

2026

7月8月

- 住育講座
- 健康講話
- 地産地消
- 子育てカフェ
- 住まい手様
- その他



エコショップ水曜定休

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
6/29 ナチュラル柔軟剤	30 手づくりめんつゆ	7/1	2 装いを愉しむ彩りアクセサリ-展 7/2(木)~26(日) 小枝のイヤ-カフWS	3	4 ■エコクラフト バンドでカゴ	5
6	7 ■タティングレース	8	9 ■手織り・草木染め	10 ■石印を作ろう	11 イトコーの家 完成見学会 P8→ 小枝のイヤ-カフWS	12
13 ■アロマとハーブ	14 アロマで虫除け	15	16	17	18	19
20 海の日	21	22	23 ■布花あそび	24 ■石印を作ろう	25 東洋医学で夏対策	26
27 ■ニットカフェ	28 ■五感で感じる！ 石焼クッキング	29	30	31	8/1 コドモ工務店	2
3 「沖繩の器」展 8/2(日)~9/5(土)	4 ■タティングレース	5	6	7 ■エコクラフト バンドでカゴ	8	9
10	11	12	13	14	15	16
エコショップ+夏季休暇 8/9(日)~16(日)						
17 ■ニットカフェ	18	19	20 ■手織り・草木染め	21 ■石印を作ろう	22	23
24	25 ■五感で感じる！ 石焼クッキング	26	27 ■布花あそび	28 ■石印を作ろう	29 穂の国の森からつながる 地域づくりの会 上映会&講演会	30
31	左記のQRコードを読み取っていただくとWebサイトに繋がります。 こちらからもエコショップの教室、講座をお申込みいただけます。					30

ITOKO Lab ecoeco通信

2026
7月8月



お知らせ

エコショップでのお買い物に限り、各種クレジットカードをはじめ様々な種類のキャッシュレス決済がご利用いただけます。

ECOSHOP+イトコー

発行 / 掲載に関するお問合せ先
☎ 0120-86-4191

エコショッププラス

〒442-0069 豊川市諏訪西町2丁目245番地
営業時間 / 10:00 ~ 17:00 定休日 / 水曜日・祝日
※ecoeco通信は2ヶ月に1度発行しています。



今月の言葉 朗らかな心は まわりを一変させる

一本のローソクに火をともしせば、
暗闇はたちまち消える。
自分が光れば、周囲も光る。

社団法人 倫理研究所 「今日の道しるべ」より

8/1 土 2026 開催!

毎年恒例!

Meistars
イトコーマイスターズ

会場 イトコー
事務所前

予約制

コドモ工務店

雨天中止・小雨決行

ご予約の際は下記をお伝えください。

- 参加される方のお名前
- 参加される方の年齢
- 連絡先
(お子さんの場合は保護者のお名前と連絡先)

体験の内容は随時コチラに
順次掲載していきます。→
※体験内容は変更になる場合もございます
お申込み QR コードまたはお電話で→

0120-86-4191



※小学生以下のお子様は保護者の方の付き添いを
必ずお願いします。

参加費

500円 / 1名

参加費は「穂の国の森から
つながる地域づくりの会」
へ寄付させていただきます。

職人の仕事を愉しく体験しよう!

check!
今年は年齢にかかわらず
どなたでも参加OK!

開催時間 9:30▶11:30



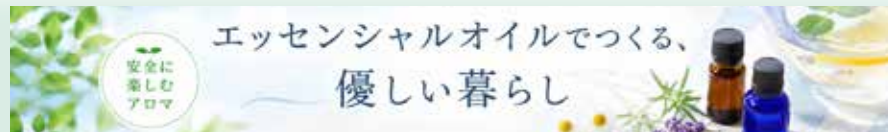
何十年も住み続ける「家」は、
たくさんの職人さんの
手仕事により完成します。
このコドモ工務店では
家づくりのお仕事体験で
お子さんの真剣な顔、愉しむ顔
が見られます。
ゲームでは得られないリアルな達成感
を感じてもらいたいと思います。

今年は子どもから大人までどなたでも
参加いただけます。
職人の仕事に興味をお持ちの方
是非ご参加ください。

写真は昨年のコドモ工務店の様子です。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

(株)イトコーは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています
SDGs チャレンジ!マイバックを持ってよう!



