

MAMA style ^{◆◆}

Vol.4

横浜・川崎
子連れで行ける習い事&サロン専門誌

ママの
小さな一歩を
応援します!



ママになったその日から
世界は一瞬で赤ちゃん中心。

おっばいにオムツに沐浴、初めてのお世話にてんてこまい。
あれ?気づいたら私、今日も自分の髪をちゃんと洗えていないや。
今日、誰かともまともな会話をしたっけ。

赤ちゃんと一緒にのお出かけも
新米ママにはちょっとドキドキ。

お腹にいた時に描いていた輝かしい日々とは
ちょっとだけイメージが違ったかな…。
お仕事に復帰できる日もあるのかなあ…。

「もっと輝いていいよ!」

ふと、どこかから聞こえたような気が…。
私の中の私?それとも赤ちゃん…?

そっか…私はもっと自由でいいのかも!

赤ちゃんと一緒にいけるサロンがあって、
一瞬でも笑顔になれる自分だけの時間があって…。
すべてのママが人生を楽しむお手伝いができたら
こんなに素敵なことはない!

あの頃の私に今だから言ってあげたい。
「もっともっと、“今”を自由に楽しんで!」
ママの笑顔は、きっと赤ちゃんも嬉しいはずだから…!

「子連れで習い事や施術を受けたいママ」
「子連れOKの教室・サロンを運営しているママ」
『MAMAstyle』はどちらにも優しい冊子です。

I♥Netは、子育てをしながらもっともっと楽しみたいママを応援します。
～私(I)が、私(I)のために、私(I)らしく、つながる(Net)～



アイネットの
おもい



最寄り駅 MAP

* 51~62...出張

CONTENTS

MAMA style

つくる

- 01 nori★nori★kitchen
- 02 うちごはんラボ
- 03 わくわくキッチン
- 04 lino garden
- 05 ひだまりcafé
- 06 おたまちゃん
- 07 グランパファクトリー
- 08 Faire ma vie
- 09 MacRosa
- 10 Lotostile~ロトスタイル~
- 11 Atelier Lumiere douce
- 12 STUDIO NANCY'S
- 13 ハナノココロ
- 14 N*bouquet
- 15 ハイシークリエーション
- 16 地区わJob
- 17 わくわくマルシェ
- 18 Smile aroma
- 19 color∞infinity
- 20 セルツェ
- 21 はるなごみ庵
- 22 奏でる星
- 23 Yuan
- 24 フェアリーサークル網島
- 25 LahiLahi
- 26 ceres*tears
- 27 nailist sacco
- 28 Anahata
- 29 Bluebird
- 30 Luxe

MAMA style

教養

- 31 あおば音楽教室
- 32 ハッピーマザーミュージック
- 33 日本ママカメラマン協会
- 34 Joyful Works
- 35 Kirakira英会話
- 36 ILH
- 37 ウーマンネットアカデミー&コンサルティング
- 38 Aura Femina
- 39 yasuko style
- 40 あさのは着物着付け教室
- 41 公文網島東グランパ書写教室
- 42 生活が快適になる工夫(家事)に触れながら遊べる親子広場
- 43 網島ママサークルOHANA
- 44 おひさまライズ
- 45 NPO法人きらら らんど
- 46 花屋&カフェ ラブティフルール
- 47 ギャラリーカフェ夢うさぎ
- 48 こもればサロン
- 49 ファーストプロシード
- 50 あそびい

その他

MAMA style

出張*

- 51 子ども、家族撮影&サロン、自然なプロフィール撮影
- 52 Khalari
- 53 La fleur
- 54 mamapanthus
- 55 happpy bonb
- 56 ビューティフローヨガ
- 57 Room Do First
- 58 Blossomy*Life Labo
- 59 蔵やまと
- 60 子育て学講座
- 61 Tama's Factory
- 62 Office N

*...あなたの都合に合わせて、講座やレッスン、セラピーをしてくれる出張サービスです。

01 nori★nori★ kitchen

ノリノリキッチン

nori★nori★kitchen
ノリノリキッチン

1つのレシピが10のレパートリーに!
簡単・楽しいお料理教室

◇親子お料理教室

手軽にパパッとレパートリーが増やせて、我が家の一品
(オリジナルレシピ)を親子で作って楽しめます♪

◇子連れOK! お料理教室

プロの専任保育スタッフによる見守り保育付
お子様連れでも安心。ママはゆっくりお料理をお楽しみ
下さい♪

◇イブニング★お料理教室

◇ラク楽離乳食講座・ラクうまお弁当講座・メニュープラン
みがき講座 他



クッキングコミュニケーター 荒木典子

横浜市港北区在住。笑顔が溢れるキッチン&幸せな
時間が過ごせる食卓を提供するお料理教室を主宰。
企業へのレシピ提案・外部講師としても活動中。

¥

詳細はHPを!「ノリノリキッチン」で検索。MAMAstyle特典:初回限定 1,000円OFF / 各種イベント、サークルなどでの
ワークショップ、ご自宅やマンションの共有スペースなどでの出張お料理教室・お役立ち講座・講演承ります!人数、料金要相談。

✉

araki@nori-nori.biz (PC) nori1216kyun14momo224@docomo.ne.jp(携帯)

TEL

090-4609-1407

URL

http://nori-nori.biz/

クッキング

単発レッスン

教室

子連れOK

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩12分

02 圧力鍋のお料理教室 うちごはんラボ

うちごはんラボ

アツリョクナベノオリョウリキョウシツ
ウチゴハンラボ

来ればきっと圧力鍋が大好きになる

圧力鍋をとことん使いこなせるようになる、圧力鍋専門
のお料理教室です。メーカーにこだわらず、あなたの圧力
鍋にあわせてアドバイスさせていただきます。圧力鍋を
上手に使えば、料理が簡単でおいしく、家族も笑顔になり
ますよ。



圧力鍋研究家 さいとうあきこ

圧力鍋協議会公認 圧力鍋研究家。主婦目線で、
日々の生活に役立つ圧力鍋料理を紹介している。
化学調味料に頼らず、素材の味も生かした作りやすい
レシピが大好評。メディア提供あり。

¥

毎月替わりのメニューをご紹介します。開催日程はブログをご覧ください。
受講料 1回5000円(お得な回数券もあります。27,000円/6回)

✉

akimikan2012@gmail.com

URL

https://www.facebook.com/utigohan/

TEL

090-1151-5909

BLOG

http://ameblo.jp/utigohan-labo

クッキング

駅近

単発レッスン

教室

子連れOK

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩5分



わくわくキッチン

マクロビオティック家庭料理教室

ワクワクキッチン マクロビオティックカティリョウリキョウシツ



03

子連れ大歓迎！ 入会金・年会費なし
いつでも好きな時にいらしてください

◇家庭料理に特化したマクロビオティックのお教室です！
どこの家庭にもある食材で、簡単に美味しく作れる料理、
毎日、作り続けたい料理を、ご紹介しています。

◇幼いお子さんを育てているママ達にこそ来ていただきたい！
天然素材のお部屋で、保育者が、お子さんが楽しく遊べる
お手伝いをします(保育料はいただいていません)。

◇マクロビオティックは、自分らしく生きるためのツールの一つ！
料理以外の講座、健康陶器のアウトレット半額販売会等
も随時開催しています。



北川美智子

早産流産早産の後、マクロビオティックを実践すること
で3人目からは臨月で産むことに成功する。20kgの減量
にも成功。リマ・クッキング・スクール師範科修了。体験
を活かし、2003年よりわくわくキッチンを開く。

¥ 家庭料理教室 毎月 中川教室で2回(5,000円)大倉山教室で1回(4,500円) サンエフ健康陶器アウトレット半額販売会 年2回
子どもの心と身体を育む食の講座、障がい児のママのためのサロン、お好みのテーマでの料理教室など、リクエスト大歓迎！

✉ michiko@wakuwaku-kitchen.info URL <http://wakuwaku-kitchen.info/>
TEL 045-912-0616 BLOG <http://ameblo.jp/wakuwaku-k/>

クッキング 単発レッスン 教室 子連れOK キャンセル料なし

ACCESS 横浜市営地下鉄ブルーライン中川駅 徒歩8分
東急東横線 大倉山駅 徒歩1分



クッキング&アロマスクール

lino garden

クッキングアンドアロマスクール リノガーデン

04

主婦こそ輝く お料理とメディカルアロマで
Happy life!!

幸せに暮らしていく為には、きってもきれない、お料理と
メディカルアロマを、生活の中に上手に楽しく取り入れて
いく事で、ワンランク上の、その人にあったHappy lifeを
実現するお手伝いをしています(^-^)/

お薬に頼り過ぎず、ナチュラルな方法で家族の笑顔と健康
をサポートしたい方、子育てに行き詰まりを感じている方、
生活をイキイキと張りのあるものにしたい方、日々役立つ
趣味が欲しい方へのアドバイスや、資格を取得し、お仕事と
してメディカルアロマを活用したい方には完全サポートも
行っています!!



矢嶋有香

栄養士学校、調理師学校卒業後、某有名料理教室に
て10年勤務後、自宅お料理教室を開催。出産を機に、
安心・安全で心と体のケアが出来るメディカルアロマ
の可能性に驚き、素敵に輝きたいママを応援。

¥ 季節のお料理教室4,000円 ※小学生以上のお子様連れ(+500円)/デトックスランチ勉強会 4,500円(アロマタッチ体験+メディカルアロマランチ)
/メディカルアロマ教室 2,500円~/アロマタッチテクニック(60分) 4,000円(オイルトリートメント)/JEOS協会認定講座エッセンシャルオイルアド
バイザー取得(ディプロマ、教材費、オイル3本代込み)5時間15,000円/詳細はHPを!/MAMAstyle特典:500円OFF

✉ <https://ws.formzu.net/fgen/S71914819/>
URL <http://cookingandaromaschool.jimdo.com/>

BLOG <http://ameblo.jp/yuinachan2>

クッキング 教養 単発レッスン 資格取得 子連れOK ACCESS 東急田園都市線 宮崎台・宮前平・鷺沼 バス10分(駐車場あり)

05 ひだまりcafe

子連れで楽しむ巻き寿司&デコもち教室

コブレデタノシムマキズシアンドデコモチキョウシツ
ヒダマリカフェ

家族を笑顔に!

かわいい巻き寿司&オモチで楽しい食卓♪

かわいい柄が楽しい、巻き寿司とデコもちの教室です。忙しい育児の毎日の中で、ちょっとホッと時間を提供できればと、小さなお子さま連れのママさん歓迎しています(単身の方ももちろん大歓迎!)。赤ちゃんが泣いてもみんなお互い様ですから大丈夫ですよ。

その場にあるだけでみんなが笑顔になるかわいい巻き寿司やデコモチは、ひなまつりや子どもの日、運動会、遠足、お誕生会に持ち寄りパーティまで大活躍です。

ご希望の方には資格が取れる認定講座も開催しています。



稲垣多佳子

日本デコずし協会認定マイスター、デコもちアソシエイツ認定講師。子連れで行ける場所を!と、2010年に自宅を教室を開く。3人の子育てながら、教室や名前の鑑定、レンタルスペース運営など幅広く活動。

¥ 巻き寿司レッスン3,800円~/パーティ寿司レッスン&いなりレッスン3,500円/名前のことだま鑑定6,000円~/日程は毎月のメルマガやブログにて。「日本デコずし協会認定講座」「デコもちアソシエイツ認定講座」も子連れOK。

✉ hidamari-cafe@email.plala.or.jp Facebook hidamaricafe.okurayama
TEL 090-1553-2990 BLOG http://ameblo.jp/hidamarimaking/

クッキング 単発レッスン 教室 キャンセル料なし 駅チカ ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩5分

06 つぶつぶkitchen おたまちゃん

ツブツブキッチンオタマちゃん



おいしいベジタリアン料理つぶつぶで
楽ちん子育て始めませんか?

