧下さい。</p>

はーとらいん 注目のスポット!



モダンな店構え、流れるジャズ。何やら店主の主張が感じられる。店の奥にある石臼の機械で挽きたて打ちたてのそばは、コシがあり抜群の喉ごしである。「新鮮な素材をできるだけ手をつけずに味わって頂きたい」という店主の思いは、そばのみではなく、大根、カボチャの干物などすべての食材に！居心地がよく、つい長居をしてしまう そんな蕎麦屋！「そば会席」3500円(2名様分) おすすめのコースです。



トモリそば 780円

創業30年 浜田山で唯一の豆腐屋。二代目のご主人はサラリーマンからの転身。豆腐作りには、すべて純ミネラルウォーターを使用。これが大豆の香りが際立った美味しい豆腐の秘訣。また、手作り豆腐と機械作りの豆腐とは、工程が異なるので、味も栄養価も全く違う別の物とのこと。栄養価の高い手作り豆腐は出来たてが一番。「朝晩では味が違います。是非出来たてを。」と！数年前、揚げたての油揚げを店先でばくばく粋な紳士が、「これぞ、食通！」ご主人を唸らせたお客様だったとか。



ご主人の早川さん 週2回バイクで売りに出てます!

- 川上豆腐店 ベスト5
- 1位 豆腐 150円
 - 2位 おぼろ豆腐 230円
 - 3位 油揚げ 80円
 - 4位 豆乳パン 170円
 - 5位 厚揚げ 150円



浜田山 3-33-18
TEL:03-3303-5466
営業 7:00~19:30
定休日 日曜・祝日



- 種類豊富な豆乳
- オリジナル豆乳
 - ストリート 120円
 - 濃厚黒糖 100円
 - 宇治抹茶 100円
 - ココア 100円
 - 豆乳パン 170円 大人気です!

定期レッスンカリキュラム (6ヶ月コース) 参加費は材料費込み。申し込み 090-2494-7305 場所: 浜田山会議室

初めて描く陶器のトルペイント 山崎いとえ

♡窯焼きせずに仕上がる陶器の絵付けコース。基本の単色ペイントの扱い方をレッスン。終了後も希望者には(も500)の単色絵付け(6ヶ月12回コース)洗濯容器 対応

資格取得コースあり。<6月作品> 毎月第1、3火曜 10:30~12:00 1ヶ月に2回のレッスンで1つの作品を仕上げます。

5月	ホビーのジュエリーケース	1ヶ月 (2回分) 7000円 (絵具 単付)
6月	ローズのスクエアプレート	
7月	ベリーのシェル付プランター	
9月	水仙の透かし皿	
10月	ピンコロスのミニポット	
11月	クリスマスベル	

ナチュラルドライフラワー 石田美由紀 途中の月からのスタートもOK

♡季節にあわせて基礎から応用までのコース。徐々に大きな作品も作り、花選びも指導。

<11月作品> (6ヶ月6回コース) (円)

5月	基本のポッドアレンジ	3,500
6月	吊り型トピアリー	4,000
7月	貝殻アレンジ	4,000
9月	クレセントリース	4,500
10月	キッチンスワック	4,500
11月	バスケットアレンジ	4,500

毎月第2火曜 10:00~12:00 (も500) カッター、ハサミ、木工用ボンド

香りを楽しむクラフト作り 黒米佳弘子 途中の月からのスタートもOK

♡ナチュラルな香りのあるハーブ、木の葉、スパイスなどを、使ったクラフト作りと香りの講義コース。(6ヶ月6回コース) (円)

毎月第4火曜 (10月) 10:00~12:00 (も500) ハサミ

スパイスを→ 特殊ワックで飾り付けのリースに。

5月	ハーブの寄せ植え	4,000
6月	ハーブシューズキーパー	4,200
7月	アジサイのリース	4,000
9月	クローヴのグローブ	5,500
10月	スパイス飾り花ポテン	5,500
11月	木の葉スパイスのクリスマスリース	6,000

基本メイクからダイエットウォーキング 安川喜代美 1回参加もOK

♡自分が本来もっている可能性をメイクによって引き出し、より自分らしく輝くためのコース。(3ヶ月6回コース)

毎月第2、4水曜 10:00~12:00 (も500) スタンド式鏡、眉プロ

5/11	1週間で見える素肌	1回 2,000円
5/25	自分らしい眉プロポジション	
6/8	ほりたい自分メイク	
6/22	ウォーキングでシェイプアップ	
7/6	小顔フェイストレーニング	
7/20	トータルメイク	

ちよつとひとこと

そばも、豆腐もからだに良いと注目の食品。でも、健康で長寿をめざす食事は、やっぱり美味しくなければ、明日もおいしいものが食べたい！それが、生きる意味！そんな食事ができるお店があり、お豆腐屋さんがいる。いつまでもそんな町であってほしいと切に願う筆者です。

たとえば、♪バラに囲まれた素敵なお宅がある。♪トトロのように刈り込んだ大きな木がある。♪隠れ家風のレストランがある。などなど、地域密着の情報をはがき、FAXにて募集しています。FAX: 3290-7566 宛先: はーとらいん事務局 後ページ参照

十割そば 光林

営業時間 午前11:30~午後2:30 午後5:30~午後9:00

定休日 毎週水曜日 第1・第3木曜日

浜田山駅より徒歩3分・西友パート1の裏側駐車場3台分有ります。

東京都杉並区浜田山3-27-3 TEL/FAX:03-5305-4277 (十割そばにつき出前は致しません。)

サンブックス 浜田山

浜田山駅前すぐにある本屋です。

書籍・新刊幅広く取り揃えております。お取り寄せもできますのでお気軽にお声をおかけ下さい。

杉並区浜田山3-30-5 03-3329-6156

(注) 定期レッスンの途中キャンセルはできません。参加できない場合はキットとの引き換えになります。(除メイク講座)