安全な方法で栽培された植物から抽出された純度の高い精油を使った講座です。
2つの講座とも容器付でお持ち帰りいただけます。

06.29

ナチュラル柔軟剤作り

先着予約 地産地消

市販の柔軟剤、ちょっと香りが強いな...と
思ったことはありませんか?

このワークショップでは、100%植物生まれの安心安全な
エッセンシャルオイルを使って自分好みのナチュラル柔軟剤
を作ります。いい香りに包まれて癒されながら楽しい時間に
してもらえたらうれしいです。

○柔軟剤 500ml(1回 30ml 使用で約 15 回分) お持ち帰りできます。
○好きなエッセンシャルオイルを複数選びブレンドできます。

10:00 ~ 12:00 ¥ 2000円 エコショップ+2F 8名
じょうご、キッチンスケール(あれば大丈夫です)



※写真はイメージです。

07.14

アロマ虫除けスプレー作り

先着予約 地産地消

赤ちゃん、ペットちゃんにも安心して使える虫除けをお探し
の方、市販の虫除けを使うのが気になる方必見!
エッセンシャルオイルを使って、香りも楽しめるナチュラル
虫除けスプレーを作ってみませんか?

虫が苦手な香り、肌に触れるものの選び方など、ゆる〜く
お話しします♪
作ったスプレー 50ml はそのままお持ち帰りいただけます!

10:00 ~ 12:00 ¥ 1000円 エコショップ+2F
特になし 8名



※写真はイメージです。

講師 辻美穂さん



自宅でネイルサロンを運営し
ながらアロマワークショップ
やマルシェ出店しています。



Message

海外では医療にも使われているメディカル
グレードの純粋な香りに癒されながら
「体も心も整う」を"ほっこり"とお伝えします。

07.02 木
▶▶.26 日

『装いを愉しむ、彩りアクセサリ』展



いつもの毎日にほんの少しの特別を。
組み合わせを愉しみ、あなたの暮らしに彩りを添えるアクセサリ。
透明感や美しさを大切に、そっと心ときめく作品を製作しています。
シンプルな装いに、動きや抜け感を出すのにアクセサリの重ね付けもおススメです。

天然石を使ったイヤークラフやネックレスやプレスレット、イヤークラフやリングなど様々な作品をお持ちしますので、お気に入りを見つけに来てください。



🕒 10:00 ~ 17:00 (水・祝日定休) 📍 エコショップ+1F

作者 fork and spoon さん



東三河を中心にイベント出店をしています。
ウェディングや成人式などのオーダーにも対応しています。

小枝イヤークラフを作ってみませんか？

7/2 土 11 土 予約不要

🕒 (開催時間) 10:00~15:00

お好きな時間にお越しください。
たくさん色、形のビーズから選べますよ。



08.02 日
▶9.05 土 まで

『沖縄の器』展
～やちむんと琉球ガラス～



読谷村「横田屋 (ゆくたや) 窯さんのやちむん (焼き物)」と、うるま市「再生ガラス工房 てととさんの琉球ガラス」です。
器を手にとると、温もりを感じる作品達です。
沖縄でしか見ることのできない作品です。
是非、この機会に手にとり、気に入った器で食卓を彩ってください。



🕒 10:00 ~ 17:00 水・祝日定休
📍 エコショップ+1F 🏷️ 来場無料

主催 リラクゼーションサロン 歩ず木 (あずき) さん



ヘルスケアクラス フェアアリリースのすずきです。歩ず木は店舗名です。生粋の沖縄リピーターで移住経験もあります。今回、紹介する作家さんは沖縄旅で親しくなり、必ず足を運ぶ場所になっています。



Message

「やちむん」は沖縄の言葉で、やち=焼、むん=物を意味します。特徴として、厚みがあり、絵付けの鮮やかさと独特な紋様が描かれ、沖縄のあたたかなパワーを感じられます。
「琉球ガラス」は廃瓶を炉で溶かし、吹き竿で空気を送り込んで制作されます。ほどよい厚みや丸み特徴、廃瓶利用のため気泡が入りやすく、この気泡が沖縄の海や涼しさを連想し、魅力の一つです。

