

心とからだの相談室【えくぼ】



笑恵館だより

第65号

2019年(令和元年)8月1日・木曜日発行
発行/田名夢子
制作/松村拓也

「せたがやブレッドマーケット」
営業時間…1時半～17時
気まぐれラスク
1個300円、2個500円
甘い味からしょっぱい味まで
全15種類以上!見かけたらずい!

次回のご案内
9/4(水)
10:30~12:00



車いす体験会



お互いに、もんだりもまれたり・・・



「えくぼ」は8月お休み
で、9月から再開します。
次回「車いす体験会」と
題し、車いすに乗る立場と
押す立場の両方を体験しな
がら、バリアフリーについ
て考えます。もちろんその
他のご相談や、困りごと
歓迎ですので、気軽に
してください。
(松村)

「アロマって若い人達の
ものよ、私たちがやると
もいっつかしら」などと
いつか集まった元女
ちは言葉と裏腹に、乙
気満々。植物オイルに精
を加えてトリートメント
オイルを作り、2人一組
なつてハンドトリートメ
トマッサージを行いました。

「アロマって若い人達の
ものよ、私たちがやると
もいっつかしら」などと
いつか集まった元女
ちは言葉と裏腹に、乙
気満々。植物オイルに精
を加えてトリートメント
オイルを作り、2人一組
なつてハンドトリートメ
トマッサージを行いました。

「アロマって若い人達の
ものよ、私たちがやると
もいっつかしら」などと
いつか集まった元女
ちは言葉と裏腹に、乙
気満々。植物オイルに精
を加えてトリートメント
オイルを作り、2人一組
なつてハンドトリートメ
トマッサージを行いました。

「アロマって若い人達の
ものよ、私たちがやると
もいっつかしら」などと
いつか集まった元女
ちは言葉と裏腹に、乙
気満々。植物オイルに精
を加えてトリートメント
オイルを作り、2人一組
なつてハンドトリートメ
トマッサージを行いました。

「アロマって若い人達の
ものよ、私たちがやると
もいっつかしら」などと
いつか集まった元女
ちは言葉と裏腹に、乙
気満々。植物オイルに精
を加えてトリートメント
オイルを作り、2人一組
なつてハンドトリートメ
トマッサージを行いました。

「アロマって若い人達の
ものよ、私たちがやると
もいっつかしら」などと
いつか集まった元女
ちは言葉と裏腹に、乙
気満々。植物オイルに精
を加えてトリートメント
オイルを作り、2人一組
なつてハンドトリートメ
トマッサージを行いました。

投稿コーナー

ドロシーのハンドマッサージ (中3)友とも



笑恵館クラブ 事務局のご案内

●笑恵館 運営会議のご案内

【8/8,22(第2,4木曜日) 17-19時】
どなたでも参加できる笑恵館の会議です。
笑恵館の運営に興味のある方大歓迎です。

●笑恵館の夏休み情報

【笑恵館の夏休みはありませんが・・・】
お休みのイベント・・・えくぼ、
パン屋さんの夏休み・8/11(日)～8/19(月)

●8/15(木) 持ち寄り食事会

【18-20時 食事会・準備のため予約制です】
笑恵館名物・誰でも参加できる食事会です
会員400円、一般500円+手ぶらの人は500円

【19時頃～笑恵館川柳クラブ 発表会】

最期まで住み慣れた家で暮らせるまちづくりを
考えます。研究会だけでも参加できます。

●笑恵館クラブ7月のレポート

【7/13 第1回フリーマーケット開催】

6ブースを設け、梅雨の
晴れ間でしたが、ちよっ
と静かなフリマでした。
「またやりましょう♪」
ということで、秋は冬物
で開催します。



【7/20 ニッ地大学 台湾旅行報告会】

久しぶりのニッチ大学は、
台湾旅行の報告会を行
いました。大海さんの幼
なじみの「白石さん」と、
大学生の「瀬田君」の発
表は、世代の違いが現れ
て面白かったです。