提案したいのは20年以上実践されてきた「つぶつぶ流子育て」です。料理が変われば子育てが楽になります。たとえば、スーパーのお菓子売り場に立ち止まらなくなるとか(笑)



本多恵津子

フウ未来生活研究所公認つぶつぶマザー、ベジタリアンアドバイザー。「私らしく輝いて生き、ニコニコ家族を増やしたい!」そのためのツールとしてのおいしいベジタリアン料理つぶつぶの心と技を伝えています。

¥ つぶつぶ料理体感会 参加費3,000円
つぶつぶ料理&ノンシュガーおやつレッスン 参加費3,000円より

✉ ibu.etsukokh@gmail.com
TEL 090-6187-5537
Facebook 本多恵津子
BLOG http://ameblo.jp/tsubutsubuotama/
ACCESS JR南武線 稲田堤駅 徒歩 15分

クッキング 単発レッスン 教室 子連れOK 土日祝日

おうち起業コラム1

ママの起業とは?

ママになってから起業をした人も、MAMAstyleにはたくさん載っています。その多くは「おうち起業」や「プチ起業」と呼ばれる、小さな規模で始めていくものです。小さな子どもがいると新たに就職することはもちろん、独身時代のようにバリバリ働くのは無理なこと。育休後の復職も「思っていたよりずっと大変…」と感じる方も多いでしょう。おうち起業は一から自分で始めるので、もちろん責任がとれない大変なことも多いですが、何より好きなことや趣味を仕事にできる喜びや楽しみがたくさんあります。おうち起業をしてみたい方は、ぜひ先輩ママさんの教室やサロンにおでかけしてみてください。自分自身のイメージもどんどんふくらんでくること間違いなしです。



グランパファクトリー 07

グランパファクトリー

編めるようになる! 教えられるようになる!
毎日がHAPPYになっちゃう
編みもの教室&レンタルスペース

◇編みもの教室(資格取得可)

編みものが好き! やりたい! という気持ちを大切に、可能性をひろげるお手伝いをします。編みものを試してみる、とことん楽しむ、資格を取り教えられるようになる、どれでもOK! お子さま連れでも、おひとりでも丁寧にお教えます。

◇レンタルスペース

教室やサロン、講座やイベントなどいかがですか? 手作り作家さんは作業や作品の撮影もOK。入口前での屋外販売や移動車販売が可能。



花村きみよ

子育て中のママの夢と活動を応援しています! パフェプロジェクトマイスター/ヴォーグ学園かぎ針編み認定講師/楽習フォーラムクロッシェカフェ本部専任講師/ジュエリークロッシェ認定講師など多数。

¥ 各種料金、日程、詳しくはHP、ブログをご覧ください。
MAMAstyle特典: 初回限定500円OFF

✉ gf7@kzc.biglobe.ne.jp
TEL 045-541-7047

URL <http://granpafactory.jimdo.com/>
BLOG <http://ameblo.jp/yuizoumamatti/>

ハンドメイド 単発レッスン 資格取得 教室 子連れOK

ACCESS 東急東横線 網島駅 徒歩12分



末吉真由美

子育て中に植物の力に魅了される。外資系化粧品会社を退職後、植物の恵みを取り入れた暮らしを送る体験を元にアロマ・ハーブのライフスタイル教室を主宰。2016年4月、アトリエを新規オープン。

ライフオーガニック教室&アトリエ

Faire ma vie



08

ライフオーガニックキョウシツ&アトリエ フェール・マ・ヴィ

恋する石けんと植物を
暮らしにいかず手立てが学べるアトリエ

暮らしの質を向上させるアロマ・ハーブの育て方、使い方が習得でき、キッチンにある材料をプラスして、自分にあった手作り石鹸・化粧品を作ることが学べます。

季節や体調・肌に合わせて、1つ1つの原料選び、処方の組み立て、オリジナル手作り石鹸、化粧品の知識と技術/植物療法/暮らし化学 など。

また、魅力的な自宅教室を開きたい方のための開業・運営講座も開催しています。環境(食事、家族、植物)に意識を向け、五感を開きながら自分を満たし、家族に還元! そんなミセスオーガニックを応援しています。

¥ オープンデー(単発) 毎月第2・4水曜日/恋する石けん入門コース6回 クラス制/恋する石けん探究コース12回 クラス制
ライフオーガニクスレッスン(1クール3ヶ月x4)/アロマ・メディカルハーブ検定対応コース など。

✉ mail@fairemavie.com
Facebook <http://facebook.com/fairemavie>

URL <http://fairemavie.com/>
BLOG <http://kurashi-aroma.com>

ハンドメイド 教養 資格取得 教室 親子向け

ACCESS 東急東横線・JR 菊名駅 徒歩2分

09 MacRosa

マックローザ

花と粘土の「食べたくなるような花レッスン」を始めませんか？

生花フラワーアレンジメントの基本形や、ギフト用アレンジメント、ウエディングブーケなどの他に、粘土を使ったフェイクケーキや人気のマカロンタワーを含む全20回のレギュラーコースを中心に、単発ワンデーレッスンなどMacRosa独自のカリキュラムあり。特に粘土を使ったフェイクスイーツレッスンはどこにもないMacRosaのオリジナルで自信作！習った時から誰かにプレゼントしたくなるような作品作りをしています。その他にも様々な先生とのコラボや、お友達の輪を広げるお茶会なども開催。MacRosaに来たら楽しい！を目指して活動中。お気軽に遊びにきてください！



中谷 弘美
フラワーアレンジメント教室 MacRosa 主宰。講師歴20年以上。現在センター南で「食べたくなるような花レッスン」として花と粘土をコラボさせたオリジナルなレッスンを開講中。

¥ 基本的に火・水・木 10:30~15:00 *その他の曜日はお気軽にご相談ください。月1回土曜日レッスンも！（お子様連れご相談）
体験3,000円(材料費込)/単発3000円(材料費別途)/レギュラー月1 3,000円(材料費別途)/レギュラー月2 5,000円(材料費別途)

✉ macrosa163@gmail.com URL <http://mac-rosa.biz/>
TEL 045-944-0863 Facebook <https://www.facebook.com/macrosa/>

ハンドメイド 体験レッスン 教室 親子向け 土日祝日 ACCESS 横浜市営地下鉄 センター南 徒歩3分

10 Lotostile

～ロトスタイル～
ロトスタイル



表札作りに最適！素焼きタイル絵付けのおうちアトリエ&出張レッスン

世界で一つのオリジナルのモノづくり。スペインの伝統技法で素焼きタイルに絵付けをします。焼成すると、ぽっこり凹凸と光沢が生まれ、色鮮やかなタイルに。生活雑貨としても暮らしに彩を添えてくれます。デザイン多数！オリジナルデザイン制作可。道具類貸出。

◇体験者の声

「2時間があっという間！」「スポイト作業にハマりました♪」
「配色による印象の変化が面白い！一期一会の焼き上がりが待ち遠しい」「テンプレートがあるので絵が苦手な私でも大丈夫でした。次はオリジナルにチャレンジしたい。」



橋口加奈子
2002年よりスペインタイル絵付けを学ぶ。他教室での講師・デザインスタッフ・各カルチャースクール担当講師を務める傍ら、オリジナル作品も制作。2010年よりスペインタイルにオリエンタルスタイルも取り入れる。

¥ 日程はブログをご覧ください。応相談。/レッスン料:2800円(1回2時間)+材料費・焼成費/3名様以上で出張レッスン致します(＋交通費実費)※主催者様お値引あり/MAMAsyleを見てお越しいただいた方300円引きします。(初回限定)

✉ lotostile@gmail.com Facebook <https://www.facebook.com/lotostile>
BLOG <http://ameblo.jp/lotostile/> 販売サイト <https://minne.com/lotostile>

ハンドメイド 体験レッスン イベント ワークショップ キャンセル料なし ACCESS 東急田園都市線 たまプラーザ駅 徒歩10分



Atelier Lumiere douce

アトリエ リュミエール ドューチェ



11

【田園調布】家族と共に幸せに暮らす カルトナーージュ・フラワークラフト

Lumiere douceとは、フランス語で「優しい光」を表します。この言葉のように、優しい光がご家庭に差し込むような空間創りをご提案。

「家族と共に幸せになる暮らし」をコンセプトにレッスンを随時、開催しております。

不器用な方でも丁寧にご指導いたしますので、お気軽にお問い合わせください。



三上菜緒実

学生時代に草花を、出産を機にアーティフィシャルフラワー、プリザーブドフラワー、ソラフラワーを学ぶ。同時期にISA国際スクラップブック協会久米美子先生に師事。1級エグゼクティブインストラクター取得。2015年カルトナーージュサロンLux Time認定講師取得後、認定校開校。

¥ 詳しくはHPやBlogをご覧ください。

✉ info@lumiere-douce.com

URL <http://www.atelier-lumiere-douce.com>

BLOG <http://ameblo.jp/atelier-lumiere-douce>

Facebook [Atelier-Lumiere-douce-152721888264570](https://www.facebook.com/Atelier-Lumiere-douce-152721888264570)

ハンドメイド 単発レッスン 資格取得 子連れOK キャンセル料なし

ACCESS 東急東横線 多摩川駅 徒歩5分



STUDIO NANCY'S

スタジオナンシーズ



12

DECOクレイアートと 初心者向けパソコンのお教室です。

スタジオナンシーズは2004年に初心者向けパソコン指導の教室としてはじまりました。途中クレイアートとの出会いがあり教室を開講、皆さまが笑顔になる時間をお作りできるよう活動しています。クレイアートクラスではDECOクレイクラフトアカデミーの粘土を使って様々な作品を作ります。ふわふわの粘土は触っているだけで心が穏やかになります。講師資格取得も可能です。パソコンクラスでは初心者の方々にはわかりやすくお教えします。ご自身のやりたいことができるお教室です。お気軽にお問い合わせください。



小杉有子(なおこ)

スタジオナンシーズ主宰/初心者向けパソコンクラスの開講/DECOクレイクラフトアカデミー公認講師/横浜市教育委員会パソコン指導ボランティア/一般社団法人日本盆景協会 理事

¥ 開催日程要相談。土日祝可/クレイアート1回2H程度 2500円(材料費別)/講師コース 2500円~/体験レッスン 2000円(単発以外は本部へ入会金要)/パソコン個人レッスン(1H2000円)出張レッスンOK。キッズスペース・駐車場有。<MAMAStyle特典>初回受講料500円OFF

✉ info@s-nancys.jp

BLOG <http://ameblo.jp/pc-clay/>

TEL 045-430-3891

Facebook www.facebook.com/studio.nancys

ハンドメイド 教養 資格取得 子連れOK 駐車場あり

ACCESS 東急東横線 妙蓮寺 徒歩11分

13 ハナノココロ

ハナノココロ



花で暮らしをリフレッシュ

生花・プリ・アートなど、月ごとに色々な素材を使ったレッスンが楽しめます。広々としたマンション集会室で、4人位までの少人数レッスンです。アットホームな教室ですので、気軽に体験お申込みください。



宮嶋孝枝

NFA協会 チーフデザイナー。自宅マンション集会室にてフラワーアレンジメント教室ハナノココロ主宰。ナチュラルで可愛いアレンジを中心に提案。手軽に気楽に、お花で楽しくリフレッシュ♪

¥

毎週木曜日 10時～ 他曜日(火・金など)応相談
レッスン料(花材費込):3,500円 ※内容により変更
MAMAstyle特典:体験レッスン1,000円OFF

✉

hananococoro919@gmail.com

LINE

hananococoro

BLOG

<http://ameblo.jp/hananococoro/>

ACCESS

東急東横線・JR 菊名駅 徒歩10分

ハンドメイド

単発レッスン

体験レッスン

資格取得

子連れOK

14 N*bouquet

エヌ・ブーケ

植物のチカラで癒されるおうちお花教室

お花は華美で贅沢...ではなく、自然をとり入れる一つの手段。1年を通じて、アジサイにはじまるシックで上品な色あいの花合せや、花や葉の香りまで大切にしたい、季節の楽しみをお伝えしています。明日にもできそうなリアルな花あしらいで、お家にいる時間が長い女性を応援します!



