

フラワー



夏の日の花あしらい
～クレマチスを楽しむ～

6/11(火) 13:00～16:00

日本フラワーデザイナー協会名譽本部講師 中西裕子
花やグリーンで、梅雨から夏の暮らしを爽やかに。
涼しげなクレマチスを楽しむアイデアをご紹介します

受講料: 7,000円+税
持ち物:筆記用具・花ばさみ

クッキング



定食を楽しむ
～夏ハンバーグ定食～

6/13(木) 11:30～14:30

食空間&フードコーディネーター 松島節子
ハンバーグにフレッシュトマトのソース・夏野菜のマリネ
夏に向けて、ビタミンカラーで元気になるメニューです。

受講料: 5,000円+税
持ち物:筆記用具・エプロン・ハンドタオル

ティーサロン



音楽のあるティーサロン
～ピアノ演奏と季節のスイーツで～

6/14(金) 14:00～15:30 (開場13:40～)

コーディネーター 野村雅子 岡本洋子
紫陽花の美しい季節、おしゃれなしつらえの空間の中で
構田みゆきさんのピアノ演奏と野村雅子さんのスイーツ
で極上のティータイムをご一緒に過ごしましょう。
参加費: 3,000円+税
*お申込みの際にチケットをご購入ください

アート



アートを気軽に楽しむ暮らし
～マチスの切り絵をヒントに、
手作りのランチョンマットでおもてなし～

6/17(月) 13:00～15:30

アート&ライフコーディネーター 荒川千華
マチスは、切り絵の作品を多く作りました。その切り絵を
ヒントに、ランチョンマットなどを作りながらアートを楽しみ、
作ったランチョンマットを使って、ティータイム。
受講料: 6,000円+税
持ち物:筆記用具・紙ばさみ

クッキング



定食の楽しみ
～鮎と夏料理の定食～

7/1(月) 11:30～14:30

食空間&フードコーディネーター 松島節子
鮎の焼き物・季節野菜の酢の物など夏料理のメニュー
暑い夏に、涼の演出もお伝えします。

受講料: 5,000円+税
持ち物:筆記用具・エプロン・ハンドタオル

クッキング



本当の甘酒を知る!甘酒の講座
～フルーツ甘酒と、小豆麹を作ります～

7/22(月) 13:00～15:00

醸せ師(かもせし) はやかわ あきよ
甘酒の基本的な知識、栄養価や健康効果について解説し、
フルーツ甘酒作りと試飲。砂糖無しで甘い餡子が作れる
「小豆麹」の作り方を伝え、試食していただきます。

受講料: 6,000円+税
持ち物:筆記用具・エプロン・ハンドタオル
*小豆麹をお持ち帰ります

フラワー



リーフを楽しむ夏のシンプルリース
～フレッシュからドライへ～

7/23(火) 13:00～16:00

日本フラワーデザイナー協会名譽本部講師 中西裕子
色や形が魅力的なフレッシュリーフで、シンプルなリース
を作ります。ドライへと変わっていく様子を楽しみましょう。

受講料: 8,000円+税
持ち物:筆記用具・花ばさみ

インテリア



お部屋のイメージチェンジをしましょう
～インテリアの“変えたい”を叶える
アドバイスいたします～

7/24(水) ①11:00～12:00 ②13:00～14:00
③14:30～15:30 ④16:00～17:00

インテリア&ライフスタイルコーディネーター 岡本洋子
あなたのお部屋のイメージをおしゃれにすっきり変える
簡単なアイデアをマンツーマンでアドバイスいたしま
す。ご希望の時間を選んでお申し込みください。

受講料: 2,500円+税 (1時間)
持ち物:インテリアのわかりやすい写真・筆記用具

*受講料は、記載のないもの以外は材料費など全て含まれています。

都合により、日程、内容が変更になる場合があります。

フラワー



秋、風にそよぐ草花

～秋の気配をテーブルに～

9/10(火) 13:00～16:00

日本フラワーデザイナー協会名誉本部講師 中西裕子

まだ暑さが残る9月。風に揺れる野花で涼しげなアレンジを楽しめます。秋の空気感で、癒しのひとときを。

受講料: 8,000円+税

持ち物: 筆記用具・花ばさみ

クッキング



定食の楽しみ

～鶏肉の包み焼き定食～

9/11(水) 11:30～14:30

食空間&フードコーディネーター 松島節子

オイスターソース・XO醤・紹興酒を合わせて美味しい中華の作り方をお伝えします。

ご飯が進む中華のメニューです。

受講料: 5,000円+税

持ち物: 筆記用具・エプロン・ハンドタオル

アート



アートを気軽に楽しむ暮らし

～北斎の富嶽三十六景で
富士山の食卓をつくります～

9/16(月) 13:00～15:30

アート&ライフコーディネーター 荒川千華

北斎といえば富士山! 今でも古さを感じないデザインです。その作品をイメージして食卓を作りながらアートを楽しんで頂きます。その後、季節の和菓子でお茶時間。

受講料: 6,000円+税

持ち物: 筆記用具

クッキング



発酵調味料「醬ひしお」を作ろう!

～色々使える♪万能調味料を仕込みます～

9/30(月) 13:00～15:00

醸せ師(かもせし) はやかわ あきよ

旨味の宝庫である醬は、さまざまなお料理に活用でき、使い方の可能性は無限大です!そして、あの甘酒をしのご美容・健康効果が期待できる嬉しい調味料なのです。

受講料: 6,000円+税

持ち物: 筆記用具・エプロン・ハンドタオル

*仕込んだ醬をお持ち帰りいただきます

LIFE DESIGN STUDIO

exhibition



宮部友宏さんの
焼き物展

6/1(土)~9(日)



永井小百合さんの
真鍮展

7/6(土)~14(日)

LIFE DESIGN STUDIO

レッスンのお申込み方法

- ・下記の連絡先へ、お問い合わせ、お申込みください。
直接アクティブG内のショップでのお申込みも可能です。
- ・お申し込みの締め切りは、レッスン日より3日前までとなっております。
但しレッスン内容によっては、お申し込み可能なものもありますので、
一度お問い合わせください。
- ・お申込み後、やむを得ずキャンセルされる場合は、レッスン2日前より
キャンセル料が発生致しますのでご了承ください。

ONE OVER *f* ワンオーバーエフ

〒500-8856

岐阜市橋本町1-10-1 JR岐阜駅内 アクティブG 3F

tel・fax 058-262-2996 e-mail studio@oneoverf.co.jp

HP <http://www.oneoverf.co.jp>

インスタグラム LDS_oneoverf



ちょっとオシャレに
もっとたのしい
暮らしを

LIFE DESIGN STUDIO
ONE OVER *f*



f

Vol.18

1day Lesson

June-Sept. Schedule

2019