●笑恵館のアクセス



〒157-0073 東京都世田谷区砧6-27-19 ☎03-3416-2308

●笑恵館クラブのご案内

<http://shokeikan.com>



笑恵館は会員制のみんなの家。
ここに集う全ての人に、自分の家と思って、
自由にそして大切に使っていただきたい。
登録料500円でどなたでも入会できます。

代表者：田名 夢子(笑恵館オーナー)
設立日：2013年7月16日

【今月のつぶやき】

住んでいる近くに、ちょっとした相談が
できたり、おしゃべり出来る場があったら
いいな・・・との思いから、心とからだの相談
室「えくぼ」ができました。次回9月4日は
車椅子体験です。
元気なうちに乗ったり押したりしてみま
しょう。(ゆ)

●日本土地資源協会

<http://land-resource.org/>



笑恵館を生み出したのは、土地建物の管理を
他人任せにせず、自分の生き甲斐や仕事とし
て役立てたいというオーナーの思いです。
土地は、人が出会い集うための資源です。
当協会は、そんなオーナー参加型の土地活用
をサポートするために設立された団体です。
住まいやビルなどの全体や一部分はもちろん
のこと、ご近所と連携したまちづくりなど、
あなたの夢をお聞かせください。

意見、ご相談は担当：松村まで

電話 090-9830-3669

メール post@land-resource.org

当協会が笑恵館クラブの運営を行っています。



笑恵館イベント 8-9月の予定

誰もが参加できるイベントのご紹介

凡例

IDカテゴリー【名称(助成分類)】開催日

●主催：/料金、内容：<持ち物>○講師：◎参加方法 ▶電話・メール

笑恵館のイベント

A交流【笑恵館持ち寄り食事会(19)】8/15、9/19

●主催：笑恵館クラブ/一般500円(会員400円)、内容：笑恵館に集う人たちの交流会<>○講師：◎予約制
▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

B交流【笑恵館クラブ運営会議(19)】8/8、8/22、9/12、9/26

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：笑恵館の運営に関する打合せ<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

C体験【笑恵館・なるほどデイ(17)】8/15、9/19

●主催：日本土地資源協会/無料、内容：笑恵館に関する解説、見学、よろず相談(なお、別日程をご希望の方は予約制にて随時開催：参加費1000円/人) <なし> ○講師：松村拓也◎申込不要▶090-9830-3669(松村)・office@shokeikan.com

D交流【心とからだの相談室・えくぼ(19)】9/4

●主催：笑恵館クラブ/無料(飲食実費)、内容：看護師資格者の荒尾さんが、皆さまのちょっとした心配や困りごとを聞いてくれるおしゃべり会<筆記用具>○講師：◎予約制・飛び入り可▶090-9830-3669(松村)・office@shokeikan.com

E交流【ミニデイ:碓ほほえみ(4)】8/13、8/27、9/10、9/24

●主催：碓ほほえみ会/500円、内容：おしゃべりと昼食を楽しむ会<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・

F交流【子育てサロン碓ほほえみにこ(14)】8/5、8/19、8/26、9/2、9/9

●主催：碓ほほえみ会/100円、内容：主に第1・3月曜と第2水曜が0歳児、第2・4月曜が1歳児対象<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・

G教室【地主の学校】8/17

●主催：日本土地資源協会/3,000円、内容：、よろず相談(なお、別日程の希望者は予約制にて随時開催) <なし> ○講師：松村拓也◎予約制▶090-9830-3669(松村)・office@shokeikan.com

H交流【碓おもちゃ病院(19)】8/14、9/9

●主催：笑恵館クラブ/無料(部品代は実費)、内容：おもちゃの修理<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

I交流【終活を知ってみよう会(19)】8/22、9/26

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：<>○講師：◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

K交流【笑恵館マルシェ()】9/19

●主催：笑恵館クラブ/無料、内容：笑恵館に集うクリエイターたちの販売会<>○講師：◎申込不要▶office@shokeikan.com

会員のイベント

0001体験【聖書を読んでみよう会(2)】8/15、9/5、9/19

●主催：聖書を読んでみよう会/無料、内容：世界のベストセラー【聖書】を読んでみよう<>○講師：田名夢子◎申込不要▶090-5776-3956(田名)・tana-yume@shokeikan.com

