

いずみ野おうちでマルシェ時間割

全ての参加や視聴は無料です！ 詳しい内容や申込方法は公式サイトをご覧ください。



おやこで
楽しむ

10:00

●親子でコミュニケーションダンス！



10:00～(約40分)

健康・スポーツ

講師:小泉 りく(RKK DANCE)

おうちじかんが増えて大人も子供も運動不足になりがち…
そんな時は親子でたくさん踊って楽しく、こころもからだも
スッキリしましょう\(^_^)/

11:00

●親子向け野菜ワークショップ ～横浜野菜の博士になろう～



11:40～(約40分)

地産地消

講師:高崎 順子

クイズや料理動画を楽しみながら、旬の横浜野菜や泉区の
農業について知りましょう。

12:00

13:00

14:00

●余った保冷材でオリジナル消臭剤 を作ろう



13:50～(約40分)

街の魅力

講師:fu-ma(フーマ)

冷蔵庫に溜まっている、不要になった保冷剤に、好きな色と
香りをプラスして、世界に一つだけのオリジナル消臭剤を作
りましょう♪

15:00

●世界にひとつだけのメガネをつくろう！



15:30～(約40分)

健康・スポーツ

講師:おかつぱミユキ

『目の大切さ』について学びながら、おうちにある物を使って
大人も子供も工作の時間を楽しみましょう。

16:00

17:00



おとなも
楽しい

●自宅でカンタン初めてのヨガ



10:50～(約40分)

健康・スポーツ

講師:本間 春菜

『いきなりスタジオへ行くのはちょっと…』『何から始めたら
いいかわからないけど、体を動かしたい』といった方にピツ
タリの初心者向けヨガ講座です。

12:00～オンラインステージ
公開スタート！

●バランスのいい食事を学ぼう！



13:00～(約40分)

地産地消

講師:泉区食生活等改善推進委員
(泉区ヘルスメイト)

みなさまの毎日のお食事のヒントに、バランスよく食べる料理
の選び方や、地元のお野菜を使った料理を紹介しながらアド
バイスします。

●『ちよい干し』野菜を使って 晩ごはん作り



14:40～(約40分)

地産地消

講師:澤井 香予

この時期に直売所やスーパーに並ぶお野菜を干し野菜に
してみましょう。干し野菜を使ったお料理も紹介します。

●『あの木』に名前を付けよう ～ネーミングワークショップ～



16:20～(約40分)

街の魅力

講師:Willing Hands On
代表 高瀬 桃子

ワークショップに参加して、9月27日スタートのネーミング企画
に応募しましょう！キャッチコピーの付け方を学び、いずみ野駅
前に昔からある『あの木』の愛称をみんなで考えましょう。

■オンラインワークショップは当日参加出来なかった方も後日公式サイトにてアーカイブ動画をご覧いただけます。

■オンラインステージは公式サイト及びYouTube専用チャンネルにて公開いたします。

※時間や内容は都合により変更する場合がございます。詳しい最新情報は公式サイトにてご確認ください。