

MAMAstyle^{◇◇} Vol.5

横浜・川崎

子連れで行ける習い事&サロン情報誌

ママの
小さな一歩を
応援します!

Thank
you

おかげさまでMAMAstyle[◇]は5周年!



MAMAstyle^{◆◆} Vol.5

横浜・川崎

子連れで行ける習い事&サロン情報誌

ママの
小さな一歩を
応援します!

Thank
you!

おかげさまでMAMAstyle^{◆◆}は5周年!





「すべてのママが人生を楽しむお手伝いをしたい！」
そんな思いや経験をもとにできた冊子『MAMAstyle』には、
ママに優しい教室・サロンの情報がたくさん載っています。
出産を経ても自分らしく、家族一緒に人生を彩っていきませんか？

アイネット
のおもい

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(1)が 私(1)のために 私(1)らしく つながる(Net)～ I♥Net

最新スケジュール&イベントなどや、おうち起業記事は

MAMAstyle

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!
MAMAstyle
MARCHÉ
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
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
2018年
5月～7月

お教室やサロン主宰の方ぜひ♡
まずはコミュニティメンバーに参加！

詳しくはI♥NetのHPをご覧ください。

www.inet.yokohama





網島	01,20
大倉山	08,10,19,26,29,30,38
菊名	02,07,12
由比ヶ浜	36
横浜、川崎など	37,44,46
出張対応	34,35,39,41,42

最寄り駅 MAP

MAMA style

つくる

P3~7

- 01 グランパファクトリー
- 02 フェールマヴィ
- 03 MacRosa
- 04 STUDIO NANCY'S
- 05 地区わJob
- 06 おうちdeコラーージュ☆コラーージュ & カバードクロス教室
- 07 横浜*菊名~SmileFactory~
- 08 わくわくマルシェ
- 09 une-kitchen
- 10 うちごはんラボ
- 11 kitchenstudio momo
- 12 なよびか

MAMA style

美・健康

P7~12

- 13 コーラルブルーケカラー&デコ
- 14 セルツェ
- 15 LahiLahi
- 16 はるなごみ庵
- 17 リラクゼーションヨガAnahata
- 18 ヨガスペース Shanti
- 19 トルマリん
- 20 フェアリーサークル網島
- 21 Luxe ~eyelash & beauty~
- 22 Butterfly Lash eyelash salon
- 23 Smile aroma
- 24 アロマリンパケアサロン恋
- 25 なごみのもり

MAMA style

教養

P12~17

- 26 「運を良くすることもと自分育て」お話し会
- 27 日本ママカメラマン協会
- 28 Joyful Works
- 29 yasuko style
- 30 ウーマンネットアカデミー&コンサルティング
- 31 Aoba violin class
- 32 ママのための「おうちdeモンテッソーリ」@横浜山手
- 33 あさのは着物着付け教室
- 34 蔵やまと
- 35 Room Do First
- 36 おうちサロンhananoko
- 37 シュフレ協会

MAMA style

ママ応援サービス

P17~22

- 38 MAMAstyle Staff 紹介
- 39 家事代行サービスCopier
- 40 株式会社Woo-By.Style
- 41 ソニー生命保険株式会社
- 42 すまほの窓口
- 43 株式会社共栄
- 44 あそびい横浜
- 45 合同会社ユアブランディング
- 46 ハッピーマザーミュージック

CONTENTS

01 グランパファクトリー

グランパファクトリー

「基本」と「遊び心」で楽しむ大人可愛い
編み物教室・レンタルスペースあり

◇編み物教室

編み物歴50年、講師歴8年、生徒数のべ4000人の講師
花村きみよが、基本を抑えて自由に編み物を楽しむ方法
を伝えます。講師認定資格取得可。

講師活動の応援メニュー：25年におよぶ前職(女優・司会
業)経験を生かした「わかりやすく、しっかり伝わる話し方&
コミュニケーション術」/憧れの未来を手に入れる「夢を実現
するための目標設定」/自分の個性と魅力がみつかる「自分
オリジナル発見ワーク」

◇レンタルスペース

講座やイベント、移動車販売などにご利用頂けます。



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！編み物
教室&レンタルスペースグランパファクトリー主宰。岡本
啓子ニットスタジオ・クロバー株式会社他手芸メーカー
講師経験多数。かぎ針編み認定講師他多数。

編み物レッスン3,000円~/レンタルスペース2h3,000円~ 詳細はブログをご覧ください。

MAMASstyle特典:体験レッスン500円OFF

✉ gf7@kzc.biglobe.ne.jp

📷 kiyumiiyo

BLOG



<https://ameblo.jp/yuizoumamatti/>

hanamurakimiyoko

体験レッスン 資格取得 教室

ACCESS 東急東横線 綱島駅 徒歩12分

02 フェールマヴィ

(QOLスクール&Labo)

フェールマヴィ キューオーエルスクールアンドラボ



新しい日常を作れ！
恋する石けんと植物ホームケア

季節の植物や気持ちに合わせた処方おこしを提案、特別
なものを用意なくても家にあるものを組み合わせて
できるホームケアを教えています。ホームケアの1つとして
「恋する石けん♥」は新幹線や飛行機を使って生徒が集
まるほど人気があり、1人の生徒が教室で作る石鹸は、76
種類456個、延べ30,096個。肌を考えることは、使う人の
心まで見つめることにつながります。自分自身で処方でき
るようになると日常が大きく変わります！



末吉真由美 すえよしまゆみ

QOLサポーター。恋する石けん♥創始者。地域で活躍する
女性を輩出するのが志命。外資系化粧品会社を経た後、
季節の植物と身近なものを組み合わせたホームケアを教える
自宅教室開設。9年目にアトリエを構え、10年目に法人化。

月~土 各種コースレッスン 恋する石けんインストラクターコース/ライフオーガニスタレッスン(4シーズン)/アロマアドバイザー資格取得コース
/メディカルアロマコーディネーター/教室開業講座 毎週水 予約制のオープンアトリエ

✉ mail@fairemavie.com

📌 fairemavie

URL <http://fairemavie.com>

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

資格取得 教室 駅近

ACCESS 東急東横線・JR横浜線 菊名駅 徒歩2分



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。

MacRosa

マックローザ

03

花と粘土の「食べたく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、ウェ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！

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3,000円(材料費別途)/レギュラー月1回 3,000円(材料費別途)/レギュラー月2回5,000円(材料費別途)