0115体験【藍のたたき染め(2)】8/16、8/17

●主催：ビタミンR/有料500円、内容：藍の葉をたたいて布に染める<>○講師：大前のみ子◎申込不要▶090-1053-3335・mari-na.rumiko@docomo.ne.jp

0162教室【革工芸会(2)】8/7、8/24

●主催：稲田 雅子/、内容：<>○講師：◎▶080-6319-8109・applemint-m821@ezweb.ne.jp

0237交流【ウクレレを練習する会(2)】8/23、9/27

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：簡単な曲・ウクレレを練習する会です。<ウクレレ>○講師：チャーリー藤本◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【演劇の会(2)】8/1、9/5

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：発声練習・音読・エチュード・替え歌など<>○講師：江口慎一◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【呼吸とダンス()】8/23、9/27

●主催：NPO法人碓音楽療法研究会/有料1000円、内容：軽いストレッチとリズムに合わせてステップ<>○講師：田内優子◎申込不要▶090-9822-5788・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【笑恵館で歌う会(2)】8/3、9/7

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：発声練習・音読・エチュード・替え歌など<>○講師：江口慎一◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0237交流【ハワイアンフラ・ミュージックセラピー(2)】8/21、9/11

●主催：NPO音楽療法研究会/1000円、内容：フラでリフレッシュ、赤ちゃんからお年寄りまで、ご一緒でもおひとりでも<なし>○講師：日野しおん◎申込不要▶03-6411-3473・ponpoko123@kind.ocn.ne.jp

0382教室【ダンスの肥やしなくし隊(2)】8/8、8/15、8/22

●主催：和田美子/有料1200円、内容：あなたのペースで始める着付け、その他メイクなど(女性のみ)<>○講師：◎要予約▶090-6955-5156・hachikinn@gmail.com

0397教室【燃える産業カウンセラーの会()】8/24、9/28

●主催：NPO法人CC協会/、内容：<>○講師：◎▶070-6638-0378・sakunoji@gmail.com

0471教室【そろばん教室(1)】8/5、8/19、8/26

●主催：斉藤明子/、内容：<>○講師：◎▶03-3308-3062・090-8437-2020

0556交流【体をほぐす会()】8/1

●主催：徳義 公明/無料、内容：親しい人にも一つやってあげよう、からだのほぐし方教えます<>○講師：徳義◎申込不要▶080-5547-3319・

0562交流【サロンバンド・バンド(4)】8/22

●主催：サロンバンド・バンド/1000円、内容：軽飲食をしながら楽器を弾いて歌いましょう<楽器(ウクレレ・ギター・マンドリン等)>○講師：◎申込不要▶03-3415-2051・

0593交流【脳のスイッチをOFFにする会(19)】8/17、9/21

●主催：宮澤さえこ/1,000円、内容：マインドフルネスを知って、瞑想を体験しよう<なし>○講師：宮澤さえこ◎申込不要▶090-8807-1865・ss.piggy.43@gmail.com

0598交流【夏休みミニコンサート(7)】8/31

●主催：ピンクシャッター NIPPON/無料、内容：新学期前、オーボエの音色で癒されてください<>○講師：天野幸道・宮川まどか◎要予約▶03-3704-7026・tesuwan.amano@gmail.com

