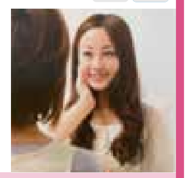
018 マイナス5歳若返り艶肌メイクレッスン



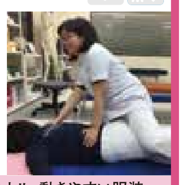
いつまでも見た目年齢は若々しくと思いませんか?マイナス5歳若く見える艶肌メイク方法をお伝えします!

3月5日(木)、10日(火)
13:00～14:30、15:00～16:30
3月20日(金) 10:00～11:30

■会場:市民会館 小会議室(3/5、20)、リハーサル控え室1号室(3/10) ■対象:女性
■講師:石橋 友子 ■定員:各3名 ■材料費:500円(メイク道具) ■持ち物:卓上鏡、ターバン

ハートフレンド
岡崎市上里3-15-1 102 <会場は別>
TEL 090-4855-2723
受付/10:00～20:00 定休日/日

019 ゆるゆるダイエット講座



こんなお腹とは、さよならしたい人!今日からゆるゆるダイエットしましょう!簡単な運動をお教えします!!

2月23日(日)、3月6日(金)
10:00～11:30、14:00～15:30

■会場:市民会館 中会議室B ■持ち物:フェイスタオル、動きやすい服装
■講師:茂田 ひとみ ■定員:各5名

トータルケアサロンひとみ
岡崎市細川町両戸35-1 <会場は別>
TEL 080-5132-7508
受付/10:00～19:00 定休日/不定休

020 Spring Beauty 春の美肌塾

高性能マイクロスコープで肌診断。その後美肌のためのお手入れ方法を実践。この春はお肌プルプル心ウキウキ

3月28日(土) 19:00～20:30
3月29日(日) 13:30～15:00、15:30～17:00

■会場:りぶら 創作室 ■持ち物:フェイスタオル2枚、髪を止めるピン・ゴム
■講師:土屋 陵子 ■定員:各4名 ■対象:女性

トータルボデイケアサロンHelianthus<ヘリアンタス>
岡崎市鴨田町池内42番地4 <会場は別>
TEL 080-1551-1967
受付/9:00～21:00 定休日/不定休

021 簡単!ヘナ自塗り教室

自分でできる白髪対策とボリュームアップ!エコサート認定ヘナ使用。

2月22日(土)、24日(月)、26日(水)、3月2日(月)、4日(水)、8日(日)、11日(水)、22日(日)
13:00～15:00

■会場:マダムリーズ ■材料費:2,750円(ロング、2度染めの必要な方は+500円)
■講師:長富 龍子/森橋 由里子 ■定員:各3名 ■持ち物:汚れても良いタオル4枚

マダムリーズ
岡崎市康生通西2-13-2
TEL 090-7852-0334 MAP C-1
受付/9:30～17:00 定休日/水・日

022 セレブエステ&ハンドエステ体験

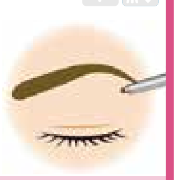
高級うるおいマスクを取り入れたデトックス。エステ体験です。ハンドエステもプラスします。

3月6日(金)、7日(土)、8日(日)、9日(月)
10:30～12:00、13:30～15:00、15:30～17:00

■会場:みどりや 本店 ■材料費:1,500円(エステ材料・最高級エステマスク使用)
■講師:みどりやスタッフ ■定員:各3名 ■対象:女性

みどりや 本店
岡崎市康生通東1-21
TEL 0564-21-0985 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/水

023 貴方に合った眉描き&アイメイクレッスン



お客様に合った眉スタイルのアドバイス、アイメイクレッスンをお教えいたします。

3月16日(月)、20日(金)、21日(土)
10:30～11:30、13:30～14:30、15:00～16:00、16:30～17:30

■会場:みどりや 本店
■講師:みどりやスタッフ ■定員:各3名 ■対象:女性

みどりや 本店
岡崎市康生通東1-21
TEL 0564-21-0985 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/水

024 ぽっかぽかエステ

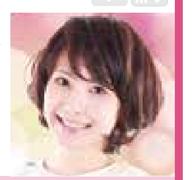
お肌の血行を良くし肌機能を高め、気になる乾燥を改善する「ろうパック」です!ほうれい線にもバッチリ!

2月27日(木)、28日(金)、29日(土)
10:30～12:00、13:30～15:00、15:30～17:00

■会場:みどりや 本店 ■材料費:1,500円(エステ材料・最高級エステマスク使用)
■講師:みどりやスタッフ ■定員:各2名 ■対象:女性

みどりや 本店
岡崎市康生通東1-21
TEL 0564-21-0985 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/水

025 簡単若返り!初めてのおしゃれウィッグ



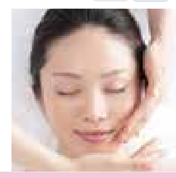
色々なかつらを気軽に試すチャンスです。若々しく自然にかぶるコツや、あなたに似合うかつらをお伝えします。