TEL 045-944-0863

✉ macrosa163@gmail.com

URL <http://mac-rosa.biz/>

f macrosa

体験レッスン 教室 土日祝日 駅近

ACCESS 横浜市営地下鉄 センター南駅 徒歩3分



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

STUDIO NANCY'S

スタジオナンシーズ



04

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。お気軽にお問合せください。

開催日程要相談。土日祝可/クレイアート1回2h程度 2,500円(材料費別)/講師コース2,500円~/体験レッスン2,000円(単発以外は本部へ入会金要)/パソコン個人レッスン(1h2,000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

TEL 045-430-3891

✉ info@s-nancys.jp

URL <http://s-nancys.jp>

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

ハンドメイド 教養 資格取得 駐車場あり

ACCESS 東急東横線 妙蓮寺駅 徒歩11分

05 地区わJob

チクワジョブ



神奈川県発！
子育てHAHAの好きを仕事に！

「地区わJob」とは…個人で活動をしているHAHAがつながるグループです。さまざまなスキルを持ったメンバーが集まり、今日より明日をHappy Lifeにしたい女性を応援します。地域(地区)の輪(わ)でお仕事(Job)しよう！というネーミングです。

ソーイングオーダー/フラワーアレンジ/整体/写真/クラフト/食育/アロマ/ネイル/保育/ベビマ/デザイン/and other…

個別詳細は地区わJobブログよりリンクにてご覧ください。



石川澄江(sumi)

キーワードは「繋がる楽しさ！」地区わJobのイベントの企画運営も楽しんでいます。最近は代表として神奈川県を安心安全な街へ!との思いから「HAHAから防災！」の活動にも力を入れています。神奈川県六角橋在住。sewing講師。

メンバーに会うには…ほっとサロン@神大寺地区センター:第2水 10~14時 / ほっとサロン@神奈川中学校コミュニティハウス:第1金 10~12時 / 街活HAHAのおしゃべりタイム@かなーちえ:第4木 10時半~ / 「LINE@」登録のご提示でお得なクーポン有

✉ chikuwa_job@yahoo.co.jp

BLOG

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

📌 chikuwajob2012

📄

@tth9567q

教室 イベント

ACCESS

JR横浜線 大口駅・東神奈川駅、JR京浜東北線 新子安駅、東急東横線 白楽駅・東白楽駅・反町駅 横浜市営地下鉄 三ツ沢駅・片倉駅

各徒歩数分

06 おうちdeコラージュ☆コラージュ&カバードクロス教室

オウチデコラージュ コラージュ アンド カバードクロスキョウシツ

私とおうちが好きになるハンドメイド教室

おうちdeコラージュでは【見せたいアルバムレッスン】や【カバードクロスレッスン】をご用意。完成したページや作品は、おうちで笑顔を増やす魔法のアイテムに！作品作りの楽しさや達成感を味わいながら、わくわくとほっこりをお届けします。



TAKAKO

ハンドメイド歴7年。娘が1歳半の頃、ママ目線でハンドメイドの楽しさを伝えられたら!とコラージュレッスンをスタート。親子サロンスタッフ経験もあり、現在は子ども英語のレッスンもしています。

コラージュレッスン1,500円~/カバードクロスレッスン3,000円~
詳細はブログをご覧ください。
MAMAstyle特典:カバードクロス体験レッスン500円OFF

✉ ouchidecollage4580@gmail.com

URL <https://remimama55.amebaownd.com/>BLOG <http://ameblo.jp/ouchicafe4580/>

ACCESS 横浜市営地下鉄 新羽駅 徒歩5分

ハンドメイド 単発レッスン 体験レッスン 資格取得 駅近

07 横浜*菊名~SmileFactory~

ヨコハマ キクナ スマイルファクトリー

コドモと楽しむ ワタシを楽しむ

子どもがいるから、楽しめることがある。

今の私だから、できることがある。

たった一度の人生。

あなたがたくさんの時間を笑顔で過ごせるよう、全力でお手伝いします。



横山たまき

教育学部卒業後、IT企業SEを経て小学校教員に。退職後は子育てをしつつ講座運営活動を行い、現在はSmileFactoryとしてワークショップやイベント出展をしている。

パステルアート講座・体験/キットバスアート講座・体験/メディカルアロマ講座/カードセッション他
詳細はHP・ブログをご覧ください。

✉ smilefactory.yokohama@gmail.com

URL <http://smilefactoryyokohama.wixsite.com/home>BLOG <http://ameblo.jp/smilefactory-yokohama/>

ACCESS 東急東横線・JR横浜線 菊名駅 徒歩15分

単発レッスン 体験レッスン ワークショップ

08 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」も開催しています。



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)
詳細はFacebookをご覧ください。

✉ miel_marche@yahoo.co.jp
📍 okurayama.wakuwaku.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

10 圧力鍋のお料理教室 うちごはんラボ

アツリョクナベノオリョウキョウシツ ウチゴハンラボ

うちごはんラボ

圧熱(あつあつ)マイスターになりませんか?

圧力鍋に特化したお料理教室です。

毎日のお料理にすぐに使える圧力鍋料理と、圧力鍋を安全に正しく使えるようになる知識が学べます。

お使いの圧力鍋にあわせたアドバイスで、メーカーを問わず参加できます。



さいとうあきこ

圧力鍋研究家。主婦目線で生活に役立つ圧力鍋料理を紹介。化学調味料不使用、素材の味を生かした作りやすいレシピが大好評で延べ1500人以上が受講。NHKあさイチなどにも出演。

【圧熱マイスター】ベーシック講座:圧力鍋の基礎知識と基本料理(全3回)資格取得あり
レパートリーコース:毎月新しい圧力鍋レシピを紹介/単発OK・お得なコース制あり
※子連れOK日あり ※詳細はHP・ブログをご覧ください。

TEL 090-1151-5909
✉ info@atsuryokunabe.com
URL https://utigohan-labo.jimdo.com/
BLOG http://atsuryokunabe.blog.jp/ utigohan

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩5分

クッキング 単発レッスン 資格取得 大人向け 駅近

09 une-kitchen

ウネキッチン



お子様同伴可♪マクロビオティック料理教室

「毎日のごはんが、体を、心を作る」だから、続けることに意味があります。無理なくマクロビオティックを気軽に取り入れていただける、簡単レシピが大好評です♪気軽な単発クラスから講師を目指すコースまで!