07.25 土

かんたん東洋医学③
～お灸で熱中症、クーラー病対策～



👉 先看予約 🗣️ 健康講話

近年、温暖化などの影響で暑い夏の期間が長くなり、この時期の体調管理がますます難しくなっています。自律神経失調や免疫力低下により起こる熱中症やクーラー病への対策として、お灸治療が有効であることが認められています。このセミナーでは、簡単な東洋医学を学びながら、お灸を使った夏のセルフケア方法を紹介します。お灸を通じて、体調を整え、健康な夏を過ごしましょう！

※ご家族にもしてあげられるようにお灸のお土産付き。

🕒 10:00 ~ 12:00 📍 エコショップ+2F 🏷️ 1000円 (材料費込、お灸のお土産付)
👉 ひざ下、ひじ下が出しやすい服装 👥 8名



講師 山本一成 さん



鍼灸・カイロプラティック
治療院 伍行堂 院長
はり師、きゅう師、
あん摩・マッサージ・指圧師免許
応用理学士 (カイロプラティック)
施術歴 30年以上



Message

慢性的な体の不調は体質改善と免疫力UPが必要です。普段からの適度な運動とセルフケアの一つにお灸温活をオススメします。参加者お一人ずつ「ツボ」を確認します。

coworking space Information vol.8
TOCOTOCO

● TOCOTOCOは音降る山フェスティバル事務局です

プレイベント「音降るプチ」を開催。
たまたま赤塚山公園で遊んでいた方々が、足を止めて楽しそうに演奏を聴いてくれました。偶然出会った人まで巻き込んでしまうのが、音降る山の魅力です。本番に向けて参加者も募集中！
また、Spotifyではラジオ「音降る山のふもと」も配信中。

イベントの魅力や実行委員の想いを共有する番組です。
ぜひチェックしてみてください。



音降る山フェスティバル

日時：10月24日 土 ※雨天予備日10/25
会場：赤塚山公園 市民のスクエア

チケット販売サイト 音降る山フェスティバル webサイト



当月のスケジュールはInstagramのプロフィール画面にピン止めてあります。
暮らしに役立つイベントや交流会も開催中
情報はInstagramで発信しているので、ぜひフォローしてください。

coworking space TOCOTOCO

■ 豊川市諏訪西町1-138
■ 0533-79-2210
■ 月～土曜日 (日曜、祝日定休) 9:00~17:00

予約もできます。tocotocoHPからお申込みください。



毎日の「水習慣」と最新テクノロジーで、
カラダの内側から元気をサポート!

夏の健康応援モニターキャンペーン

キャンペーン期間 本日~10月末

エコショップ+は【DENBA Health 正規販売代理店】です

DENBA^H Health

自律神経
のバランス
を整える



DENBA Health とは?

独自に開発された特許の技術(世界49ヶ国で
取得)で、体内の水分に働きかけ血流の改善、
自律神経をサポートするなど様々な東京大学
で研究や発表が行われています。

こんな方におすすめ

- 日々の疲れが取れない
- 寝つきが悪く、しっかり寝れない
- 手足が常に冷えている
- 午後になるとむくみが気になる
- エイジングが気になる

リンゴで実験4ヶ月後



体験して、変化を実感!

体感モニター キャンペーン

モニター期間 1ヶ月間

DENBA Healthチャージをご自宅で1ヶ月無料体験できます!
&
ご愛用者様 体感アンケート回答でエコショップ券3000円分プレゼント!

通常1ヶ月レンタル10,000円→返却時にアンケートをお答えいただくと **レンタル料無料!**

モニターキャンペーンの流れ



ぜひ店頭にて体感。まずはQRコードから
ご予約ください (キャンセル料無料)

DENBA体験モニターキャンペーン詳細はコチラ

ご愛用様アンケート・レンタル予約もコチラ

レンタル希望の方は来店希望日時を入力してください

DENBA Healthご愛用者様はアンケートにご回答いただくと **エコショップ券 3000円分プレゼント!**

デモ機が全てレンタル中の場合はお待ちいただけます。予めご了承ください。
アンケートの回答がない場合はレンタル料10000円になります。

**DENBA healthは3種類
全て店頭にてご覧いただけます。**

飲んで実感! 還元粋モニターキャンペーン

毎日の「水習慣」について、ぜひお声をお聞かせください。

期間中、アンケートにご協力いただいた方へエコショップ+で使える商品券をプレゼント!

還元粋ご愛用者様
還元粋製水器をご利用中のお客様

アンケートご回答で
エコショップ券
3,000円分
プレゼント!