鈴木則子

自身の結婚式で花の魅力に気づき、各種デュプロマ取得。子育てママに向け自宅レッスンを展開。AEA認定アロマセラピーインストラクター取得後、香りも大切にしたい花あしらいを提案。

¥

季節を彩る花飾り 単発レッスン¥4,500
(材料費・ティータイム込み) など各種レッスンあり。
詳しくはブログ・HPからお問い合わせください。

✉

nbouquet87@gmail.com

URL

<http://n-bride.ocnk.net/>

BLOG

<http://ameblo.jp/n-bouquet/>

ACCESS

東急東横線 大倉山駅 徒歩7分

ハンドメイド

教養

単発レッスン

イベント

子連れOK

15 ハイシー
クリエーション

ハイシークリエーション



ハイシーに加入して活動の幅を広げませんか?

横浜市・大和市・町田市を中心に活動している手づくり作家、講師、セラピストが46名が在籍。共に切磋琢磨しながら活動しています!
(2016年8月現在)



伊藤直美

ハンドメイド好きが高じて「手づくり作家支援 hide&seek」を主催。46名の作家、セラピストの活動支援とイベント主催、プロデュース等。グラフィックデザイナー、三姉妹の母。

¥

作家、セラピスト活動の中で共に助け合い、向上し合える仲間との交流を大切にしています。主催イベントや各種レッスンの詳細は「ハイシークリエーション」で検索してください!

✉

hide.and.seek0108@gmail.com

TEL

090-7733-3412

URL

<http://hideandseek0108.jimdo.com>

LINE@

@cya8091t

ACCESS

東急田園都市線 南町田駅 バス15分

ハンドメイド

単発レッスン

教室

イベント

ワークショップ

16 地区わJob

チクワジョブ



神奈川県!子育てHAHAの好きを仕事に

「地区わJob」は神奈川県内でスキルも生かして活動しているHAHAのグループです。ソーイング/フラワーアレンジ/アロマ/整体/写真/ベビーマッサージ/食育/ネイル/スクラップブック/ヨガ/クラフト/子育てアドバイス/保育 ブログより個々の活動もチェックしてくださいね♪



石川澄江(sumi)

「地区わJob」は子育て支援拠点:かなーちえから発足しました。地域(地区)の輪(わ)でお仕事(Job)しよう!というグループです。神奈川の子育てがもっとHAPPYに!と活動中。

@

神大寺地区センター第2水10~14時/神奈川中学校コミュニティハウス第1金10~12時/三ツ沢下町 おかげさま亭
子育て広場火・水・木10~14時

✉

chikuwa_job@yahoo.co.jp

Facebook

地区わjob-1607810776201840

BLOG

<http://ameblo.jp/chikuwa-job/>

ACCESS

JR・東急東横線・横浜市営地下鉄 東神奈川・大口・子安・白楽・反町/片倉

美容

ハンドメイド

教室

イベント

子連れOK

17 わくわくマルシェ

ワクワクマルシェ



ママ達の毎日がより輝くものに!

手作り作家さんとお客様がふれ合う場を大切にしています。子育て中のママ達が限られた時間の中で一生懸命作った作品を販売する場所を提供させて頂き、「ママ達の毎日がより輝くものに!」と、願っております。子ども向けマルシェ「わくわくきっずマルシェ」も開催しております。



わくわくマルシェ

元々大倉山エルム通りにあった「街カフェ・ミエル」内にレンタルボックスがあり、手作り作家さんの作品を販売。そこから飛び出し、作家さんとお客様がふれ合うことが出来る場をマルシェとして提供中。

¥

「わくわくマルシェ」大倉山おへそで月1回開催
その他、多数イベントに参加しています(平均月2回)
「わくわくきっずマルシェ」不定期開催(年3回程度)
詳しくはFacebookやブログをご覧ください。

✉

miel_marche@yahoo.co.jp

Facebook okurayama.wakuwaku.marche/

BLOG http://blogs.yahoo.co.jp/miel_marche

ACCESS 東急東横線 大倉山駅周辺で主に開催

ハンドメイド イベント ワークショップ 子連れOK

18 Smile aroma

スマイルアロマ

笑顔をつなぐアロマ&手作り石けんの教室

アロマセラピーや石けん作りを通じて笑顔をつなぐ…をテーマに、友達の家遊びに行くような気軽さで通える教室。オリジナルの個性的なアロマクラフトレッスンは「他にはない」と大人気!石けんレッスンは、デザインコースが人気です。



坂巻知子

JAA認定インストラクター、AEAJ認定インストラクター他各種資格習得。2013年JAA主催アロマクラフトコンテストにて「香りのヘアアレンジ」が最優秀賞を受賞。

¥

レッスン料1,500円〜 /平日 午前10時半〜午後13時半〜
/休日 午後13時〜 ご都合に合わせて通えます。
レッスン予約可能日は、ブログをご覧ください。

✉

tomosmilearoma@gmail.com

URL smilearoma.suuhun.com

Facebook tomoko.smilearoma

BLOG http://ameblo.jp/tomo-aromama/

ACCESS 相鉄線 平沼橋 徒歩1分

美容系 ハンドメイド 土日祝日 子連れOK 駅近

おうち起業コラム2

好きを仕事に

子育てしながら仕事をしたい!というあなた、どんなことを仕事にしたいですか?せっかく始めるなら好きなことを仕事に結びつけられたら…そんな願いが叶うのがおうち起業というスタイルです。小物や洋服の手作り、写真や占いなどの趣味を深めますか?フラワーアレンジメント、アロマセラピー、マッサージ、お料理など、協会が認定する資格を取ってみませんか?さらにステップアップして教えることも学んでみませんか?エステティシャン、SE、プログラマーだった、企業の経理をしていた、金融機関で働いていた…など、出産前のお仕事の経験を活かしますか?ぜひ、第1号のお客様、生徒さんと接するご自身を想像してみてください。きっと笑顔で輝いていることでしょう。

19 color∞infinity

カラーインフィニティ

マンネリカラーを卒業して、コーディネート無限に広げませんか?

忙しいママでもキレイに輝きたいもの。似合う色を知ると、マンネリコーデが解消!日々の時短や無駄買いゼロで経済的!シミ・シワ・法令線が目立たずキレイにセンス良く見え、自信が持てます!自分らしくオシャレに輝く色・ファッション・メイク・インテリアなどの秘訣を教えます!



諸泉和美

カラーの認定資格各種取得。講座には幅広い年齢層が参加し、衣食住、日常にあふれる色使い…知っているようで知らない、色の活用方法、色の効果、カラーコーディネートを楽しんでいます。

¥

候補日3日をお知らせください。詳しくはブログにて。
MAMAstyle特典:プレミアムコース 2,000円OFF
検定講座も行っています。

✉

color.infinity1123@gmail.com

BLOG http://ameblo.jp/color-happy-plus/

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩5分

美容系 教養 体験レッスン 資格取得 子連れOK

20 親子のための コミュニケーションタッチスクール セルツェ

オヤコノタメノコミュニケーションタッチスクール セルツェ



10分で補う親子のコミュニケーション不足。
心も体も健康になれる♪

子どものアレルギーや喘息、季節の変わり目の体調不良など、体の不調は心も関係しています。「アレルギー治療は薬に頼ってるけど、本当に飲み続けてOK?」と思いませんか?セルツェでお伝えするアロマセラピー、リフレクソロジー、腸もみなど自然療法でできる家族へのコミュニケーションタッチで自分も家族も幸せに♪

「初め恥ずかしがっていた9歳男の子も今はママのコミュニケーションタッチがお気に入り。ママにもしてくれます!」
「クラスが変わって口数少なくなった10歳女の子。ママのタッチで、少しずつ会話を楽しめるように♪」



廣田美絵子

次女出産後にリフレクソロジー、アロマセラピーの資格取得、念願の自宅サロンを開業。子どもとのコミュニケーションタッチで、皆が健康で笑顔になれ、未来が平和になることを願って活動中。

¥ 子供にもできる腸もみセラピー5,000円/他講座詳細はブログまたはHPをご確認ください。各講座、子ども連れOK!
MAMASstyle特典:サロンメニュー10%OFF

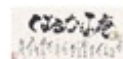
✉ serutuxe_info@yahoo.co.jp URL <http://www.serutuxe.com/>
TEL 090-9010-9941 BLOG <http://ameblo.jp/anasutasia-miu/>

リフレ 体験レッスン 資格取得 子連れOK 大人向け

ACCESS 横浜市営地下鉄グリーンライン 日吉本町 徒歩5分

21 ヒーリングリラクゼーションサロン はるなごみ庵

ヒーリングリラクゼーションサロン ハルナゴミアン



女性の悩みを笑顔に変えるお手伝い
やさしいタッチケアで心と身体のお手当て

思春期・妊娠・出産・更年期。さまざまに変化していく女性のライフステージ。そんな中で自分を大切に、もっと自分を好きになってほしいから。本来の自分らしさを発揮しやすく、女性の悩みを笑顔に変えるお手伝い!

◇ココロとカラダのお手当て

産前産後ケア/クラニオ/リフレクソロジー/ロミロミ

◇ストレッチクラス 産後から育児中、更年期へ向けて
自分と向き合い居心地のいいカラダ作り

◇出張施術あり。



さとうゆりこ

代替療法や人間の自然治癒力・自己免疫力・調節力の力を知り、様々な治療技術を習得。自身の結婚・妊娠・出産・育児や産院での経験から、「触れる」大切さに気づき、現在クラニオセイクラルセラピー(頭蓋仙骨療法)など勉強中。

¥ 営業日 月・金・土…浅川産婦人科医院出張施術(入院患者さま専用)
月・火…10~13時、水・木…10~17時、土日…要相談

✉ harunagomian@gmail.com URL <http://harunagomian.webnode.jp/>
TEL 090-4624-8945 Facebook harunagomian

リフレ ワークショップ 体験レッスン 子連れOK サークル ACCESS JR鶴見駅 バス7分



大田智代美

マタニティケア・クリスタルボウルセラピスト。大学生と小学生の母をしながら自宅サロンで活動。産前産後のママと赤ちゃんのお世話(ドゥーラ)やシッター、NICU赤ちゃん抱っこボランティア活動も。

マタニティケアサロン☆

奏でる星

マタニティケアサロン☆カナデルホシ

22

産前産後を上手にのりきるための
サポートをいたします(出張可)

自宅サロンにてマタニティさん・産後ママさん向けのオイルを使用したマッサージケアを行っています。
首の痛み・肩こり・腰痛・下半身の疲れ・冷え性等の症状緩和をサポートいたします。

お仕事を頑張ってきて体のあちこちがお疲れの妊婦さん、初めての妊娠でドキドキの妊婦さん、上のお子さんの子育てで疲労困憊の妊婦さん、産後の寝不足と授乳で体がパンパンのママさん、皆さんお待ちしておりますね。

¥ マタニティマッサージコース 120分 12,000円/産後ママのための全身すっきりケアコース 120分 12000円/ママのためのDRT整体ほぐしコース 60分 6,000円 *全てカウンセリング・お着替え込み。空きはブログで確認を。土日可。出張OK。MAMAStyle特典:初回ご予約時絵のプレゼント

✉ chomi.bigrice@gmail.com TEL 080-4800-9257 BLOG <http://ameblo.jp/kanahoshi-mama/>

リフレ 土日祝日 子連れOK キャンセル料なし 駐車場あり ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩10分



甲斐康子

NPO法人日本マタニティ整体協会認定セラピスト。11歳(女の子)、7歳(男の子)の子育て中です。地域の赤ちゃん広場にて読み聞かせも月1でボランティアとして活動中。

マタニティ整体 横浜港北店

Yuan

マタニティセイタイ ヨコハマキタテン ユアン

23

ママ&女性のためのボディケア託児付きサロン
骨盤ケアからはじめる姿勢改善!