日	始	終	場	NO.	イベント名	分類	公益	パン屋	
8月1日	木	10-15	12-17	0237 0556	演劇の会 体をほぐす会	交流 交流	2 0		
8月2日	金	15-18	18	0039	アートラボ・リトビカ	貸切	7		
8月3日	土	10-12	12	0237	笑恵館で歌う会	交流	2		
8月4日	日	休業日							休業日
8月5日	月	10-15	12-18	ニ F 0471	子育てサロン碓ほほえみにこ そろばん教室	交流 教室	14 1	休業日	
8月6日	火	16-19	19	0039	STEMON	貸切	7		
8月7日	水	10-16	12-19	0162 0039	革工芸会 Annie's English Town	教室 貸切	0 7		
8月8日	木	10-17	12-19	ニ 0382 食 B	ダンスの肥やしなくし隊 笑恵館クラブ運営会議	教室 交流	2 19		
8月9日	金	16-18	18	0039	タイ先生のアートレッスン	貸切	7		
8月10日	土	休業日							休業日
8月11日	日	休業日							休業日
8月12日	月	休業日							休業日
8月13日	火	10-14	14	ほ E	ミニデイ:碓ほほえみ	交流	4		
8月14日	水	9-16	16	ほ H	碓おもちゃ病院	交流	19	休業日	
8月15日	木	10-14	12-18	ニ 0382 各 C 0001 18-20 ほ A	ダンスの肥やしなくし隊 笑恵館・なるほどデイ 聖書を読んでみよう会 笑恵館持ち寄り食事会	教室 体験 体験 交流	2 17 2 19	休業日	
8月16日	金	13-14	14	0115	藍のたたき染め	体験	0	休業日	
8月17日	土	11-15	12-17	0115 0593	藍のたたき染め 脳のスイッチをOFFにする会	体験 交流	0 19	休業日	
8月18日	日	休業日							休業日
8月19日	月	10-16	12-18	ニ F 0471	子育てサロン碓ほほえみにこ そろばん教室	交流 教室	14 1	休業日	
8月20日	火	16-19	19	0039	STEMON	貸切	7		
8月21日	水	10-16	12-19	0237 0039	ハワイアンフラ・ミュージックセラピー Annie's English Town	交流 貸切	2 7		
8月22日	木	10-14	12-16	ニ 0382 ほ I 14-15 二 0561 16-19 0562 食 B	ダンスの肥やしなくし隊 終活を知ってみよう会 カウンゼリング サロンバンド・バンド 笑恵館クラブ運営会議	教室 交流 貸切 交流 交流	2 19 0 4 19		
8月23日	金	10-15	12-20	0237 0039 0237	呼吸とダンス アートラボ・リトビカ ウクレレを練習する会	交流 貸切 交流	0 7 2		
8月24日	土	10-13	12-16	ニ 0162 ほ 0397	革工芸会 燃える産業カウンセラーの会	教室 教室	0 0	休業日	
8月25日	日	休業日							休業日
8月26日	月	10-15	12-18	ニ F 0471	子育てサロン碓ほほえみにこ そろばん教室	交流 教室	14 1	休業日	
8月27日	火	10-16	12-19	ほ E 0039	ミニデイ:碓ほほえみ STEMON	交流 貸切	4 7		
8月28日	水	16-19	19	0039	Annie's English Town	貸切	7		
8月29日	木								
8月30日	金	16-18	18	0039	タイ先生のアートレッスン	貸切	7		
8月31日	土	12-15	15	0598	夏休みミニコンサート	交流	7		
9月1日	日	休業日							休業日
9月2日	月	10-12	12	ニ F	子育てサロン碓ほほえみにこ	交流	14	休業日	
9月3日	火								
9月4日	水	10-14	14	ほ D	心とからだの相談室・えくぼ	交流	19		
9月5日	木	10-14	12-15	0237 0001	演劇の会 聖書を読んでみよう会	交流 体験	2 2		
9月6日	金								
9月7日	土	10-12	12	0237	笑恵館で歌う会	交流	2	休業日	
9月8日	日	休業日							休業日
9月9日	月	9-10	16-12	ほ H ニ F	碓おもちゃ病院 子育てサロン碓ほほえみにこ	交流 交流	19 14	休業日	
9月10日	火	10-14	14	ほ E	ミニデイ:碓ほほえみ	交流	4		
9月11日	水	10-17	12-19	0237	ハワイアンフラ・ミュージックセラピー	交流	2		
9月12日	木	17-19	19	食 B	笑恵館クラブ運営会議	交流	19		
9月13日	金								
9月14日	土								
9月15日	日	休業日							休業日
9月16日	月	休業日							休業日
9月17日	火								
9月18日	水								
9月19日	木	9-10	18-15	各 K 各 C 0001 18-20 ほ A	笑恵館マルシェ 笑恵館・なるほどデイ 聖書を読んでみよう会 笑恵館持ち寄り食事会	交流 体験 体験 交流	0 17 2 19		
9月20日	金								
9月21日	土	15-17	17	0593	脳のスイッチをOFFにする会	交流	19		
9月22日	日	休業日							休業日
9月23日	月	休業日							休業日