無料お持ち帰りを
ご利用のお客様
エコショップ+で還元粋のお水を
お持ち帰りいただいているお客様

キャンペーン中5回以上お持ち帰りの
うちアンケート回答で
エコショップ券
500円分
プレゼント!

こんな方におすすめです!

- 毎日の飲み水を
見直したい
- コーヒーやお茶を
もっと美味しく
楽しみたい
- ご家族の
水分補給が
気になる
- お料理や
炊飯にも
こだわりたい
- まずは気軽に
体験してみたい

まずは毎日の生活の
中で、ぜひお試し
ください。

還元粋の水素水お持ち帰りをご利用のお客様 **トリプルキャンペーン**

キャンペーン参加の方はスタッフへ → イトコー公式LINE登録 → 水素水を汲む際は毎回イトコー公式LINEで「還元粋」と送信
→ 5回(別日)で2L以上お持ち帰り → アンケート用紙またはQRコードから回答いただくと **500円券プレゼント!**

キャンペーン中の初回お持ち帰り専用 **ペットボトル2Lプレゼント!** ※お持ち帰りの容器は自由です

回答者全員に「還元粋」ご購入時に使える**1万円OFFクーポン(1年間有効)プレゼント!**

スタッフまで
お気軽にお問合せください。

還元粋 還元粋は **医療機器** として
—かんげんすい— 認証された整水器です。

浄化したおいしい水を、さらに電気分解して「電解水素水」を作ります。その効果が認められ、管理医療機器として認証されています。

**H₂O(水)を電気分解
H(水素) / O₂(酸素)**

- point1 水素が豊富**
 - アルカリ性・還元性を持つ水
 - ミネラル類が約5~20%増加
 - 食材の汚れや不純物を落としやすい
 - 食材本来の味を引き立てる
 - お米がふっくら美味しく炊ける
- point2 安全性**
 - 分解されにくい有害物質「PFAS」への対策に対応
 - 微細な活性炭「マイクロカーボン」を採用
 - PFOS・PFOAを含む22物質を除去可能
 - 濁りや細かな不純物もしっかり除去
 - ろ過材が詰まりにくく、水が流れやすい設計
- point3 市販のお水よりお得**
 - 1日25L、4年間使用した場合
10あたりのコストは約**9円**
※サンプル例であり、使用状況により金額は変更します。

効果 胃腸症状の改善

- 胃もたれや胃の不快感をやわらげます。
- 胃腸の働きを助け、お通じを良好にします。

**還元粋モニター
キャンペーン詳細はコチラ**

還元粋は4種類あります。QRコードからご覧いただけます。
店頭でもお気軽にスタッフまでお声掛け下さい。



新林の滝

shinrin no taki

ただの扇風機
ではありません！

- 1 空気清浄
- 2 消臭効果
- 3 抗菌効果
- 4 プラスイオンを中和
- 5 動植物の活性化

電気代
1時間
約1円！

石+電気だからずっと続きます！

部屋干しに、
熱中症予防に、
心地よい睡眠に、
新林の滝が
癒してくれます。

カートリッジなどの
交換不要です！

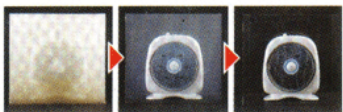


やさしいかぜが
ここちいい〜

実験・試験で**実証**されています。

インフルエンザウィルスA型除去試験
30分で99.7%除去！

タバコのニコチン・タール
94%以上除去！



充滿した煙も、20秒後にはクリーンに。
(密閉空間での実験結果)



ペットの消臭
にもおススメ
ですよ〜

〜気持ちいいと感じるのは理由があるから〜

マイナスイオン発生器 **ココがすごい！**
自然界に近い分子の細かいマイナスイオンを大量に発生させることができます。(100万個/cc)

ルーバーについている活性石
九州のパワースポット祖母山の活性石とEMXセラミックスの2種類の石は半永久的にパワーを発生します。

- エアコンとの併用で節電！
- 寝苦しい夜、エアコンに苦手な方に！
- ほんのりひんやりやさしい風が人気です。

これから梅雨から夏にかけて大活躍

部屋干しの洗濯物もふんわり乾き、臭いも気になりません！



エコショップブログでも紹介しています。

実感があるからこそ、家の部屋にも！とリピーターさん増えてます！

新林の滝 2台目キャンペーン「1000円分」をプレゼント

「新林の滝」をエコショップで2台目以上を 昨年以前でもエコショップで1台以上をご購入であれば対象です)