自宅サロンで産前産後のママの体と心のケア専門に行っています。ママの体は妊娠～出産～子育てと、赤ちゃんを育てるため変化していきます。育児書のようにいかない子育て、寝不足やからだの疲れ・痛み。Yuanでは心に寄り添いつつゆっくりと体のケアをします。一人ひとりに合わせたエクササイズで骨盤ケアから姿勢を整えます。日々の生活習慣や動作(立つ・座る・歩く)を調整し、つらい腰痛や肩こりを改善してみませんか?子育て経験豊富な託児スタッフによる見守り保育つき。ママはゆっくりケアを受けることができますよ。すべての女性が笑顔で素敵な日々をすごせますように。

¥ 女性専用サロン、託児あり、完全予約制
詳細はマタニティ整体Yuan公式ホームページをご覧ください。

✉ kohoku@ms-kanagawa.net URL <http://www.ms-kanagawa.net/yokohamakohoku/>
TEL 090-1451-5241 BLOG <http://therapist-yuan.seesaa.net/>

美容系 子連れOK キャンセル料なし 駅チカ ACCESS 横浜市営地下鉄グリーンライン 高田駅 徒歩3分

24 バレエスタジオ フェアリーサークル 綱島

バレエスタジオ フェアリーサークルツナシマ



親子で楽しめる2歳からのバレエ♪

綱島東に新規開講!クラシックバレエのお教室です。2歳から親子で楽しめるバレエリトミック、4歳からは基礎を丁寧に学べるバレエクラスがあります。音楽やリズムに親しみながら、美しいバレエを通して集中力を養い、明るく楽しくレッスンしましょう。どうぞお気軽にお問い合わせください♪



鍋谷明(なべやあき)

バレエ、ジャズダンス、タップ、音楽と研鑽をつみ劇団四季にて15年舞台を勤める。退団後バレエ講師として幅広い年齢を指導。2児の母。親子バレエやママのためのストレッチ、バレエリトミックなど活動中。

¥ 水14:15~15時バレエリトミック(ママと一緒に参加可。2歳~)/水15~16時こどもバレエ1(4歳~)/水16~17時こどもバレエ2(7歳~)
※フェアリーサークル下丸子教室 土10~11:15おとなバレエ(子連れOK) 体験レッスン1,000円 入会金5,000円 月謝6,000円

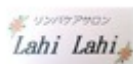
✉ aki-sachiko@hotmail.co.jp URL <http://balletfairycircle.web.fc2.com/tunashima.html>

スポーツ 体験レッスン 教室 子ども向け 親子向け

ACCESS 東急東横線 綱島駅 徒歩7分

25 リンパケアサロン LahiLahi

リンパケアサロンラヒラヒ



リンパでキレイ&元気なママになりましょう

リンパを流してむくみを解消、免疫力をアップしませんか?自宅サロンにて肩こりや腰痛、冷え性改善、しわ・シミ・むくみ・たるみなどエイジングケアを施術。サロン名のLahiLahiはハワイ語でかわいいを意味します。リンパを流してかわいいママになりましょう。



若林悦子

(社)日本リンパ協会認定リンパセラピスト・リンパマスター。2児の母。リンパケアをはじめ平熱が一度以上上がり、冷え性改善、体調が整いました。たくさんの方にケアを体験して欲しいです!

¥ 女性限定・完全予約制30分3,000円~(リピーター割引有)リンパのセルフケアを学びたい方、日本リンパ協会認定のリンパ講座を開講しています。詳細はブログにて。

✉ ekosappon5127@gmail.com

TEL 090-2748-8751

BLOG <http://ameblo.jp/ew-lahilahi/>

ACCESS JR横浜線・東急田園都市線 長津田駅 駅まで送迎あり

美容系 リフレ 子連れOK 車OK

26 ceres*tears

セレス*ティアーズ



お顔のむくみを解消!小顔になれるサロン

アロマを使ったヘッドセラピーやレインドロップの施術、手作り石けんなどのワークショップを開催しています。何となくの不調や頭痛肩こり睡眠不足などの、脳の疲れを改善し、毎日楽しく過ごして頂くお手伝いをします☆



千葉美幸

音楽事務所の経理に10年以上従事。身体の疲れからアロマやヒーリングを学ぶ。子育て中にヘッドセラピーに出会い、頭のスイッチが切替わる経験に感動し、施術や伝える活動をスタート。一児の母。

¥ 詳しくはブログ&HPをご覧ください。MAMASstyle特典:アロマヘッドセラピー15分延長または手作り石けん1つプレゼント。

✉ ceres_noa@yahoo.co.jp

URL <http://cerestears.jimdo.com/>

BLOG <http://ameblo.jp/ceres-tears/>

ACCESS 東急東横線 綱島駅 徒歩10分

美容系 リフレ ワークショップ 子連れOK



nailist sacco 27

ネイリスト サッコ

指先までお手入れが行き届くサロン

自宅の1室を専用のスペースにしてネイルサロンを運営しています。超最先端なデザインや、ゴージャスな内装でセレブ気分を味わえるサロンではありませんが、忙しいママさんのために、日常のちょっとした贅沢な時間を提供いたします☆意外と爪は見られています。ランチ会、女子会、授業参観、お出かけに、「シンプルだけど大人カワイイ」ジェルネイルで、いつもキレイにしているママさんになっちゃいましょう☆サロン内で、可愛いハンドメイド雑貨も販売しています。詳しくはHPをご覧ください。



辻本咲子

小学生姉妹をもつ、ママネイリストです。子育てしながらスクールに通い、サロンで即戦力になる資格を取得。今年度6月には日吉7丁目に姉妹店をオープン。幅広い年齢層の方にご来店いただいています。

¥ ジェルネイル ハンド ¥3,980~¥5,980/フット ¥4,980~¥6,980/当店ジェル付け替え ¥0/他店ジェルオフ ¥980
月~土9~17時(最終受付16時) 空き状況はHPに掲載。

✉ nailistsacco@gmail.com

URL <http://nailistsacco.crayonsite.net>

TEL 050-3699-0657

BLOG <http://nailistsacco.amebaownd.com>

美容系 土日祝日 キャンセル料なし 大人向け

ACCESS 横浜市営地下鉄グリーンライン 日吉本町 徒歩9分

28 Anahata

リラクゼーションヨガ

リラクゼーションヨガ アナハタ



お子様連れOK少人数制のオーダーメイド
ヨガクラス&タイ古式マッサージ

自分の体に目を向ける時間、作りませか?肩こりな人ほど日常で力が入ったまま生活しています。余分な力を手放し快適な体の状態を味わいませんか。おうちスタジオでゆったりアロマの香りに包まれながら、ヨガ&タイ古式マッサージで心と体にスペースを!安定期のマタニティさんご利用可!



YORIKO

2児の母。マッサージサロンで働きながらヨガに出会い11年。ヨガ指導歴6年。独自のヨガ+タイ古式マッサージクラス好評で、出張クラスも多数開催。ヨガはじめての方もリピーター多数。

¥ 一般ヨガクラス90分2,200円/ヨガ+タイ古式マッサージ90分3,000円/子連れOKヨガ60分1,700円/子連れOKタイ古式マッサージ3,500円~など。日程はブログをご覧ください。

✉ kirarapakira0506@yahoo.co.jp

BLOG <http://ameblo.jp/yoga-anahata/>

ACCESS 東横線東白楽駅・JR東神奈川駅・横浜市営地下鉄ブルーライン片倉町駅からバスあり バス停から徒歩3分

リフレ スポーツ 単発レッスン 子連れOK キャンセル料なし

29 Baby&Mama Bluebird

Baby&Mama

ベビー アンド ママ ブルーバード



世界で一番幸せなマタニティライフへと導きます!

妊産婦のトリートメント経験10年のセラピストによる完全予約制・女性限定サロン。妊娠、出産、育児と変化していく女性の体と心に寄り添い、さらに子どもの未来がキラキラ輝くよう、産院の選び方、出産前後の体の変化、食事や子育てに関する情報提供も。妊娠中の方も子連れの方も安心してご利用ください☆



飯田和子

【世界で一番幸せなマタニティライフへと導く】をコンセプトに、多方面からママ&プレママをサポート。妊娠出産を経た母ならではの心配りとトリートメントを全力で施術。IFAアロマセラピストなど資格多数。

¥ 月~土(土:不定期、日祝日:休み)10時~18時(最終受付:15時)
楽笑ママたまサポート(妊婦対象):マタニティコンサルテーション
+マタニティアロマトリートメント/産後ママコンサルトリートメント
+卒乳ママコンサルトリートメント 詳細はHPで。

✉ aromabluebird@gmail.com

TEL 080-6512-3071

URL <http://aromabluebird.com>

Facebook kazuko.n.iida

ACCESS 東急田園都市線 鷺沼駅 徒歩5分

美容系 子連れOK 駅チカ

30 Luxe eyelash & beauty

リュクス アイラッシュ アンド ビューティ

上品で美しいあなたに合ったまつ毛をデザインを！
お子様連れ歓迎。キッズスペース完備！！

「理想の目元を手に入れたい！！」あなたへ。仕事や家事、育児に忙しいと自分に時間がかけられないですよね？女性なら誰でも、いつもきれいにしていいたいはず。まつげがきれいに保たれていると上品で洗練した印象が得られます。いつもきれいな目でいたい！朝のメイクも時短！目元が変わると、鏡を見るのが楽しくなったり、すっぴんでも自信が持てたり、世界観が変わります。Luxeのまつ毛エクステはそんな毎日を実現したい！ただつけるのではなくご自身の理想の目元に近づけるエクステ。ご自身の魅力を最大限に引き出す応援をさせて頂けたらと思います。



岡彩

マツゲエクステゴールド賞受賞、JEECファイナリストなど資格多数。コラム執筆、講師&プロデューサー、ママサークル立ち上げ、イベント開催など多方面で活動中。2児の母。まつげ業12年。海が大好き。

¥ 初回キャンペーン 1時間つけ放題7,560円→5,940円(税込) / 沢山つけたいあなたに 上下無制限つけ放題10,800円→8,100円(税込)
まつ毛パーマトリートメントコース5,940→3,780円(税込) / ディープクレンジングコース2,500円→1,620円(税込)

URL <http://luxeyelashbeauty.jimdo.com/>
TEL 045-716-9876

予約サイト <http://beauty.hotpepper.jp/kr/slnH000340555/>
BLOG <http://ameblo.jp/ayasuhide/>

美容系 子連れOK キャンセル料なし 駅チカ

ACCESS 東急東横線 白楽駅 徒歩5分

31 あおば音楽教室

アオバオンガクキョウシツ

《アンサンブル》を大切にする、
一緒に楽しむバイオリン教室

《アンサンブル》を多く取り入れ、互いの音やリズムを聴き合って演奏することを通して、コミュニケーションの支えとなる「聴く力」を育てます。

親子で、兄弟・姉妹で、またはお友達同士でもレッスン可能です♪



わたなべかなこ

元のためオーケストラメンバー。東京音楽大学在学中よりクリスタル・ケイなど様々なアーティストと関わる。横浜市内の小中学校で教鞭をとり、現在あおば音楽教室主宰としてバイオリンのレッスンを行う。