遠藤和恵

Whole Foods Studio認定: Cooking Instructor
KIJ認定: Kushi Macrobiotic Adviser
KIIX認定: KUSHI Macrobiotic Cooking Instructor
幼児食アドバイザー 3歳と13歳の男の子のママ。

基礎からしっかり学べるBasicクラス 55,000円(全12回テキスト・調理実習費含む)
お味噌クラス・甘酒クラスなど単発クラス 3,900円(1回)~
MAMAstyle特典: お子様のご試食代金無料(通常300~500円)

TEL 080-1300-3592 FAX 045-845-3577
✉ kent_1102@nifty.com
URL https://une-kitchen.jimdo.com/
endo.kazue.7

ACCESS 横浜市営地下鉄 上永谷駅 徒歩7分

クッキング 単発レッスン 体験レッスン 資格取得 土日祝日

11 グルテンフリー kitchenstudio momo

グルテンフリー キッチンスタジオ モモ



おいしく楽しくHappyに!
グルテンフリースイーツ・パン教室

笑っちゃうほど簡単=warakan(ワラカン)がモットー。からだにやさしいグルテンフリーをベースに、家ですぐ再現できるよう、入手しやすい食材で失敗しないコツや美味しくできるポイントをお伝え中。スイーツは卵・乳製品使用。米粉パンは卵・乳製品・グルテンフリー。



滝さゆり

上記グルテンフリースイーツ&パン教室主宰。企業へのレシピ提供やWebマガジンの連載も担当。グルテンフリースイーツインストラクターやwarakan流米粉パン認定講師有成などのサポートもしている。

スイーツ・パンレッスン6,480円~ 詳細はブログをご覧ください。
MAMAstyle特典: 新規限定1,000円OFF
専用申し込みフォーム https://ws.formzu.net/fgen/S5715367/

TEL 080-1824-6493
✉ mama@takisayuri.com
BLOG http://ameblo.jp/watashinomainichi

ACCESS 東急東横線 日吉駅 徒歩15分

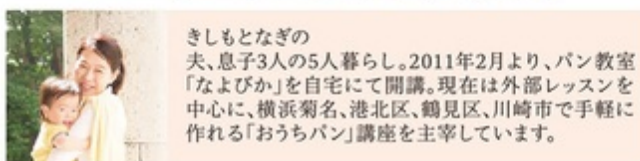
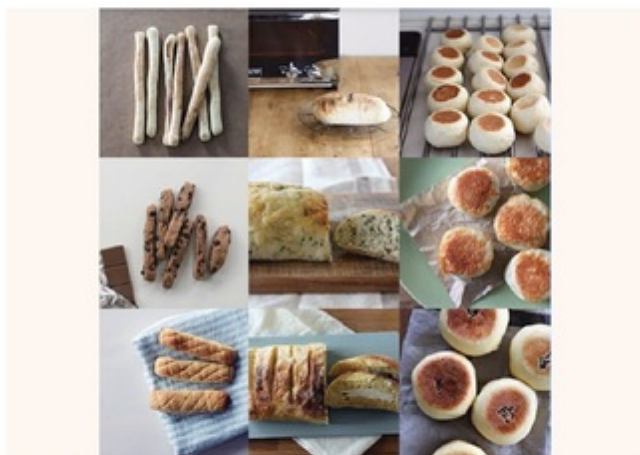
クッキング 単発レッスン 教室 ワークショップ

12 パン教室 なよびか

パンキョウシツ ナヨビカ

お子様連れOK!で、
手軽に作れるパンをレッスン!

どんなに忙しいママでも、パン作り初心者さんでも、パン作りを手軽に身近なものに感じられる「おうちパン」をお伝えします。「おうちパン」とは、夜10分作業をして、朝10分程度で焼けてしまうパンです!お米を研ぐようにとても簡単なパン作りをお伝えします。横浜港北区を中心に、鶴見区、川崎市でレッスンを開催しています。出張レッスンも承ります。お気軽にご連絡ください。



きしもとなぎの夫、息子3人の5人暮らし。2011年2月より、パン教室「なよびか」を自宅にて開講。現在は外部レッスンを中心に、横浜菊名、港北区、鶴見区、川崎市で手軽に作れる「おうちパン」講座を主宰しています。

1レッスン2,000円～「なよびか パン」で検索! 詳細はブログをご覧ください。

✉ nayobika.bread@gmail.com
BLOG <https://ameblo.jp/nayobika-bread/>

📌 [nayobika](#)

単発レッスン 教室 ワークショップ 大人向け 親子向け

ACCESS 東急東横線 菊名駅 徒歩5分

13 横浜星川カラーサロン コーラルブーケカラー&デコ

ヨコハマホシカワカラーサロン
コーラルブーケカラー&デコ

目からうろこのカラーレッスン
「色を味方にマイナス5歳!」

自分に自信がない、黒やグレイばかり着ている、似合う色が分からない、メイク用品が買えない、コーディネートができない、老けて見られる、ふとガラスに映った自分がかかりすぎる…など、あなたの悩み色の効果で一緒に解決します!どんどん綺麗になって楽しいカラーレッスンです。



市村知絵

色でお悩み解決隊長!市村知絵です。おしゃれが好きなのに自分に自信がなかった経験から色はありとあらゆることを解決できる!と実感。体験講座からプロの診断士の育成まで。皆さんを綺麗にするべく毎日活動中!

年中無休、10時～17時半まで。体験講座、色のおケイコ講座、1DAYカラー診断、診断士になるためのプロコース、色彩検定対策講座など多数。詳細はブログをご覧ください。MAMAstyle特典:MAMAstyle持参で500円OFF

TEL 090-9231-0931 BLOG <http://ameblo.jp/chiyami>
✉ chie97mion417@docomo.ne.jp 📌 [chie.ichimura](#)

体験レッスン 資格取得

ACCESS 相鉄線 星川・和田町駅 徒歩8分



おうちで出来るアロマ&リフレクソロジースクール

セルツェ

14

オウチデキルアロマアンドリフレクソロジースクールセルツェ

ママの手で家族を健康にして、
毎日を楽しみませんか？

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の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。

子どもにもできる腸もみセラピー5,000円/他講座 各講座、子ども連れOK! 詳細はブログ・HPをご確認ください。

MAMAsyle特典:サロメニュー10%OFF

TEL 090-9010-9941

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

✉ serutuxe_info@yahoo.co.jp

BLOG <http://ameblo.jp/anasutasia-miu/>

リフレ 体験レッスン 資格取得 大人向け 親子向け 駅近

ACCESS 横浜市営地下鉄 日吉本町駅 徒歩5分

15 LahiLahi

リンパケアサロン

Lahi Lahi

リンパケアサロンラヒラヒ

長津田駅北口まで送迎有り、お車での来店可

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？隠れ家サロンにて肩こりや腰痛、冷え性改善、しわ・シミ・たるみのエイジングケアをいたします。サロン名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・リンパ講師。2児の母。リンパケアをはじめて平熱が一度以上UP、冷え性改善、体調が整う。たくさんママにキレイと健康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中。詳細はブログ参照。