23,980円(税込)

- *幅42.5×奥行20×高さ49(cm)
- *適用面積 約8〜16畳 *重量3.7kg
- *ルーバー 上40度〜下60度まで変更可
- *メーカー (株)MHC
- 「実用新案登録第3234208号の実施製品」
- ※3時間タイマー付き ※3カラー



ホワイト ブルー

いなりん pay でお得に！

エアコンの設定温度を下げる前に「新林の滝」との併用で無理なく省エネ！
健康的に夏を乗り切りましょう！

「日陰の土地でも、光と暮らす。夫婦ふたりの"ほぼ平屋"」



7/11(土)・12(日) 場所 豊橋市柳生町
【完全予約制】完成見学会

お電話でのご予約は、フリーダイヤル 0120-86-4191



とよかわ元気応援券及びプレミアム付商品券

いなりん Pay

2026 登録店

【一般店舗限定ポイント】使えます

申込期間 いなりんPayアプリより申込可能。
2026年5月11日 月 12:00 ~ 6月30日 火 23:59

※登録・申込み(家族分含む)は2026年5月1日時点で豊川市に住居のある方が対象となります。

利用期間 プレミアム付電子商品券は、7月中旬の抽選後から利用開始となります。
2026年6月1日 月 12:00 ~ 11月30日 月 23:59

当日入会 OK

5000円以上利用したエコショップ会員様
当日から使えるエコショップ **500円券分**
(一律)プレゼント！
※エコショップ券はイトコーLINEからの進呈となります。

エコショップ+ 会員様 いなりん Pay 利用特典

豊川市在住(住民票登録)の方は是非！

①1円単位で使える
②現金併用で使える
③返品の場合は利用分返還されます。

申込方法、登録店舗情報など
いなりんPayの詳細情報は
公式サイトをご覧ください

いなりんPay公式サイト
<https://inarinpay.com>
いなりんPay 検索

Webサイトをリニューアルしました



ECOSHOP+ イトコー

ABOUT US 私たちのごとこ

EVENT イベント・教室

PRODUCTS キット商品

PEOPLE 講師・作業員紹介

RENTAL SPACE レンタルスペース

BLOG ブログ

ECOECO エコエコ講座

お問い合わせ

TEL 0120-86-4191 (受付時間 9:00~18:00)

Instagram, Line icons

Where Good Living Begins.
ここから始まる、心地よい暮らし...

エコショッププラス

各イベントの申込、商品などわかりやすく、見やすくなりました！

各タブもクリックしてご覧ください。

暮らしに彩り - A ★ 暮らしに彩り

エコショップの暮らし方教室のご案内 2026年 7月 8月

WorkChange class

ワークチェンジクラス 毎月作る作品やお料理を決めて開催しています。初めての参加の方、大歓迎です。

7/13 月 **アロマとハーブでセルフケア**

精油・ハーブなどの自然素材を使って季節にあわせたアロマクラフトを作る講座です。
7月は、涼やかにリフレッシュ!「ベジタブルボディパウダー」と「美肌のバスマルク」を作ります。

講師 伊藤 貴美子さん
¥ 3,200円 (材料費込)
筆記用具

開催時間 定員 参加費 開催場所 持ち物 ecoshop+

各教室のご予約、およびお問合せはこちらから → **0120-86-4191**

右記のQRコードを読み取っていただくとWebサイトに繋がります。こちらからもエコショップの教室、講座をお申込みいただけます。

エコショップのスタンプカードをLINEで登録いただいているお客様はこちらのLINEのトークからお名前のみで教室のお申込みができます。

イトコー公式 LINE

Standard class

スタンダードクラス 基本をマスターすれば自由な作品をつくることもできます。まずは体験から参加できます。

7/7 8/4 火 **はじめてのタティングレース**

シャトルひとつで小さくて可愛い結びのレースを作ります。モチーフやマスクストラップは初心者向けです。

講師 やまもと まゆみさん
¥ 2,000円 (体験)
ありません (あればシャトル)