¥ ¥7,000(45分月3回) ¥5,000(45分/月2回) 月・火・水・金(土)14時～
詳しくはHP、またはお問い合わせください。

✉ watanabe.vn.va.pf.k@gmail.com Facebook [watanabe.vn.va.pf.k](https://www.facebook.com/watanabe.vn.va.pf.k)

TEL 090-4814-7240 HP <http://aobavn.themedia.jp>

教養 子連れOK 駅チカ 子ども向け 親子向け

ACCESS JR横浜線・横浜市営地下鉄 中山駅 徒歩3分

音楽と子育てする幸せ♪

ハッピーマザーミュージック



音楽家と保育士が「音楽と子育てする幸せ♪」をテーマに、様々な企画をお届けしています。

音楽療法や読み聞かせとして知られる「音楽とお話」のチカラ。

おかあさんの心をほぐし、おやこの心が響きあうことで、子どもの心を豊かに育むことができます。

0,1,2,3歳の大切な乳幼児期を、おさまと向き合いながら丁寧に過ごす「心地よさ」を知ってほしい。

おやこの心をつなくお手伝いが出来れば…それが私たちハッピーマザーミュージックの願いです。

また、同時におかあさん演奏者や保育者の活躍の場でもあります。

受け手・担い手双方への子育て支援であることが評価され、第2回かながわ子ども・子育て支援奨励賞を受賞しています。



代表：鈴木美美子
活動開始：2001年

NPO法人設立：2012年1月

春 夏 秋 冬 定期公演

0歳からのおやこコンサート

季節に合わせた楽しいプログラムがいっぱい！ ● おやこ券 2,000円 ● 追加券 1,000円

春の牧場にピクニック



あにまるぱれーと



森の音楽会



Happy X'mas



定期公演 年4回 / みなとみらい・武蔵小杉・あざみ野・東神奈川 など



対象：0歳～3歳おやこ

おやこ響室

「音楽とおはなし」の魔法の力を間近で感じていただける響室です。

おはなしの声や歌、生の音色が、おやこの心に響きます。ハッピーマザーミュージックのオリジナルカリキュラムに基づき、その日のお子さまたちの様子に合わせてながら、プログラムを進めていきます。

大きなコンサートとは一味違った「音楽とおはなし」の心地よさをお楽しみください♪



happy passport

ハッピーマザーミュージック主催の「おやこコンサート」「おやこ響室」に、家族三人まで定額でご参加いただける、大変お得なハッピー♪パスポート。ご興味のある方は、HPをご覧ください。

お問い合わせ・ご予約

出張コンサートも行っております、お問い合わせください。

[http://www.happymothermusic.net/
order@happymothermusic.net](http://www.happymothermusic.net/order@happymothermusic.net)

045-472-7093 (フォーラムアソシエ 平日 10～17時)

フェイスブックも是非チェックしてくださいね ♪

おやこ券：(おとな1名 + こども1名)
追加券：(おとなまたはこども1名)

- 抱っこやお膝上でご鑑賞のお子さまもチケットが必要となります。
- 参加費は、当日受付にてお支払ください。
- 病気やその他の事情で欠席される場合は、キャンセル料も参加費も頂いておりません。どうぞご安心ください。

33 日本ママカメラマン協会

ニホンママカメラマンキョウカイ

初心者～プロカメラマンを目指す人まで！
ママのためのカメラ講座

お子様の一番良い表情を写真に収めることができるのは、実はママなんです。どんなプロカメラマンもママには敵いません。ママにしか撮れない写真を撮りましょう！「一眼を買ったけど、使わなくなってしまった」「オートでしか撮っていない」そんなお悩みを持つカメラ初心者ママから、ママプロカメラマンを目指す方まで、段階的に指導いたします。テストに合格すれば、ディプロマ発行。プロカメラマンとして活動できます。基本的なカメラの使い方から勉強して、プロを目指してみませんか？



山田じゅりあ

横浜みなとみらい出張撮影「Jz WORKS」代表、日本ママカメラマン協会代表理事。日本各地で親子・家族写真、起業家ポートレートなど撮影。他に行政・カルチャーセンター等で写真撮影を指導。ママが撮る子ども写真教室を主催。

¥ 日程の詳細はウェブサイト (<http://mamacamera.info>) をご確認ください。無料メルマガ登録で最新情報をお届けいたします。お子様連れ受講歓迎！MAMAstyle特典：写真教室初回1,000円割引、出張撮影10%OFF

✉ jzworks.photo@gmail.com

URL

<http://mamacamera.info>

TEL 045-568-8418

BLOG

<http://ameblo.jp/jzworks>

教養

単発レッスン

資格取得

教室

子連れOK

駅チカ

大人向け

親子向け

ACCESS

JR線 市営地下鉄線 関内駅 5分
みなとみらい線 馬車道 5分

34 子供と家族の笑顔撮影 ～Joyful Works～

Joyful smile
photography

コドモカゾクノエガオサツエイ ジョイフルワークス

家族の幸せな笑顔を素敵な一枚に♡
全国各地で大人気の出張撮影☆

～プロカメラマン夫婦が、ご家族の歴史を素敵に残します～

◇出張撮影

家族写真・お宮参り・七五三・ニューボーンフォト
プロフィール写真・ご自宅撮影・イベント撮影など。

◇新生児のニューボーンフォト

生後3週間ぐらいまでの赤ちゃんの為の撮影です。
ご自宅や産院へ出張して撮影させていただきます。

◇公園撮影会

日本各地の公園で家族写真撮影会を開催！

ペットの撮影も合わせて行っております。



喜多栄治・亜紀

日本各地にて家族の笑顔を撮影しているプロフォトグラファー夫婦です！家族撮影の他、様々な出張撮影、撮影ワークショップなども行っております。

¥ 日程はブログをご覧ください。撮影会：20分6,000円～/出張撮影：1時間20,000円～/撮影ワークショップ：2時間5,000円～
イベント撮影等は直接お問い合わせください。

✉ joyfulworks.info@gmail.com

Facebook Joyfulworks.page

LINE@ @2525photo

BLOG <http://ameblo.jp/2525photo/>

教養

単発レッスン

イベント

土日祝日

子連れOK

ACCESS

小田急線・相鉄線 大和駅 徒歩10分



Maya Samosir

英語はセカンドランゲージだけどネイティブスピーカーとしてよく間違えられました。小さい頃から海外生活が多いので自分の経験からと英語を学んだ方法で英語を効果的に楽しく教えます。

Kirakira英会話

キラキラエイカイワ

35

効果的に英語を楽しく学ぶスポット

1歳半から大人までアットホームな雰囲気です。本を読んだり、歌を歌ったりと遊びながら日常的な出来事を英語で理解します。文法を勉強せずに会話などで繰り返すフレーズを練習し、自分のオリジナルセンテンスを作ったり、正しい英語を自然と話せるようレッスンしていきます。講師だけではなく生徒達もクラスの中に英語で対話的に意見を述べます。

イベントの時は本を読んだり工作を作ったりゲームをするなど国際的な文化で英語を楽しく経験出来ます。

¥ 日程 スケジュールによって1ヶ月に3週間営業。平日13時～ 土日9時半～
グループレッスン月謝6,000円～/マンツーマン月謝12,000円/チケット1回 2,500円～

✉ info@kirakira-eikaiwa.main.jp TEL 045-401-7272 URL kirakira-eikaiwa.main.jp

教養 体験レッスン キャンセル料なし 駅チカ 親子向け ACCESS JR横浜線 大口駅 徒歩4分
横浜市神奈川区神之木町3-28～217

International Baby House



大倉山駅より徒歩3分

英語保育室

www.ibhouse.jp

横浜市港北区大倉山1-16-7-1019 TEL: 045-947-22029 Mail:ibh@yilh.net

37 ウーマンネットアカデミー & コンサルティング

ウーマンネットアカデミー アンド コンサルティング

女性も賢いIT力で自分らしい働き方をしよう!

一般のパソコンスクールでは提供していない、スマートフォンの使い方、FacebookやInstagramなどのソーシャルメディア、ネットミーティングSkypeの活用、アメブロ開設、ホームページ制作セミナー、ネットショップ開設などのセミナー。フリーランスや起業に必要なビジネスセミナーを定期開催しています。お子様連れOK!本気で学びたいママのための保育サービスあり。

女性講師がやさしく、わかりやすくお教えしています!



丸山恵子

外資系IT企業15年勤務後独立。JimdoCafe大倉山代表。武蔵小山創業支援センターWebMarketing・販路開拓支援アドバイザー。独立行政法人中小企業基盤整備機構販路開拓支援アドバイザーなど。

¥ 平日:月~金(土日祝日例外あり) 1,500円(税別)~
詳しくはホームページやFacebookのスケジュールをご覧ください。

TEL 045-642-7732 URL <http://www.womanetacademy.com/> Facebook womanetacademy
BLOG <http://ookurayama-cafe.jimdo.com/>

教養 座学講習 子連れOK 駅チカ 大人向け

ACCESS 東急東横線 大倉山 徒歩30秒

38 Aura Femina

アウラ フェミナ

アメリカからやってきた最先端の心理学を
学びませんか?

脳の仕組みと言葉の使い方を学ぶことで、自分の心をコントロールできるようになります。自分自身の変化を受け入れると、世の中から嫌いな人がいなくなり、周囲に笑顔を増やすことができるようになるのです。

ホントかなと思ったら、一度ワークショップへお越しください。本で読むだけではわからない、ワクワク体験をお約束します。きっと世界が違って見えるようになりますよ。



ゆき

コミュニケーションセミナー講師。全米NLP協会認定トレーナー。2児を育て上げたシングルマザー。働くママ、女性起業家向けに横浜近郊でセミナーを開催中。

¥ 各回10~12時 3,000円(お子様無料・保育士なし)
テーマ別にNLP(神経言語プログラミング)を取り入れたワークショップを開催。お子様連れ大歓迎。詳しくはHPをご覧ください。

✉ info@aurafemina0810.com URL <http://www.aurafemina0810.com>

教養 ワークショップ 座学講習 土日祝日 子連れOK

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩 5分



子どもがいてもすっきり暮らせる収納術

yasuko style



39

ゴドモガイテモスッキクラセルシュウノウジュツ ヤスコスタイル

プロから学ぶ収納術で「好きなモノだけに
囲まれた暮らし」を手に入れよう!

収納のお悩みランキングの中で最も多いのは「キッチンがすぐに散らかる」「おもちゃの収納がうまくいかない」「書類が山積みになる」など。講座では場所ごとの片づけ方のコツ、今最新の収納法を毎月テーマを決めてお伝えします!