TEL 090-2748-8751

✉ ekosappon5127@gmail.com

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

lahilahietsuko @mpa6964o

ACCESS 田園都市線、JR横浜線 長津田駅 徒歩20分

資格取得 ワークショップ 大人向け

16 はるなごみ庵

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・更年期と変化の多い女性の人生。自分を大切に、好きになり、本来の自分らしさを発揮しやすく、悩みを笑顔に変えるお手伝いを。◇ココロとカラダの手当: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・調節力を知り、様々な治療技術を習得。結婚・妊娠・出産・育児や産院での経験から、「触れる」大切さに気づく。現在クラニオセラピー(頭蓋仙骨療法)など勉強中。

営業日 不定休 月・火…10～13時、水・木・土・日…10～17時、金…終日出張

TEL 090-4624-8945

harunagomian

✉ harunagomian@gmail.com

URL <https://harunagomian-cranio.jimdo.com/>

ACCESS JR京浜東北線 鶴見駅 バス7分

リフレ ワークショップ 体験レッスン サークル

17 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

子どもを出産した瞬間から、母は手放すものが多いです。『自分の時間』ご自分の身体に目を向ける時間作りませんか？ お子さまのお世話はどうしても前かがみになる体勢が多く、肩首背中そして腰に負担がかかりやすいです。ヨガの呼吸とポーズで、心地よく胸が広がり体が軽やかになる感覚を体感してください。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身体にスペースを！何よりも心と身体にスペースのできたママは、お子さまや家族に優しくなりますよ！安定期に入ったマタニティさんもご利用可能です。



YORIKO

マッサージサロンで働きながら、ヨガに出会い12年。ヨガ指導歴7年。独自のヨガ+タイ古式マッサージクラスが好評。出張クラスも多数開催。リピーター多し。2児の母。

子連れOKヨガクラス60分1,700円 詳細はブログをご覧ください。

✉ kirarapakira0506@yahoo.co.jp

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

単発レッスン

ACCESS

東急東横線 白楽駅、東白楽駅 徒歩17分
東急東横線 東白楽駅、JR東神奈川駅よりバスあり バス停より徒歩3分

18 Shanti

ヨガスペース
ヨガスペース シャンティ



ヨガで心も体も健やかに美しく。

お子様同室の自己保育型、ママのためのヨガがメインクラスです。ヨガで心も体もリラックス&リフレッシュさせていきましょう。その日のお子様、ご自分の状態に合わせて半分くらいできたらラッキー♪くらいの感覚で無理なく行っていきます。季節の良い時には多摩川の土手で自然と自分とのつながりを感じる外ヨガをします。その他、単発イベントで瞑想体験、ダイエットワークショップや出張ヨガも承っておりますので、お気軽にお問い合わせください。



ユレナ(田中真希)

3男1女の母。ヨガに出会って体の調子も良くなり、表情も明るく、心と体のつながりを感じられるようになりました。みなさんもぜひ一度この素晴らしいヨガを体験してみませんか？一緒に楽しく心地よい時間を過ごしましょう♪

・武蔵新城スタジオ(新城神社)…月3回 月 9:20~10:20 or 10:45~11:45 / 第1~第3水 10:45~11:45 月会員3,000円(お子様入園後3,500円)
・武蔵中原スタジオ(宮内こども文化センター)…月2回 金 9:45~10:45 / 11:00~12:00 月会員2,000円(お子様入園後2,500円)
・MAMASstyle特典:両スタジオとも体験レッスン800円→500円に。

TEL 090-6795-5200

✉ shanti.yurena@gmail.com

URL <https://yoga-space-shanti.jimdo.com/shanti.yurena>

スポーツ 教室 駐車場あり 大人向け 駅近

ACCESS JR南武線 武蔵新城駅 徒歩5分



トルマリん

トルマリん



19

体が硬くても大丈夫! 身体の基本“背骨”を整え、不調を快調に!

カキラ=「関節(Kaカンセツ)をほぐして・身体の機能(Qiキノウ)を改善し・日常生活を楽(Laラク)にする」ことを目的としたエクササイズです。身体の硬い人・運動の苦手な人・体力のない人にもおすすめ。「吸う」ことに重点を置いた心地良い呼吸と簡単な動きで全身の関節を効果的に動かして、背骨を整えていきます。氣石整体=服を着たままで自律神経を緩める特殊なマットに横になり、温めた天然石のパックを体に載せて血行を良くします。肩こり・腰痛改善、疲労回復に! 自律神経も整うので免疫力もアップ! 何より癒されますよ。



榎えり子

フィットネスインストラクター歴25年。ダンスフィットネスから子ども向け・親子向けまで幅広く指導。カキラは、大人・子ども・高齢者・身体が硬い人・運動が苦手な人みんなOK。優しい空間で心身ともにほぐしましょう!

体験レッスン1,000円 詳細はHPをご覧ください。

MAMAsyle 特典:Roxレギュラー30分(トルマリんホットパック+マッサージ)通常1回3,000円を1,000円で。

TEL 045-716-8751

URL <http://www.happycamellia.jp>



tourmaline@happycamellia.jp



[erikotourmaline](https://www.facebook.com/erikotourmaline)

スポーツ 体験レッスン 単発レッスン チケット制 土日祝日 駅近

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩2分



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



20

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、声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時~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

21 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!
キッズスペース完備!片倉町に2店舗目OPEN!!

「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きたいはず。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。



二木彩

マツ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円→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)

TEL・所在地 白楽店 045-716-9876 神奈川区白幡町2-18 片倉店 045-548-8004 神奈川区片倉5-7-23

URL <http://luxeeyelashbeauty.jimdo.com/> 予約サイト <http://beauty.hotpepper.jp/kr/sinH000340555/>

体験レッスン 駅近 大人向け

ACCESS 東急東横線 白楽駅、横浜市営地下鉄 片倉町駅 各徒歩5分

22 Butterfly Lash eyelash salon

バタフライラッシュ アイラッシュサロン



まつ毛で、想像以上の人生に。
大人のまつ毛エクステ。

20代の頃からマツエクをしています、こんなに楽で自まつげも健康になり、上品な仕上がりで長持ちするものだと初めて知りました。(40代主婦)

【まつ毛エクステでお困りではないですか?】

まつ毛エクステは付けたいけどどこのお店がいいの?