7/13 8/7 金 **エコラフトバンドでかごづくり**

古紙から再生された、環境にやさしいクラフトバンドを使ってかごやバックを作しましょう。講師養成講座もあります。※持ち物あります。

講師 村上 秀美さん
¥ 3,300円 (体験)
木工用ボンド、紙切りハサミ 洗濯はさみ10個くらい

7/19 8/20 木 **草木染め&裂き織&手織り**

身近な植物で、スカーフやコースターなど染められます。糸を染めて、手織りに♪ (裂き織や手織りも体験できます。詳しくはお申し込み時に申し出ください。)

講師 大井 由美さん
¥ 1,800円~
ゴム手袋、エプロン ビニール袋

7/27 8/17 月 **ニットカフェ**

当日に用意するキットで作っていただいたり、編み途中の作品をお持ちいただいても構いません。初心者の方でも大丈夫です♪

講師 わたなべ なおこさん
¥ 2,000円~
かぎ針・棒針 (お持ちの方のみ) 裁縫道具

7/10 7/24 8/21 8/28 金 **愉しく印(石)を作ろう!**

基本をふまえて自由オリジナルの印を作ります。お申し込み時に彫りたい一文字を教えてください。漢字1文字程度 (ひらかなのお名前の方は要相談)

講師 児玉 東城さん
¥ 2,200円
ノート、えんぴつ 新聞紙

7/23 8/27 木 **布花あそび**

染色済のキットから布花をつくり、リースや花束など、お好みの形へ仕上げます。初めての方はマーガレットのプローチを作ります。ご継続の方は作りたいものをご相談ください。

講師 柴田 綾野さん
¥ 3,000円 (体験 材料費込み)
ありません

7/28 8/25 火 **五感で感じる! 石焼クッキング体験会**

調理用天然鉱石プレートで石焼き料理の試食。特殊天然鉱石配合の土鍋で炊いたご飯を頂きます! 真面目で楽しい『石と食』のお話しも人気です。健康・還元料理を実現します。

講師 星野 直樹さん
¥ 500円/1名
お茶碗、お箸、取り皿

※ご入店は開始 10 分前から可能です。開始時間までにご着席をお願いいたします。

ヘルスケアクラス
フレンドクラス
開催日について

講師とお客様の都合に合わせて日程を決めるクラスです。
* 日程調整に時間が掛かる場合がございます。ご了承ください。

Healthcare class

ヘルスケアクラス

ひとりずつ対応します

東洋医学を基盤とした治療マッサージ

鍼灸治療院での施術を体験できます。東洋医学の視点から心身の不調や歪みの原因を導き出し、マッサージや鍼灸などで気の流れとバランスを整えます。免疫力向上や慢性的なお悩みの改善をサポートし、生活面のアドバイスも行います。DENBA体験も可能です。

講師 五行堂 山本さん

5,000円/90分

上下ジャージ
(会場に着替え可)



心と体のバランスを整えるファシア(筋膜)リリース

「優しい、ソフトタッチ」の施術でファシア(筋膜)をリリース。施術後は緊張した筋肉がゆるみ、体のコリやこわばりがほぐれ、姿勢が整います。ソフトタッチの施術のため、深いリラクゼーションとなり、心が軽くなる感覚を感じられます。現役看護師です。健康面について、お気軽にどうぞ。

講師 すずき りほさん

(全身)60分 7000円
70分 8000円

服は着用し施術(薄手の服の方が効果大)



足湯で毒素どろどろ!ゴッドクリーナー

不調の原因となる有害毒素は、どんな方にも知らず知らずのうちに溜まっています。30分、足湯型のマシンにゆっくり浸かるだけ!体の中からスッキリしませんか?

※ご利用になれない方がありますので、お問合せ時にご確認ください。

講師 大橋 翠さん

3,800円

とくにありません



痛くない小顔・うとうとドライヘッドスパ

ベッドでのオールハンドの優しい施術です。小顔リフト整顔はお顔や上半身をじっくりほぐし、姿勢を整え、お客様本来の美しさを引き出すお手伝いを。深眠*タッチセラピーは肩回り、首、頭を丁寧にほぐし心身の深いリラクゼーションや睡眠の質向上の手助けを致します。

講師 とみやす さちこ
(リラクゼーション はるふね)

小顔リフト整顔 60分6000円
深眠*タッチセラピー 40分4000円
おまかせコース 80分8000円

とくにありません



女性限定 ヘッド&ハンドセラピー

衣類はそのまま、椅子に座って施術致します。ヘッドセラピーは背中・肩・上腕・首・頭・顔・耳の7ヶ所を刺激することにより血行を促進し緊張をほぐすことでスッキリします。ハンドセラピーは指先からヒジまでオイルを使用してトリートメントします。