月に一度大倉山から徒歩5分の「こもればサロン」にて5名までの少人数制で開催します。“選べるレッスン方式”で気軽に学ぶことができ、終了後は(ご希望の方は)『夢うさぎ』さんの美味しいお弁当と一緒に食べながら収納トークで盛り上がりましょう!お気軽にご参加ください。



暮らしすっきりコンサルタント 川中靖子
建築士、インテリアコーディネーターの資格を活かし、住設メーカーなどで9年勤務。長男出産を機に「整理収納は暮らしの基本」と確信。収納コンサルタントとして独立。個人宅の片づけや講師、執筆などを中心に活動中。

¥ 毎月第2火 10時半~12時(終了後希望者はランチあり)5,000円(資料代+税込)※月により日程が変わる可能性があります。※見守り保育をご希望の方はご相談ください。※詳しくはブログ、HPをご覧ください。※個人宅コンサル、作業に関しては別途お問い合わせください。

✉ unoshuno@gmail.com URL http://yasuko-style.com
TEL 080-1427-4668 BLOG http://ameblo.jp/unoshuno/

教養 単発レッスン 子連れOK 駅チカ 親子向け

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩 5分

40 あさのは 着物着付け教室

アサノハ キモノキツケキョウシツ

お子様連れと一緒に学べる着付け教室

あさのはは着付け教室だけど子連れOK。子どもに手がかかる時期だからこそ、大切な行事がたくさんあり、着物を着る機会もたくさん!お宮参り、七五三、入園式、卒園式、入学式・結婚と共に作った着物がある、託された着物がある、何よりも着てみたい…あさのははママのその一歩を応援します。



猪岡真知子
2児の母。子供ができてから、着物を着る機会の多さを実感。子連れで行ける教室がなく着付の資格を活かし、ママに着物を着るチャンスをと子連れOKの着付け教室をしています。

¥ 平日午前中/メイン:七五三、入園式・卒園式に着れるフォーマル着付け全7回/個人レッスン、出張着付けもあり。料金はHPで。MAMASstyle特典:予約時500円OFF

✉ tstk.khr@gmail.com
URL http://kimono-asanoha.amebaownd.com
BLOG http://ameblo.jp/a-sa-no-ha/

ACCESS 横浜市営地下鉄 グリーンライン 高田駅 徒歩 5分

教養 教室 子連れOK キャンセル料なし 駐車場あり

41 公文綱島東 グランパ書写教室

選べる4教科 / 1 / 1 / 1

クモンツナシマヒガシ グランパシヨシキョウシツ

お子様から大人の方まで楽しく学べる4教科

公文書写教室では、様々な年代の方が学ばれています。基礎から日常に役立つ書を学びますので無理なく楽しく続けることができます。是非教室にお越しください。ペン字・かきかた・筆ペン・毛筆の選べる4教科「美しい手書き文字は一生の宝物です」まずはお気軽にお問い合わせください♪



鈴木三貴
2015年10月教室開設、2016年10月から4教科全ての指導資格を取得。心が伝わる手書き文字の素晴らしさ、ぬくもりをこの時代だからこそ一緒に学んでいきたいです。

¥ 木15~19時 入会金3,500円
月会費(単科) 大人4,320円 こども3,240円
無料体験(年4回) 9月、11月、3月、5月

✉ m-moment0510@ezweb.ne.jp
TEL 090-3593-7915

ACCESS 東急東横線 綱島駅 徒歩15分

教養 体験レッスン 教室 子ども向け 大人向け

42

生活が快適になる工夫(家事)に
触れる遊びながら学べる親子広場
～大家族1日体験広場～セイカツガイケキニナル クフウ(カジ)ニフレル アソビナガラ
マナベルオヤコヒロバ～ダイカゾク1ニチタイケンヒロバ～

あなたらしく、もっと暮らしやすく♡

暮らしに精通したプロが、日頃何気なくやっている快適に暮らす工夫(家事)に触れながら遊べる親子広場です。まるでおばあちゃんの家にいるような安心感に包まれながらお料理研究家が考案した簡単家庭料理をみんなでワイワイ作って食べる!他では体験できない大家族体験を楽しんでください。



主婦フレフレ | 一般社団法人シュフレ協会

毎日の暮らしを快適に変化させる暮らしに精通したサポーターで構成された団体です。今更人に開けない基本を身につけられる、お教室よりも安価で気軽に通えて子どもと一緒に楽しみながら遊べる広場です。

¥ 参加費 | 無料～2,000円(イベント毎に変動)安心振替制度 | 当日キャンセルも参加費相当額をポイントで還元します(要連絡)

✉ info@shufure.com TEL 0120-72-1010 URL http://shufure.com

教養 イベント 子連れOK 親子向け

ACCESS 横浜・川崎、各地で開催

43

網島ママサークル

OHANA

ツナシママサークル オハナ



ママも夢を持ち、
イキイキとした毎日を送りましょう!

子育て生活に欠かせない人や地域とのつながりを大切に、ママ自身が充実できる企画を行っています。

ストレッチやダンスDEシェイプなどのエクササイズ、お味噌作り、お料理、クラフト、ネイル、マッサージ、着付け、各種セミナー、ウクレレレッスンなど企画は多種多様。

運営も、講師や施術者もママが中心です。

企画に参加したい方、企画を運営したい方、講師や施術者としてスキルアップしたい方…ご自身の新たな第一歩を踏み出したい方、ぜひいらしてください!



Makiko, Minako, Ayako, Chika, Akiko
幼稚園年少～中学生の子どもを持つママが運営
しています。
since 2010.10

¥ 企画の詳細はHPをご覧ください。

✉ 2011ohana@gmail.com URL http://ohana2010.jimdo.com/
BLOG http://ohana201105.blog.fc2.com/ Facebook OHANA-990869690958966/

サークル 子連れOK

ACCESS 横浜市港北区網島上町



おひさまライズ あひさまライズ

44

オヒサマライズ

オヤコにヒカリ射すノビノビ空間

ママになって気づいたこと

◇外出先で親子がくつろげる場所が意外とすくないこと。

◇男性にまけない多才なママがおおいこと。

おひさまライズでは親子がくつろぎながらも、輝ける場所を目指して…

また田園風景も残るセンター南の閑静な住宅街にあるデザイナー住宅。その一画でレンタルスペースをしています。親子で参加できるアイシングクッキーや子育てに役立つ講座など楽しいイベント開催中！イベント情報配信メール登録はHPから。



おひさまライズ

太陽のようにヒカリ輝くこどもの笑顔とともに、ママだからできることの実現を応援します。

¥ 2階 各種親子向け教室、イベントの為にレンタルスペース(1H1,500円→『MAMAstyle』持参で1,000円)
1階 フリードリンク制親子カフェ(午前、午後のみ500円、終日1,000円、お昼など持ち込み自由、ごみは各自持ち帰り)

✉ ohisamarise7@gmail.com

URL <https://ohisamarise7.amebaownd.com>

クッキング ハンドメイド 教室 イベント 親子向け

ACCESS 横浜市営地下鉄 センター南駅 徒歩10分

45 NPO法人 きらららんど

エヌピーオーハウジン キララ ランド



ママとキッズに笑顔の時間を

子育て中のママ達のコミュニティを作るサークルのような団体です。ママ友も作り、子育て中で社会から離れて不安なママ達との社会的接点作り等 子育て中も楽しい時間の提供を行っています。



齊木葉子

ヤマハ音楽教室のシステム講師。学研の幼児教室講師等を経て、良いとこ取りのリトミックレッスンカリキュラムを作成。きららのレッスンで親子で笑顔の時間を！

¥ 年会費¥1,000
NPO法人きらららんどが行うレッスンは各回¥1,000で参加OK。体験レッスン可。詳細はHPで。

✉ info@kiraraland.com

TEL 050-3641-4966

URL <http://kiraraland.com/>

Facebook NPOkiraraland

ACCESS JR 私鉄 横浜駅 徒歩 西区 神奈川區中心

教養 教室 子連れOK キャンセル料なし イベント

おうち起業コラム3

気軽に楽しいイベントへ

「こんなことをしたいな」と描けているあなた、何をしたいかよく分からないけれど何かを始めたいあなた、ぜひ、ママが主催しているイベントに足を運ぶことをおすすめします。そこは、働き方の展示会。好きなことを仕事にしてイキイキと楽しんでいるママがたくさんいます。気軽にお話しすることもできますよ。次のステップは自分で出展してみること。どんな企画にしようか、値段はどうしようか、告知をどう進めようか…まさに起業体験ができるのです。イベントには同じ想いを持つママが集まります。新しいつながりができます。同じ方向へ進もうとする仲間が増えることは心強いですね。

46 花屋&カフェ ラブティフルール

ハナヤアンドカフェラブティフルール

地域密着型&女性起業家も

たくさん集まる花屋カフェ

地域で採れた野菜や天然酵母のパンを使ったお食事と、パンケーキが人気の花屋&カフェ ラブティフルール。創業14年を迎えて起業や経営の相談も多く寄せられることから始まった女性起業家のための勉強会、大倉山・女性起業家ビジネスサロンも定期的に開催している。そのほか、各種教室やスピリチュアルカウンセリング、イベントも開催中。



今村奈美子

26歳の時、経営知識ゼロで「一生働いたら好きなこと」と決意、29歳で創業。地域密着の店舗運営に取り組み14年目。「頑張る」の真意は誰もが持つ才能を活かすことであり、各人の才能が活きるような社会貢献活動を志している。

¥ OPEN 10:30-19:00(LO.18:00) (土日はモーニング営業9:00-11:00) 木曜日休日

✉ petit-fl@tea.ocn.ne.jp

URL <http://www.petite-fl.ecnet.jp/>

TEL 045-544-1173

Facebook <https://www.facebook.com/petite.fl/>

単発レッスン イベント ワークショップ 子連れOK

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩3分

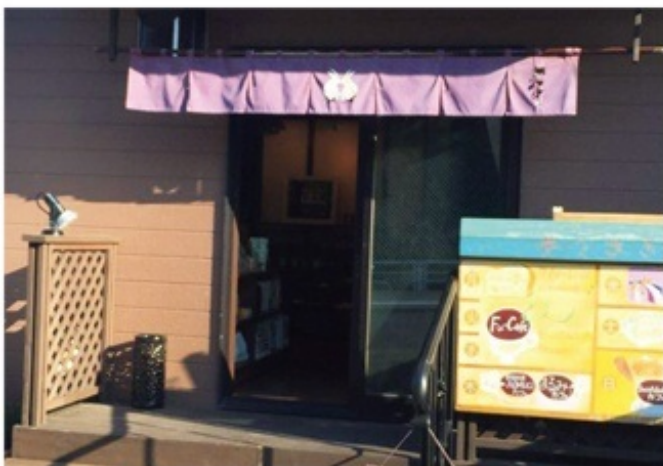
47 ギャラリーカフェ夢うさぎ

ギャラリーカフェ ユメウサギ

あなたの夢を形にできるカフェと

レンタルスペース

静かな住宅街の中にそっとたたずむ、ギャラリーカフェ夢うさぎ。カフェとして、ギャラリーとして、またレンタルスペースとしてたくさんの方に活用していただいています。毎週定期開催のカフェでは気が向いた時に美味しいランチやお茶を楽しめます。広い土間スペースでベビーカーもらくらく。小さなお子さん連れでくつろいでください。カフェを借りきって自分だけの1dayカフェをしたり、ダイニングスペースでお教室やセミナーなど、ギャラリーでは個展もひらけます。オーナーが自分の夢のために作った自宅カフェ。今度はあなたがここで夢を叶えてみませんか？



菊池千里

子どものそばで仕事をしたいと思い、自宅を改装し「ギャラリーカフェ夢うさぎ」をオープンして13年目。「関わる人たちの夢を叶えられる空間」をコンセプトに今も活動中。誰でもゆっくりくつろげる空間になるようなお店です。

¥ 1dayカフェ8時間4,000円 ギャラリー1日4,000円 ほかに要相談

TEL 090-6163-0206

URL <http://www.yumeusagi.biz/>

Facebook [yumeusagi40](https://www.facebook.com/yumeusagi40)

教養 教室 イベント ワークショップ 子連れOK

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩12分(太尾郵便局近く)
横浜市港北区大倉山7-3-3