興味はあるけど、目だから本当に大丈夫?

付けまつ毛みたいになるのはちょっと…

分からないことはどうぞ私にお任せ下さい!!

駅から徒歩1分。朝9:00オープン、ネイルと同時施術OK、忙しいママの為のサロンです。



小山優加(代表)

アイデザイナー歴12年、述べ8500人以上に施術。見た目5歳若返り、デザイン性が高く持ちが良いと埼玉など遠方よりのお客様も多数。8歳6歳の2児の母。

9:00~20:00 (不定休) 初回限定 上まつ毛100本60分6,000円/140本90分8,000円/200本120分10,000円
MAMAstyle特典:初回限定500円OFF。詳細はHPをご覧ください。

TEL 050-7581-3558

✉ butterflylashy@gmail.com

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

📍 @wwv7845t

美容系 土日祝日 駅近 大人向け

ACCESS 東急東横線 妙蓮寺駅 徒歩1分

23 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回1,500円～ 詳細はブログ・HPをご覧ください。
MAMASstyle特典:次回以降使える(有効期限1年)500円OFFチケット

✉ tosmilearoma@gmail.com
URL smilearoma.suuhun.com
BLOG http://ameblo.jp/tomo-aromama/
ACCESS 相鉄線 平沼橋駅 徒歩1分
教室 駅近

24 アロマリンパケアサロン恋

アロマリンパケアサロンコイ

アロマで心・体・肌ケアしましょう

日々の疲れやストレスを、安心な自宅サロンで癒してみたら如何でしょうか、経絡・ツボを刺激しながら、リンパの流れを整えていきます。リンパの流れを良くすると便秘、肥満、むくみ、肩こり、ストレス軽減、美容色々効果が有ります。施術後は本場中国の花茶のサービスで心も身体もリフレッシュ。【中国語も可能です】



桑原恋

上海出身。夫は日本人。二児の母。日本暮らし約15年、子育てしながらヘッド・フェイシャル・全身リンパケアセラピストの資格取得、自宅サロン開設。友達の家へ行く感覚でご来店ください。話好き。

基本平日営業。土・日・祝日のご予約はメールで相談可。/ヘッド・リンパケアトリートメント20分2,500円~/フェイシャル・リンパケアトリートメント(クレンジング入り)35分3,000円~/全身・リンパケアトリートメント50分4,500円~/他メニュー&オプションあり。ご予約時にご案内。
MAMASstyle特典:初回1,000円OFF、友人紹介で500円OFFなど。

✉ aromasalon.lian@gmail.com
BLOG http://ameblo.jp/aromasalon-lian
ACCESS JR京浜東北線 新子安駅 徒歩7分
美容系

25 なごみのもり

ナゴミノモリ



黄土よもぎ蒸しと布なぶきん

よもぎ蒸しは、韓国で「生きた土」と言われる黄土で作られた座器を使用。遠赤外線だから芯から温まります。布なぶきんはオーガニックコットンを使用し、ひとつひとつ心を込めて手作りしています。



中川和代

5人の子育てをしながら、自分らしさを忘れず、女性の癒しとおまのあたためを提案。自宅でよもぎ蒸しを提供する他、布なぶきんのネットショップやイベント出展など活動中。

黄土よもぎ蒸し:不定期開催3,000円～(出張可)※詳細はブログかFacebookで。
布なぶきん:ネットショップ「和tikutiku」http://tikutiku.handcrafted.jp
※イベント出展についてはブログ・Facebookをご覧ください。

✉ happy.khn.happy@gmail.com
BLOG https://ameblo.jp/happy-khn-happy
kazuyocchi
ACCESS 相鉄線 三ツ境駅 徒歩8分
駐車場あり ハンドメイド

26 「運を良くする こどもと自分育て」お話し会

ウンヨヨクスルコドモトジブンソダテ オハナシカイ



ココロとカラダとすまいを元気に子育て!

子育ては、喜びと感動をもたらしますが、気不足から、イライラや怒り、悩みも増えます。からだとすまいの氣を整える【KHALARI-Method】で、自分に希望と自信が持てて元気になります。



青山佳澄

【環境改善で健康と運氣アップ】風水鑑定士・開運四柱推命士。アトピー子育てから生まれた体感・体幹風水メソッドで、心身経済の健康を高めていきます。

参加費3,000円(3名~/)日常の子育てや自分の悩みを気軽に話し、お互いアドバイスしながら、からだとすまいの風水のポイントをお伝えます。詳細はHP・ブログをご覧ください。直接お問い合わせください。

✉ khalari8@gmail.com
URL http://khalari.jimdo.com/
BLOG http://ameblo.jp/khalari/
ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩5分
単発レッスン 大人向け 駅近

27 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？



やまだじゅりあ

横浜みなとみらい出張撮影J's 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。

無料メルマガご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！詳細はHPをご覧ください。

MAMAsyle特典：写真教室初回1,000円割引、出張撮影10%OFF

TEL 045-568-8418

URL

<http://jzworks.photo/>

✉ info@jzworks.photo

BLOG

<http://ameblo.jp/jzworks>

教養 単発レッスン 資格取得 教室 駅近 大人向け 親子向け

ACCESS 京浜急行線 黄金町駅 徒歩2分
横浜市営地下鉄 阪東橋駅 徒歩10分

28 子どもと家族の笑顔撮影 ～Joyful Works～

Joyful smile
photography

コドモカゾクノエゴオサツエイ 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。

撮影会：20分7,000円～/出張撮影：1h 20,000円～/撮影ワークショップ：2h 6,000円～

詳細はブログをご覧ください。イベント撮影等は直接お問い合わせください。

✉ joyfulworks.info@gmail.com

f Joyfulworks.page

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

@2525photo

教養 単発レッスン イベント 土日祝日

ACCESS 小田急線・相鉄線 大和駅 徒歩10分



子どもがいてもすっきり暮らせる収納術

yasuko style

yasuko style

29

コドモガイテモスッキリ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」を手に入れませんか？

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、今最新の収納法をテーマを決めてお伝えします！

大倉山から徒歩5分の『MAMAstyleカルチャー教室』にて少人数制でお子様を預けて気軽に学ぶことができます。終了後(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ね。