講師 あおやま あきさん

ヘッド30分 3,500円
ハンド20分 2,500円

とくにありません



エコショップスタッフが対応します。

毛細血管の血流観察をしましょう

10:00 ~16:00の間

特になし

エコショップ

一般: 無料/1回

指先を専用の顕微鏡カメラで画面に映し毛細血管とその血流をご覧いただけます。健康はもちろん、美肌のためにも毛細血管の血流をチェックしてみませんか? 詳しくはお問合せ下さい。採血などの痛いことはありません。

毛細血管とは?

約100億本あるといわれる毛細血管は、血管の99%以上を占めています。動脈と静脈の間に位置し、細胞に必要な酸素や栄養を届け、不要となった二酸化炭素や老廃物を回収するのが毛細血管の役割です。そのため、毛細血管はあらゆる細胞と0.03mm以内にあるとされています。



Friend class \ 学ぶ・作る / フレンドクラス

水彩色鉛筆で季節のイラストを描いてみよう

暮らしの中でイラストを描いてみたい方へ。うまく描くコツをやさしくお伝えします。最後はミニイラストを仕上げ、フォトスタンドに入れてお持ち帰り。アートで毎日を彩りましょう!

講師 アトリエ すずこり
川口 小夜子さん
2,000円
描きたい絵の参考写真本など



整理収納・お片づけ個別相談

お片づけや収納に悩んでいませんか?片づけられないのは性格ではなく、やり方が間違っているからなんです。まずは話してみることでお悩みが整理され、何から始めたらいいかわかり、心がとつても軽くなりますよ☆片づけ講師歴12年。やさしく寄り添います(^^)

講師 河合 善水さん
45分 3,300円
自宅平面図とお悩みのお部屋の写真



筆を勤しむ講座

昨今筆を持つ機会が少なくなっております。少しでも多くの皆様に筆を勤しんで頂ければとの思いで、この度講座を催します。お好きな言葉や思いを半紙に書いて、額にしてお持ち帰り頂くまでの講座です。

講師 山口 浩司さん
3,300円
講師が用意しています習字道具の持込OK



羊毛フェルトでわんこ作り

羊毛フェルトでワンコを作ります。最初は小さいサイズから。初めての方でも作り方さえ覚えればいろいろ作れるようになります。色を混ぜたり、ステップアップも可能です。まずはわんこの作り方を覚えてみませんか?

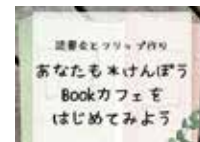
講師 松下 和泉さん
2,000円
とくにありません



けんぽうBook★カフェとフリップ作り

「檻の中のライオン」憲法は権力をしるもの。オリとライオンにたとえた絵本も使って、暮らしについて語り合い、絵やことばをフリップに描くカフェです。どなたも気軽にご参加ください。

講師 画房寺子屋
はら かずこさん
500円
あれば「わたしとあなたのけんぽうBook、たいわけんぽうBook+」



パーソナルカラー(似合う色)

カラーセラピーを取り入れながら、あなたが一番若々しくステキに輝いて見える色を診断いたします。髪色やメイクの色、小物、アクセサリー等の色も提案。季節によりその時々々のスカーフ結びもプチレッスン致します。

講師 磯部 洋子さん
4,000円
とくにありません



己書で絵手紙を描きましょう

筆ペン、絵の具を使って楽しく絵はがきを描きます。誰でも心あたたまる1枚が描けます。是非、家に飾ってください。おひとりでも開催します。お気軽にお問い合わせください。

講師 星川 としえさん
2,200円
筆ペン2本(黒、薄墨)なくても大丈夫です



スーパーラジエントヒーター体感会

セラミッククッキングヒーターです。IHではありません。もちろん火も使いません。遠赤外線が食材の内側から熱が入るのでハンバーグは中ふわり、肉汁たっぷり、ジュシーに仕上げることができます。電磁波や火災の心配が少ないなど特徴を説明いただきながらお食事を召し上がっていただきます。

講師 エコショップ店長
500円/1人
マイ箸、マイ皿
2名~開催します。
(お気軽にお問い合わせください。)



vol. 11 赤塚山公園 情報

EVENTS INFOMATION

※詳細は各イベントのインスタグラムをご覧ください。

赤塚山公園に
でかけよう!