大倉山の隠れ家

こもれび サロン

www.komorebisalon.net



ゆったりと時間の流れる街・大倉山。

その閑静な住宅街のデザイナーズハウス。

静かで落ち着いた空間を自由にお使いいただけます。

少人数の勉強会やセミナーはじめ、ヒーリングセッション、カウンセリング、ワークショップ、カルチャー教室など、多目的にご利用OK。Wi-Fi完備、IHキッチン、コーヒー、ティーサーブ、ウッドデッキなど、他にも設備を整えております。



おうち起業コラム4

おうちで教室やサロンをひらく
メリット・デメリット

いざ、お仕事を始めようと思ったら、最初は自宅で始めるのが簡単です。

おうちで仕事をするメリットは

- ・家賃や交通費がかからない。
- ・家族のそばにいる時間が増える。
- ・お部屋をきれいに保てる
- ・自分のペースで仕事ができる

ご自身のお子さんが小さくても、預けずにそばに置いて仕事ができます。学校が終わる時間には家で「おかえり」と迎えてあげられますね。突然の天災や事故の時でも、家族にすぐ寄り添える可能性が高くなります。

反対に、おうちで仕事をするデメリットは

- ・面識のない人(お客様)が家に入ってくる
 - ・家の中を汚されたり備品を壊される可能性
- ご家族が心配して反対される場合もありますので、よく話し合ってお互い納得してから始めることはとても大切です。

9時～13時勤務の主婦の就職 午前勤務で家庭と仕事を両立する ワーク・ライフ・バランスのための 主婦ライフサポートとは？



株式会社 **ファーストプロシード**

〒158-0097

世田谷区用賀4-5-21第一小林ビル305

お問合せTEL: **03-6356-3722**HP: <http://WLB.fproseed.com>

一般労働者派遣事業許可番号: 般14-301126



asobii

— yokohama —

横浜に住む 子育てファミリーのための
あそび情報まとめサイト

PC・スマホ
対応

あそびい横浜 検索

www.asobii.net

51 子ども、家族撮影&サロン、 自然なプロフィール撮影

コドモ、カゾクサツエイ アンド サロン、シゼンナ
プロフィールサツエイ

自然な笑顔、思い出作り、出張撮影いたします

屋外での自然な親子写真やプロフィール写真。サロンなどの撮影もOK。事前にご希望をお伺いしリラックスした状態で撮影させて頂いています。撮影された皆様に「楽しかった!」とご感想を頂いています♪イベント、グループ様での撮影も承っておりますのでお気軽にお問い合わせ下さいね!



Sato(飯野聡子)

2児のママフォトグラファーの「さと」です。自然でほんわか、優しく暖かいお写真を撮影しています。「今を形に!宝物に!」の想いで撮影しています♪

¥

親子、ご家族写真:10,000円〜
サロン、プロフィールお写真:10,000円〜
七五三、お宮参り等:13,000円〜



rinrin@ar.em-net.ne.jp

BLOG

<http://ameblo.jp/niko-niko-yo/>

Facebook

honwaka.osyashin

教養

子連れOK

イベント

52 Khalari

カラーリー



毎日の子育てや家族のストレスと
戦っているあなたへ♪

◇誰にでもできる、赤ちゃんやこどもの動きの至極シンプルなストレッチ&呼吸◇体の風水呼吸で幸せな気持ちに!
◇すまいの風水のご相談も(こもればサロンで開催中。子連れ可)◇瞑想力&集中力アップで気づく力(開運力)を!
子&自分育てに役立ちます。



青山佳澄

からだとすまいの風水鑑定士。【呼吸、からだ、すまい】から生まれた、心身を自己管理する健康法【KHALARI-Method】で、婚活、産前産後や自立する女性を応援しています。

¥

グループレッスン(80分)21,600円/プライベートレッスン(80分)10,800円-MAMAstyle特典:8,000円
間取り図風水鑑定や出張風水鑑定も。詳細はHP、ブログで!



khalari8@gmail.com

URL

<http://khalari.jimdo.com/>

BLOG

<http://ameblo.jp/khalari/>

Facebook

khalarii

リフレ

ワークショップ

大人向け

53 はちみつとアロマセラピーの教室 La fleur

ハチミツアロマセラピーノキョウシツ ラフルール

やさしい自然素材で家族の元気をサポート!

なるべく薬は使いたくないママのためのお家で実践できる自然療法のレッスンです。はちみつやアロマなどココロとカラダと環境にやさしい天然素材を使ったシンプルケアを体験しながら楽しく学べます。



ハニーアロマセラピスト Sophie(ソフィー)

はちみつとアロマの資格各種取得。横浜を中心に「はちみつとアロマセラピー」でキレイで元気になるためのサポーターとして講師やセラピストとして活動中。

¥

出張レッスン2時間2名〜一人2,500円(資料代含)
材料費、交通費(実費)別途
MAMAstyle特典:初回レッスン料10%OFF



lafleur_aroma_sophie@ybb.ne.jp

BLOG

<http://ameblo.jp/lafleur-fleur/>

Facebook

83aroma.lesson

美容系

ハンドメイド

単発レッスン

教室

座学講習

54 mamapanthus

ママパンサス



おうち訪問型 ワタシとベビーに

心と体のトータルサポート

ママの心と体のHappyケア初回60分¥4,000二回目以降¥3,500/パーソナルベビーマッサージ60分+ミニカウンセリングを2セット¥7,000/*ママHappyケア+ベビマ1回120分¥7,000/タイ古式マッサージ60分5,000/プレママベビーマッサージ¥2,500



Tomoko Kamiya

NICU、横浜市内の認可保育園に看護師として勤務。～産後すべての女性が自分の愛の花を咲かせられるよう～という理念のもと、mamapanthusを立ち上げました。出産関連資格各種取得。

¥

出張料(自宅最寄り駅〜小田急線と泉多摩川駅までの往復運賃)¥400/ご自宅に駐車スペースある場合→小田急線と泉多摩川駅から10km圏内:無料/15km圏内¥100/20km圏内¥200/20kmより遠方要相談。



mamapanthus@gmail.com

TEL

050-3578-3725

URL

<http://www.mamapanthus.com>

LINE

mamapanthus

リフレ

土日祝日

子連れOK

キャンセル料なし

55 happpyY bonb

音楽療法・音楽リズム体操・美軸ヨガエクササイズ

オンガクリョウホウ・オンガクリズムタイソウ・ビジクヨガ
エクササイズ ハッピーボンバー

医療と東洋医学に基づいたエクササイズで
ココロとカラダの活性化を行います

音楽療法:ハンディキャップのある赤ちゃんから大人まで音楽
に合わせて表現活動や身体運動を行い体と心を調整/親子
リズム体操:親子で楽しめる楽器活動やダンス活動/美軸ヨガ
エクササイズ:背骨を中心に有酸素運動と季節に合わせたヨガ。



早川ミカ

看護師・音楽療法セラピスト・JYIAヨガインストラクター・
JIVAアーユルヴェーダーセラピスト。活動後の生活
にも生かせる情報を提供。不調や起こりうる問題を
解消出来るアドバイスで錆びない心と体づくりを!

¥ 5〜7名以上でご希望の場所にうかがいます。
曜日・時間・日程は要相談。一人1,000円程度。

✉ smilinghappy@yahoo.co.jp

TEL 090-2204-6150

BLOG <http://blog.livedoor.jp/smilings/>

単発レッスン イベント 座学講習 子連れOK 親子向け

56 ビューティフローヨガ

ビューティフローヨガ

手ぶらで来れる、初心者でもできる

手ぶらで来れて、初心者でもできる、「ヨガ&顔ヨガ&ココロ
ヨガ」を指導しています。毎日を快調にするヨガ。いつも
笑顔でいられる顔ヨガ。子育てのお悩みにきくココロヨガ。
子育て世代のママのココロとカラダをハッピーに美しくし
ます。



渡邊勢子

2010年からヨガインストラクターとして活動。肩こり、
腰痛、偏頭痛の3重苦から、同世代のママたちに指導。
分かりやすく、その人の不調を解消するヨガが
得意。マタニティからシニアまで幅広く指導。

¥ 交通費実費。5人〜で60分10,000円。(10名だと1人1,000円)
時間・日程・内容、要相談。
MAMASstyle特典:お子さんの個性診断

✉ adgjpmpt912072@gmail.com

TEL 080-5529-7258

BLOG <http://ameblo.jp/tsnhr-wp-chan0401>

美容系 教養 単発レッスン 体験レッスン ワークショップ

57 Room Do First

ルーム ドゥ ファースト

ママのイライラを笑顔に変えるお片づけ

子どもがいるから片づかないと思っていませんか?あなたや
ご家族に合わせたお片づけの方法と一緒に考えます。片づけ
たい気持ちはあるけど、いきなり家に来てもらうのは抵抗が
あるかたには、お近くのカフェやファミレスへお伺いし、ご自宅
の写真を見ながらちょうどいいお片づけをご提案します。



いわさき なおこ

親子の片づけマスターインストラクターなど各種資格
取得。横浜を中心に活動。苦手の片づけをやり方と
順序を学び克服。人と比べない、無理をしない、自分
らしく暮らしやすい、"等身大のお片づけ"を推奨。

¥ カフェ相談:1時間¥2,000+往復の交通費(子連れ可)/各
種お片づけ講座/親子の片づけインストラクター2級認定
講座/整理収納アドバイザー2級認定講座/お片づけ個人
レッスン・グループレッスン

✉ naoiwsk@gmail.com

URL <http://www.roomdofirst.com/>

BLOG <http://ameblo.jp/roomdofirst/>

教養 体験レッスン 資格取得 座学講習 子連れOK

58 Blossomy*Life Labo

 Blossomy*Life Labo
ブロッサミー*ライフ ラボ

あなたの本当に叶えたい夢を引き出し、
実現をサポート!

あなたの魂が喜ぶことを一緒に見つけて、それを実現させる
「Blossomy*Life セッション(マンツーマン)」や、あなたの生
年月日と氏名からヒントを得る「人生マップセッション(マン
ツーマン)」の他、ご希望のテーマでの「グループワーク」も
お受けしております。



涼木(すずき)ゆかこ

幸せだけど何か物足りない。このモヤモヤを
スッキリさせたい!充実感と幸福感を、心の底から
感じる日々を過ごしたい!そんな想いを叶える
サポーターです。コーチングなどの資格各種取得。

¥ グループワーク:3名〜。単発、複数回コースなど要相談。
1人3,500円〜+交通費/Blossomy*Lifeセッション:30分
5,000円(電話・スカイプのみ)、60分10,000円(対面有)/
人生マップセッション:ベーシックコース90分15,000円/
フルコース120分25,000円

✉ info@blossomy.biz
URL <http://blossomy.biz/>

BLOG <http://ameblo.jp/blossom-coach/>

教養 単発レッスン ワークショップ 子連れOK 大人向け

59 食の文化サロン 蔵やまと

ショックンブカサロン クラヤマト



食べるのがもっと好きになる!
あなたにお届けします

大人の食育、子供の食育講座/お箸講座/伝統行事や和食について/出汁講座/ホームパーティにも使えるおもてなし祝い箸袋作り、箸置き作りなど『食』に関わることはなんでもご相談ください。



河原真友子

蔵やまと代表(社)日本フードアナリスト協会認定講師日本教育講師。だしソムリエ。和食会議正会員。空飛ぶフードアナリスト。食を通して日本文化を大事にしたいと考えております。

¥ 5人～

✉ kura-ya@nifty.com

FAX 045-330-6570

BLOG <http://ameblo.jp/soratobumyama>

Facebook <https://www.facebook.com/kurayakuraya/>

教養 教室 イベント ワークショップ

60 チャイルド・ファミリーコンサルタントの 子育て学講座

チャイルド・ファミリーコンサルタントノコソダテガクコウザ

育ちを学び、幸せ家族をつくろう!