あなたにとっての
心地いい空間は？



リバウンドしない
片づけ方とは？



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。長男出産を機に自分が片づけに悩み、収納コンサルタントとして独立。3児を育てながら個人宅の片づけや講師、執筆など活動中。

収納講座:10時~11時半(終了後希望者はランチあり)3,500円(資料代・税込)※託児付き(別途1,000円)/個人宅コンサル:1.5h 15,000円(税・交通費別) 引越前アドバイス、お片づけ作業も承っております。 ※収納講座、個人宅コンサルともに詳細はブログをご覧ください。

TEL 070-6998-8990

BLOG 「子どもがいてもすっきり暮らせる収納術」

✉ unoshuno@gmail.com

http://ameblo.jp/unoshuno/

単発レッスン 駅近 親子向け

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩5分

ウーマンネットアカデミー
&コンサルティングWomanet
Academy & Consulting

30

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)~

詳細はHP・Facebookのスケジュールをご覧ください。

TEL 045-642-7732

URL http://www.womanetacademy.com/

f womanetacademy

BLOG http://ookurayama-cafe.jimdo.com/

教養 座学講習 駅近 大人向け

ACCESS 東急東横線 大倉山駅 徒歩30秒

31 Aoba violin class (旧 あおば音楽教室)

アオバ バイオリン クラス



本物の中で、経験から学ぶ。

【現役の教師が教えるバイオリン教室】

学校現場の授業スキル、経験を活かし、子どもの発達の段階に合わせた完全個別対応のレッスン。

出来る!出来た!を積み重ね、技術面の強化に偏ることなく、努力を惜まず、自分を信じる力を育みます。



わたなべかなこ

東京音楽大学付属高等学校、同大学卒業。在学中より、フジテレビドラマ《のだめカンタービレ》ののだめオーケストラメンバーとして活動。同ドラマへ出演。クリスタル・ケイなどをはじめとするアーティストのMV、au、日興コーポリアル証券など企業CMへ出演。

月～水・金・土/月2回8,000円・月4回15,000円/個人・グループどちらも可/無料体験レッスンOK(楽器貸し出しあり)
詳細はHPよりお問い合わせください。

✉ aoba.music.com@gmail.com

URL <http://aoba-music.com>

f aoba.violin

教室 駅近 子ども向け 親子向け

ACCESS 田園都市線 市が尾駅 徒歩2分

32 ママのための「おうちde モンテッソーリ」@横浜山手

ママノタメノ オウチデモンテッソーリ アット ヨコハマヤマテ

ママ向け!「モンテッソーリ流子育て」で
「イヤイヤ期」を楽しく愛おしく

モンテッソーリを知育にプラスし、国大附属小受験対策まで指導する「山手駅前幼児教室」が提供するママ向け講座です。ママがちょっと工夫するだけで、何気ないご家庭でのお子様の時間が輝き出します。お子様の日常を楽しく賢く充実させる『ママのための「おうちdeモンテッソーリ」@横浜山手』はママが主役。モンテッソーリを日常に取り入れることでママの心に余裕が生まれ、イヤイヤ期のママのイヤイヤ感がぐんと薄まります。数々の敏感期はお子様が大きく伸びる時期。「学力につながる知育」を始めるチャンスです。



くわたたかえ

横浜高島屋内幼児教室講師 兼 山手駅前幼児教室代表。協会認定幼稚園・小学校受験指導者。英語科中学・高校教諭1種免許有。NYで出産。息子の小・中学受験・海外高校留学・大学受験を経験。海外在住歴8年。

モンテッソーリdeすくすくベビー/モンテッソーリde「イヤイヤ期」を楽しく愛おしく!/モンテッソーリde入園準備/おうちdeできる小学校入学準備/おうちde始める附属小受験準備/帰国子女・インター生フォローアップ/中学受験で伸びる幼児教育/小・中・高校受験の向き不向き 他各2h程度(内容・場所により)1,000~2,000円/詳細はWeb・ブログをご覧ください。MAMASstyle特典:モンテッソーリor知育教具プレゼント

TEL 045-878-0090

✉ yamate.education@gmail.com

BLOG <http://ameblo.jp/yamate-education/>

単発レッスン 駅近 座学講座

ACCESS JR根岸線 山手・石川町駅 徒歩1分

33 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

お子様連れで一緒に学べる着付け教室

赤ちゃんが産まれるとお宮参り・七五三・入卒園式・入学と7歳までに着物を着る機会がギュッと詰まっています。お子さんが手がかかる時期だから着物を着るチャンスです。お子様連れOK。ママの初めの一步を応援します。



いのおか真知子

2児の母。子どもができてから、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9~16時/七五三、入卒園式に着れるフォーマル着付け全7回他/
つまみ細工体験/個人レッスン/出張着付けご対応いたします。
詳細はHPをご覧ください。

✉ tstk.khr@gmail.com @zhc6152z
URL <http://kimono-asanoha.amebaownd.com>
BLOG <http://ameblo.jp/a-sa-no-ha/>
ACCESS 横浜市営地下鉄 高田駅 徒歩5分

単発レッスン キャンセル料なし 駅近 駐車場あり

35 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いませんか？あなたやご家族に合わせたお片づけの方法を一緒に考えます。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、ご自宅の写真をし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:1h 2,000円+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/クリエイティブデザイン学
ISD個性心理学各種診断 出張でご対応いたします。

✉ naoiwsk@gmail.com
URL <https://www.roomdofirst.com/>
BLOG <https://ameblo.jp/roomdofirst/>

体験レッスン 資格取得 座学講習

34 蔵やまと

食の情報と日本の和ごころをお届けする



シヨク/ジヨウキウトニキン/ワゴコロオトドクスル クラヤマト

食べることもっと好きになる!
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』に関す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箸教育講師。はまふんどコンシェルジュ。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。

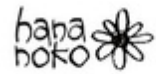
5人〜 出張でご対応いたします。

✉ kurayamatojapan@gmail.com
FAX 045-330-6570
📍 [kurayakuraya](http://kurayakuraya.com)

教養 教室 イベント ワークショップ

36 hananoko

おうちサロン



オウチサロン ハナノコ

おやこのあつまる はっぴーすぺーす

イヤイヤ期なし!こどもの生きる力を引き出す子育てがしたいママと赤ちゃんのハッピーをお手伝いする講座・お話し会・イベントを開催しています。



伊藤あきこ

6歳差姉妹の母。おむつなし育児アドバイザー。ママと赤ちゃんの毎日が楽しくなるお手伝いをと2014年hananoko開始。講師を招き足育、おむつなし育児、さらにおんぶ、卵乳製品なしおやつ教室、離乳食、断捨離など開催中。