「叶-yumekana-2026」

7/土日
4.5

にじみ絵竹灯籠つくりワークショップ他、販売ブースあります。
7/7(火)七夕当日まで願い事を書いた短冊を「あかつかテラス」に展示。

2026.7.4 - 7.5 開催
叶-yumekana-

@赤塚山公園内あかつかテラス
7/4 16:00~20:30(点灯式19:30予定) @yumekana7.7
7/5 16:00~20:00
yumekana 短冊展示期間 7/4~7/7

「あかつかやま かき氷 スタンド」

珈琲専門店の「かき氷や」今年もはじまります!



期間 7/17(金)▶
9/23(水・祝)
時間 10:00 ~ 17:00
定休日 火曜定休

7/17木
9/23水



ふわふわのかき氷に自家製シロップ、豊富なトッピングをのせ、お好みでアレンジしてみてください。自家焙煎珈琲豆店スペシャルティコーヒー蒼さんが運営するかき氷スタンドです。キリッとした深い味わいのアイスコーヒーも一緒にいかがですか?

夜のぎょぎょランド

8/1(土)~29(土)の
土曜日、8/13(木)、14(金)
20:00 まで
時間延長して営業。



vol.21

イトコースタッフの
暮らしの愉しみ



限られた時間の中で仕事以外の
時間も充実させることが仕事への張り合いや、
刺激へと繋がります。このコーナーでは個性
溢れるイトコースタッフの
オフ時間も紹介します。



正村 温規(しょうむら はるき)さん

誠実な仕事で現場を支える若手監督

今回ご紹介するのは、新卒入社から5年目のエコビルド部門、工事グループ、サブリーダーを務める正村さん。主に企業様の建築工事の現場監督を担っています。現場監督と言っても様々な業務がある中でひとつひとつ丁寧に仕事をこなす真面目な姿勢に安心して現場を任せられる存在です。

正村さんへ Q & A

Q1、イトコーへ入社を決め手を教えてください。

A、自然素材を活かした家づくりやイベント開催や出店をし、お客様や地元、自然に貢献している所に惹かれて希望しました。

Q2、入社前と入社後でイトコーに対するイメージはどうですか?

A、社内の雰囲気は温かく、過ごしやすいイメージは変わりませんでした。入社し経験をしたことで、こんなにもお客様や地域の方や自然に近い距離間でのイベントが多いことに驚きました。どれも楽しく、貴重で良い経験になっています。

Q3、社会人となり、これまでに困ったことはありましたか?

A、人と関わる機会が増え、日常生活ではあまり使用しない言葉遣いや接し方に困る事があります。他にも多々ありますが、実際に経験しながら周りの皆さんにサポートしていただき少しずつ出来るようになっていく事がやりに繋がっています。

Q4、逆にうれしかったことはありますか?

A、図面や、計画上に仕上がらなかったものが多く人の手により日々、姿を変えて形になり完成し、お施主様へお引渡しをした際に喜んでいただき、お喜びのお言葉をいただけた時はとてもうれしいです。



色々釣りあげています!

Q5、イトコーでこれから挑戦したいことはありますか?

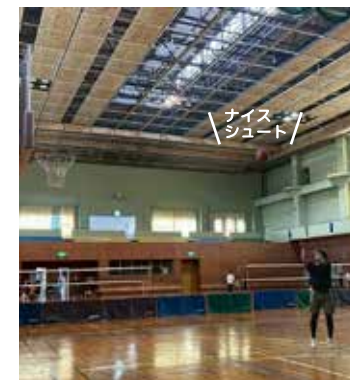
A、規模や形、仕上りなど色々な建物の工事を経験し、建築について更に知りたいです。

Q6、プライベートな時間の愉しみはありますか?

A、友人とバレーやバスケット等のスポーツをする事や、最近では釣りに行くことです。身体を動かす事や自然に触れる事でリフレッシュでき、気持ちいいです。

Q7、プライベートな時間が仕事につながることはありますか?

A、日々、建築現場での作業や力仕事をしていても大きな怪我にならないのは、定期的な運動のおかげで怪我防止につながっていると感じています。



ナイス
シュート!