子どもが自分らしさを大切に自律した大人になるために、親にできること。子どもに良かれと思っていることが逆に働くこともあります。発達心理学に基づいた子どもの育ちと、子どもの将来につながる親の関わり方、家族のつくり方が学べます。



浦郷美紀

人事に携わり、育つ過程が人生を作ると実感、チャイルド・ファミリーコンサルタントを学ぶ。親になるのは初めての事。「知らないだけ」はもったいない。多くの人にステキな家族づくりを!と活動中。

¥

3人～。各単発での受講も可。
幼児期に知っておきたい子育てのこと:90分1人2,000円(全6回。1回目テキスト代1,000円)
思春期前の小学生の子育て:2時間1人3,000円(全3回)

✉ minori.u86@gmail.com

TEL 090-4849-7909

FAX 045-821-7241

BLOG <http://ameblo.jp/min-uu/>

教養 単発レッスン 座学講習 土日祝日 大人向け

61 Tama's Factory

タマズファクトリー

自分らしく楽しく売れるネットショップを
開設・運営しませんか?

ネットショップのいいところは、小さなお子さんがいてもできること。不安や疑問を一つ一つ取り除きながら、あなたらしい、楽しく売れるネットショップの開設・運営をサポートします。



榎本珠江

Webディレクターを10年以上、ハンドメイド作家として3年活動中。Webショップ運営と作家の両方の知識と経験をもとに、多くの個人・小規模ショップの運営を応援しています。

¥

ネットショップの開設や運営の様々な相談を受け付けます。90分15,000円(事前振込み)*ご相談後、質問メール2回OK。エリア:品川駅、川崎駅、横浜駅、横須賀各周辺(それ以外交通費相談)またはSkype

✉ info@tamas-factory.com

URL <http://www.tamas-factory.com/>

BLOG <http://ameblo.jp/samaria24/>

Facebook <https://www.facebook.com/taenjp>

教養 子連れOK キャンセル料なし 大人向け

62 起業ママ営業サポート Office N

キョウママエイギョウサポート オフィス エヌ

働くママが、もっと、楽に楽しく!

◇お教室運営グループコンサル受付中(3名以上～)
◇ランチ交流会を毎月実施しています。
◇その他、営業セミナー、働くママの相談会など開催中。メールにてご相談ください。



西村直子

ケイコとマナブで大手サロンから町の小さな教室、大手通信教育会社まで運営支援を6年経験。起業女性の営業サポートを通して、売り/差別化ポイントを発掘。得意は人と人を繋ぐ&豊富なアイデア。

¥

費用はブログをご覧頂くか、お問い合わせ下さい。開催場所は渋谷/品川/横浜/大倉山での実施になります。(Skype可)お子様と一緒にでも気軽にお越しください。

✉ naoko.nishimura@outlook.com

BLOG <http://ameblo.jp/naowanko77>

Facebook naoko.nishimura.942

教養 単発レッスン 子連れOK 大人向け



つくって・育てる

ホームページ制作・アメブロカスタマイズの

yukiweb

今のご時世、起業するならネットでの集客は**必要不可欠**です！

だから、**ちゃんと集客することも考えて**ブログやホームページを作ってほしい。

そして、作ったからにはちゃんと活用して**ホームページを育ててほしい。**

yukiwebでは、ひとり、ひとり、できることがちがうから、その人に合ったご提案をし、

一緒に ネットでの集客を考えながら

ホームページを育てて行く ところまでご相談に乗ります!!

 <http://www.yukiweb.jp>

 <http://ameblo.jp/yukiweb-note/>



WEB制作 yukiweb

で検索!!

見えない部分も、大切に。



マルク
Maruku
design & illustration

www.marukumaruku.jp

- ▶ 名刺、チラシ、パンフレット、ポスター、ロゴマークなどブランディングツール一式
- ▶ アメブロ、FBイベント、リザーブストックなどのTOPバナー、JIMDOカスタマイズ、webデザイン



貴女ならではのオリジナリティを引き出し人をつなげる

ママズビジネス コンサル

仕事以外もママはやることがいっぱい。子どもの相手や家事や、お友達、ご近所付き合いなどなど。
そして、ママとひとくくりにしたところで、その人によって事情が違い過ぎる…。
ママだからというひとくくりではなく、貴女に合ったカスタムサポートが必須です。

人に話せる、ビジネスの場での、あなたの武器をつくります。

資格をとってビジネス。手仕事をビジネス。方法は様々でも、似たことをやっている人は意外と居ます。そんな中で、貴女は自分ならではのサービスをわかりやすく伝えることはできますか？似たことをやっている人が少ないビジネスでも同様です。ママズビジネスコンサルは、貴女のビジネスのカタチをつくるのはもちろん、人に伝える方法もつくります。

年間
10名限定
無期限
サポート

1 値付け **2 差別化PR** **3 集客** の悩みを解消！

さらに、チラシ、ホームページデザイン制作 & 直し放題！
まずはお気軽にお問い合わせください。

利用者の声

情報の発信が苦手でした。実は今でも苦手です。でも、ママズビジネスコンサルに話を聞いてもらって私の考えていたビジネスが形になり、さらに、名刺やチラシとしてカタチに残るので、それを使って説明することは得意になりました。今では人に自分のビジネスを話してアドバイスを聴くと、嬉しくてすぐに作り変えたくなります。このサービスだとそれも費用の中でできちゃうから助かっています！

利用者の声

元は普通の会社員でした。ママという立場になって子育てをしてみると、仕事と子育ての両立に大きく悩んで、会社員でいる不自由さからフリーランスになるしかなかった。

ママビコランチ会で似た境遇のママたちに多くお会いしましたが、境遇は似ていても、やっていることは千差万別。そんなビジネスもあったんだ！って毎回ワクワクしながら参加しています。

料金はホームページ制作費込みの10万円!!

サポート期間は無期限。年間通して新規契約は10名様に限定させていただきます。「バックエンドに何もなさすぎ」と言われる、人と人をつなげたい代表の想いでやっているサービスで、一緒に成長していきましょう。

ママビコ横浜ランチ会

毎月1回以上、起業ママのためのランチ会を開催します。単にランチを食べながらおしゃべりする場ではなく、各自のビジネスについて切磋琢磨しあう機会をお作りします。新たな人脈を創るチャンス。一切動議をしていないのでサービスについて不安があれば、まずはランチ会に参加してみてください。

Produced by 合同会社ユアブランディング

本店：横浜市西区北幸1-11-1 水信ビル7F(横浜駅徒歩4分)
オフィス：銀座、日本橋、新宿、池袋

ママズビジネスコンサル



TEL: 050-5278-2778 メール: info@yourbd.biz

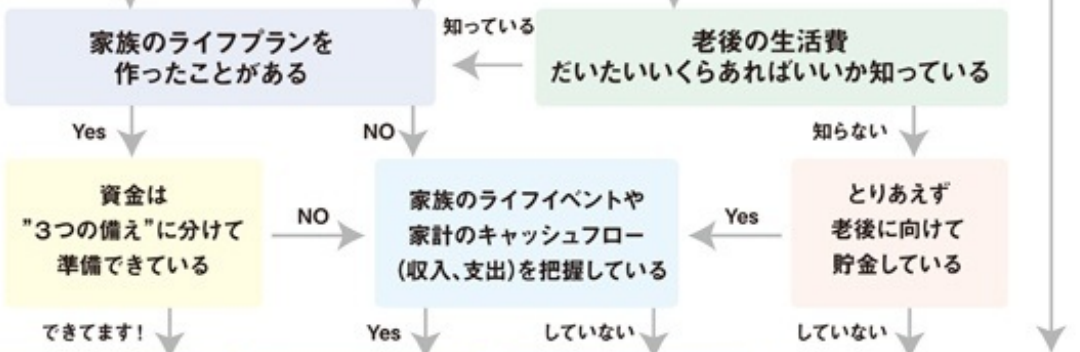


これからどうする? おうちのお金



家族が増えたとお金への向き合い方一つで
いざというときも安心していられるかピンチに陥るかが大きく違ってきます。
まずはフローチャートで自分の家計の実態をチェックしてみましょう!

あなたが今一番気になるのは?



しっかりさんタイプ
お見事!金銭感覚も知識もバッチリ!将来への備えも安心です!このまましっかり準備し、時々メンテナンスを!

うっかりさんタイプ
おしい!お金の知識を高め、現状より更にパワーアップを目指しましょう!スキルアップのお手伝い致します!

ざっくりさんタイプ
何とかなるさあー!では、何とかなりません!!お財布の底の穴に気付いてないかも。一緒にふさぎに行きましょう!

今後の人生 いくらお金が必要か一緒に見てみましょう。
一度一緒に家のお金の中身をチェックしましょう。まずは現状に気づくことが将来への備えの第一歩!



現役ママだからこそ、同じママに伝えたい!

知ってお得! 身近なマネーのお茶会



仲のいいお友達と一緒に喝茶しながら、お金のプロになんでも聞ける!

お子さまの誕生や新居購入、転職、退職など生活の変化に合わせて、家計や保障を定期的に点検することはとても大切です。
"お茶会"というカジュアルなスタイルですので、気楽にお金の心配やお悩みなど、なんでも聞いてください。
同じママならではの、リアルな目線でアドバイスをいたします。

親しみやすいキャラなのに実力派!!

ご相談だけで、ある方の住宅ローンが1000万円ほど浮いた実績あり。詳しくは福原までお問い合わせください。



ソニー生命保険株式会社



ライフプランナー
福原 亜紀穂 ふくはらあきほ

一つ一つのご縁を大切に、お会いできた皆様により幸せに安心して生活を送れるお手伝いをさせていただきます。責任をもって、お客さまのライフプラン実現のお手伝いをいたしますので、ご安心ください。

新宿ライフプランナーセンター第12支社 第1営業所
151-0053 渋谷区代々木2-1-5 JR南新宿ビル 17F
☎ 03-5358-1712
携帯電話 090-2209-3498
FAX 03-5358-1742
E-mail : akiho_fukuhara@sonylife.co.jp
WEB : https://cs.sonylife.co.jp/L8E9L6



SL16-1600-003

このQRコードでLINEを友達追加
ドリンクあがり券

最新のスケジュールやイベントなど直近の情報、おうち起業記事は

MAMAs^{style}

mamastyle.yukiweb.jp



イベントへのご参加もお待ちしております！

場所：大倉山こもれびサロン

子育てママの おたのしみDAY!

ワクワク ほっ

MAMAs^{style} MARCHE

ママスタイルマルシェ

開催：偶数月 月or 火曜日 10時~15時
会費：入場無料 各ブース利用料がかかります。

好きなことを仕事にしよう

大倉山

港北区
地域の子カラ
応援事業

つながるサロン

子育てしながら“好き”を仕事にした女性をお招きするトークイベント

開催：奇数月 第2金曜日 10時~12時
会費：1200円(お弁当込み) お弁当はお持ち帰りも、注文しないことも可能です。

次号
掲載募集
2017年
5月~7月

お教室やサロン主宰の方ぜひ♡
まずはネット会員に参加！

詳しくはI♥NetのHPをご覧ください。

www.inet.yokohama



MAMAs^{style} 第4号 2016年10月1日発行

発行/編集：I♥Net(アイネット) 発行人/稲垣多佳子、瀬牧子 デザイン/柴崎久美子(Maruku) Web制作/モリカフユキエ(YukiWeb)
表紙モデル/渡邊さん親子 撮影/山田じゅりあ(J'sWORKS) ロケーション/花屋&カフェ ラブティフルール

f MAMAs^{style}.yokohama

✉ inet.kohoku@gmail.com