主に平日午前中開催。参加費はイベントにより2,500~5,000円程度。

✉ hananoko.yoyaku@gmail.com
URL <http://hananoko-kamakura.com>
BLOG <https://ameblo.jp/hananoko-kamakura/>
📍 [wakuwaku.hananoko](http://wakuwaku.hananoko.com)

ACCESS 江ノ島電鉄 由比ガ浜駅 徒歩6分

ワークショップ サークル 親子向け

37 一般社団法人 シュフレ協会

イッパンシャダンホウジンシュフレキョウカイ

毎日がよりハッピーに快適に

「こどもは未来の宝物★そのこどもを一生懸命育てている子育て世代を応援することは自分たちの未来を守ることに繋がります」を合言葉に親子で楽しみながら学べる場作りをしています。

- 参加費 平均 1,000 円
- 確かな情報だけを厳選
- 高いラグジュアリー&ホスピタリティーを追求
- 独自ルールで良質なつながりを提供
- 保育者常駐のこどもの遊び場あり

※宗教やネットワークビジネスの仲間づくりや営利の宣伝目的参加は完全排除



たけつぐなおみ

2014年9月、家事が苦手なママの声から誕生!学びたいとき、誰かとたわいもない話しをしたいとき、家計に負担なく親子で楽しめる「子育て世代のリアルコミュニティ」を企業や団体と共創するために日々奔走中。

詳細は HP をご覧ください。

TEL 0120-72-1010 (平日10~19時)



info@shufure.com



shufure

イベント | サークル | コミュニティ | 保育あり

おかげさまで5周年

MAMAstyle Staff

「MAMAstyle」をつくっているのは私たちです



Main Staff



稲垣多佳子 Inagaki Takako ママ起業家プロデューサー、飾り巻き寿司マイスター、名前のことだま師
孤独な育児をしていた自分のような人の受け皿になればと自宅教室をはじめ8年。たくさん
の生徒さんやママ先生達とのご縁が『MAMAstyle』を作るきっかけになりました。

→小さな教室の始め方、イベント企画、お名前鑑定、子連れで楽しむ巻き寿司&デコもち教室「ひだまりcafe」主宰
レンタルスペース「こもればサロン」運営



瀧牧子 Taki Makiko ママ起業家プロデューサー、ライター

5年前、「地域で特技を持つママがつながれば、大きなパワーになる!」とママ先生の情報を1枚
のペーパーにまとめたのが『MAMAstyle』のスタートになりました。

→起業の第一歩、ママサークルの運営、イベントの企画運営のご相談。子育て中、避けて通れないPTA・子ども会
と付き合い方もお話できます。

Support Staff



もりかわ ゆきえ Morikawa Yukie webデザイナー、プログラマー
ウェブデザイナー歴17年の実績を活かして「がんばるママ起業家のサポートがしたい!」寄り
添える身近なウェブデザイナーとしてI♡Netに参加させていただいています。

→収入UP!を目指す起業家の寄り添える身近なウェブデザイナー。ホームページ制作、アメブロカスタマイズ、
集客ツールの使い方のご相談など。



柴崎 久美子 Shibasaki Kumiko グラフィックデザイナー

“産後ママの孤独を救う”思いに共感し、『MAMAstyle』vol.4から冊子デザイン
改訂などに携わっています。

→実力と志ある方が発信ツールでもその力を発揮できるようサポートします。かわいくて洗練された
デザインのPRツール、プロフ写真、イラスト、コピーライティング仕上げのひとさじのご相談など。





たまにはお茶する時間作りませんか？

0120-957-757

Menu

家事代行サービス

整理収納サービス

ハウスクリーニング

みんなどんな時に家事代行を頼んでいるの???



◎家事に疲れた時

◎子供や夫との時間を作りたい時

◎仕事が忙しいので、週一で



◎お友達が遊びに来る前日

◎収納を見直したい時（整理収納サービス）

◎自分の力ではどうにもならなくなった時



✉ info@copier.jp

〒245-0062 横浜市戸塚区汲沢町 1161-1 石井ビル1階

🌐 http://www.copier.jp



ママが輝く
社会をつくる

Woo-By.Style

～ママの笑顔は家族の元気～

株式会社 Woo-By.Style (ウッピースタイル)

〒241-0835 横浜市旭区柏町 27-1

電話：045-442-4105 FAX：045-442-4106

URL：http://shop-woo-by.com/



ウッピースタイル 🔍



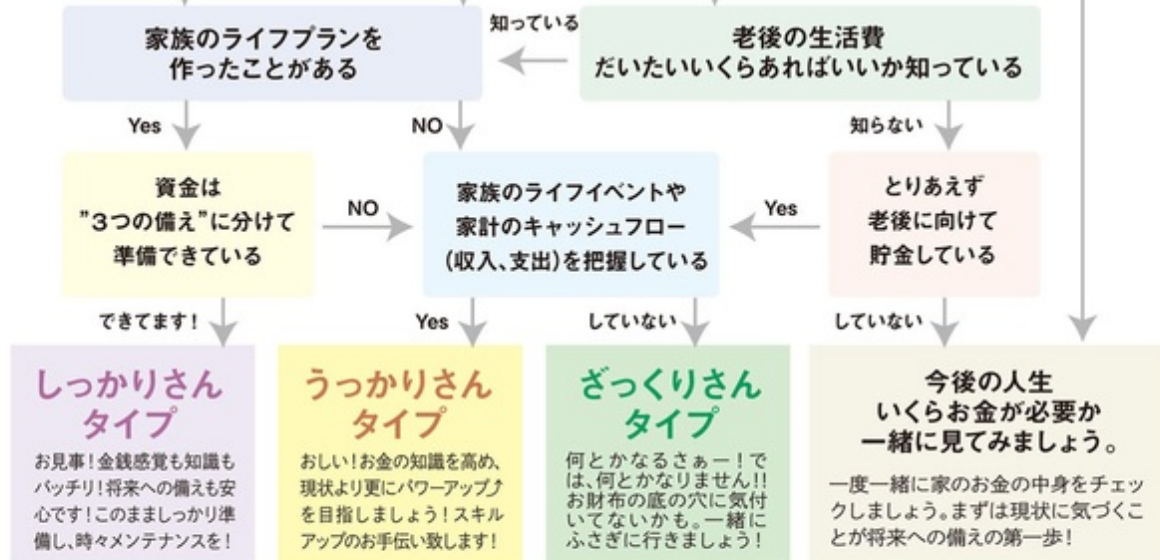
これからどうする? おうちのお金



家族が増える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?

- 公立? 私立?
こどもの教育費
- 賃貸? 戸建て? マンション?
お家の購入
- 年金で足りるのかな...
老後の生活費
- どれか一つに絞れない...
まとめて全部



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

お近くまで
出向きます!

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ね。
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。



Sony Life

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、お会いできた皆様が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

ご来店にてお茶会参加費として
ドリンクおかわり券

大して通話もしないのに、
1契約あたりのスマホ料金を
毎月**5,000**円以上払っている方へ
大切なお知らせがあります。



《無料メール講座公開中！》

「あなたのスマホ料金が安くない**7**つの罠」▶



【お問合せ】

家計の固定費削減協会 すまほの窓口 担当:おびなた sim@kkskg.xyz

子どもが大きくなったら
うちもリフォームしたいな♪



そんな声に、
誠意をもってお応えします！

数ある施工業者から **住宅相談窓口横浜店**
相性ピッタリの
会社をご紹介！ **株式会社 共栄**
224-0023 横浜市都筑区東山田3-12-2
Tel/Fax **045-590-0066**
Mobile **090-4661-6936**
Email **info@kyoei-company.com**

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

家族重視で 月15万円以上稼ぎたい フリーランスママが 『無理なく売れる商品』を創る キホンセミナー

何十年も生きてきた
経験やスキルは
商品になることがわかる

自信のないあなたでも
人の役にたてる
商品が作れる

集客の方法をいくら
学んでも商品企画には
勝てないことを知る

無理なく月商を
安定化する方法が見え
家族との関わりも和らぐ

プチ起業から卒業し、月額15万円を稼げる ファミリーハッピーなフリーランスママになろう！

「好きを仕事に」をキーワードに、主婦が空いた時間で起業するいわゆる「プチ起業」が数年前からブームです。しかし、初期に比べSNSやブログが普及した今となっては、起業そのものの難易度は低下しており、例えば、夫の扶養からの脱却といった、次のステップに進みたいというニーズが増えました。月額15万円というのはあくまで目安の基準として、ご自身のバランスで収益をコントロールできるようになりませんか。

日程や詳細はお申し込みサイトをご参照ください。

フリーランスママ 15万円



<http://yourbd.biz/15man-seminar/>



時間 10:30~12:30

定員 5名

参加費 5,000円

参加特典 参加者に通知

【横浜セミナールーム】

場所：神奈川県横浜市西区北幸1-11-1 水信ビル7階
アクセス：各線横浜駅徒歩4分

【新宿セミナールーム】

場所：東京都新宿区新宿2-12-13 新宿アントレサロンビル 2F
アクセス：各線横浜駅徒歩4分

セミナー内容

誰でも潜在的に持っているオリジナル商品ネタの発掘方法をはじめ、自信を持って販売できるようになるための考え方など、家族との時間を増やすために独立した自分の起業体験とも重ねながらお話させていただきます。

さらに、決まりきったノウハウだけでなく、性格や家族環境にも配慮したアイデア出しが大川流。

とにかく売上を上げれば良いという考えでなく、さらに、ブログやSNSに毎日投稿しない方法も探り、あなたの貴重な時間に配慮したご提案をいたします。



講師：大川龍也

合同会社ユアブランディング代表。前職で編集長として、横浜を子連れにやさしいマチにするWEBマガジンHaMaWoを運営。3年間、子連れ外出をサポートする情報を提供し続ける。フリーランスママのサポートにも取り組み、2,000人以上に会い、8名の女性起業家を講師に招いた「HaMaWo起業塾」などのイベント活動も主催。2015年10月の独立後は、プレスリリースを軸にしたブランディング事業を基に、2016年3月に合同会社ユアブランディングを設立。2017年2月には、ファミリーハッピーママズビジネスプロデューサーとして活動を開始するとともに、神奈川県より、かながわ女性の活躍応援サポーター認定を受ける。



かながわ女性の活躍応援団

合同会社ユアブランディング

横浜市西区北幸1-11-1 水信ビル7階

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、お子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。

おやこの心をつなぐ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。

MAMAstyle[◇]コミュニティへGo!

たのしく解決!

説明会
随時開催中!



ママなら誰でも



見守り保育付

母子分離型

子どもがいても
趣味や習いごとで没頭できちゃう!

MAMAstyle[◇] カルチャー教室

初回の
保育料が
割引に!

見守り保育
2時間
1,000円

受講料
1,000円~



LINE@でおともだち追加! →

好きを仕事に
したいママ



MAMAstyle[◇] ビジネススクール

「ママだからできる仕事がしたい」人へ!
何からはじめたらいいか基礎からちゃんと学べる
ママ対象のまじめでやさしいビジネススクール♡

基礎 “自分の根っこを見つめ直す”など6講座
ステップアップ 集客・チラシづくりのコツなど

いつでも
大歓迎!

MAMAstyle[◇]の

参加費
500円~

ゆるくて 気軽な 部活!

ハードルの低い部活だからこそトライできる!
ただ楽しむうちにお悩みが解決しちゃったり...!!
MAMAstyleメンバーって
実はライフスタイルもオモシロくて深い!

着用に
トライ!部

PTAをできるだけ
楽しく乗り切る!
相談部

保育園ママの毎日を
楽しもう部

ランチは自作したい!部

中学受験
ってどう?部

おうち起業
よろず相談部

私は子どもの
マネージャー!?部



参加費は
ランチ代
のみ!

リラックスした雰囲気で、
一緒にランチをしながら
自然と人脈が作れたら...!
...というフリーランスママ!ご飯でも♡

フリーランス ママとして MAMAstyle[◇] フリママランチ会

- 自己紹介で全員が一度に情報共有
- ママビジネスの専門コンサルタントに
時間内無料相談。解決策のアイデア
出しをお手伝い!

※勧誘や売り込みなどNGとしています。

MAMAstyle 第5号 2017年10月発行

発行/編集: I♥Net (アイネット) 発行人/稲垣多佳子、澁谷子 デザイン/柴崎久美子 (Maruku) Web制作/もりかわゆきえ (yukiweb)

表紙モデル/きしもとさん親子 P7 なよびか 撮影/やまだじゅりあ (J'zWORKS) P13 日本ママカメラマン協会 ロケーション/大倉山記念館



MAMAstyle.yokohama



info@inet.yokohama