2月20日(木)、3月7日(土) 10:30～12:00

■会場:La Himawari(ラ ひまわり) 岡崎市連尺通2-15 ■定員:各3名
■講師:太田 純子 ■持ち物:ブラシ(お直しが必要な方のみ) ■対象:白髪・薄毛が気になる女性

美来BEAUTE(みらいボーテ)
岡崎市戸崎町字沢田39 <会場は別>
TEL 0564-64-6403
受付/10:00～17:00 定休日/不定休

026 美肌をGET! 50分間の大満足エステ



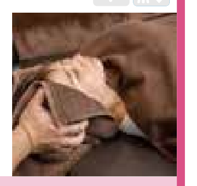
オリコンエステ部門満足度2年連続No.1のメナードエステを、この機会にご体験ください。

2月19日(水)、22日(土)、25日(火)、28日(金)、3月5日(木)、7日(土)
10:00～18:00 ※2時間程度

■会場:下記店舗 ■持ち物:コンタクトの方はケース、洗浄液 ■定員:各2名または1組
■講師:杉浦 雅子 ■材料費:2,200円(化粧品代) ■対象:成人女性(初回のみ)

メナードフェイシャルサロン ピュアクオリティ伝馬
岡崎市伝馬通5-34
TEL 0564-21-4376 MAP D-4
受付/10:00～19:00 定休日/日・祝日

027 ドライヘッドスパ体験♪



頭皮と顔の筋肉は繋がっています。日頃の疲れを解消&エイジングケアも!

2月23日(日)、24日(月)10:00～16:00
2月26日(水) 14:00～20:00(40分程度)

■会場:市民会館中会議室A
■講師:岩瀬 ゆり ■定員:各6名 ■対象:女性

レディースカイロプラクティックあるる
岡崎市欠町三田田北通22-5イーストガーデンポプラ館305 <会場は別>
TEL 0564-64-1452
受付/10:00～20:00 定休日/火

健康

からだや
健康についての
講座です。

028 誰でもできる「美腸ヨガ」

運動不足や冷え、ストレスは、心と体に影響を及ぼします。注目される腸の健康法を始めてみませんか?

2月25日(火)、3月11日(水) 14:30～16:00
2月26日(水) 18:30～20:00
3月1日(日)、6日(金)、7日(土) 10:30～12:00

■会場:ILCHI Brain Yoga 岡崎スタジオ ■持ち物:動きやすい服装
■講師:磯谷 照枝 ■定員:各5名

ILCHI Brain Yoga 岡崎スタジオ
岡崎市明大寺本町4-11 駅前PENビル3F
TEL 0564-28-9925 MAP E-2
受付/10:00～20:00 定休日/月・祝日

029 体も癒される頭皮ケア

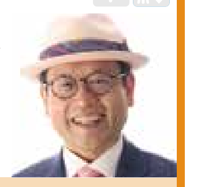
浸透する水で頭皮をきれいにする事により血液循環が良くなり、体もリラックスしてストレス軽減に繋がるケア

3月3日(火)、18日(水)、28日(土) 13:30～15:00
3月9日(月) 10:00～11:30

■会場:市民会館 小会議室A(3/3、9、18)、中会議室A(3/28) ■定員:各8名
■講師:井上 弥生 ■持ち物:フェイスタオル3枚 ■材料費:800円(ローション代)

one's heart
岡崎市日名西町2-3 クリエイティブISK405 <会場は別>
TEL 090-3303-3815
受付/9:00～18:00 定休日/日

030 ストレスが溜まってるな～と思ったら!



体調も良くないならそろそろ限界かも?心理カウンセラーならではのストレス対策をお伝えします。

2月22日(土)、27日(木) 13:30～15:00

■会場:甲山閣 竜城の間 ■持ち物:筆記具
■講師:米澤 栄二 ■定員:各4名

いやしの楽々庵
岡崎市福岡町字南御坊山1-1 <会場は別>
TEL 0564-52-7374
受付/13:00～21:00 定休日/土

031 もしも私が○○kgやせたら?

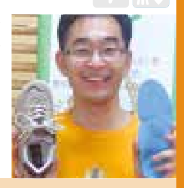
今まで何をやってもやせられなかった人必見!!今回はホントにやせちゃうよ～♪♪

2月22日(土)、3月5日(木)、17日(火)
10:00～11:30、14:00～15:30、19:00～20:30

■会場:ウェルネスクラブいそ ■持ち物:裸足になれる服装
■講師:ベスト体重インストラクター 磯貝 健 ■定員:各4名

ウェルネスクラブいそ
岡崎市朝日町3-14近藤ハイツ102
TEL 090-8185-1325 MAP E-4
受付/10:00～20:00 定休日/不定休

032 足と靴のお悩み相談会



足の無料測定診断。間違った靴は様々なトラブルの元、自分の足の特徴や正しい靴選びを学びましょう。

2月19日(水)、23日(日)、27日(木)
10:30～12:00、14:00～15:30

■会場:ウォーキング専門店 足軽家岡崎店
■講師:青柳 怜 ■定員:各4名

ウォーキング専門店 足軽家岡崎店
岡崎市明大寺本町2-20-1 skyビル1F
TEL 0564-83-8872 MAP E-2
受付/10:00～19:00 定休日/なし

033 外反母趾の方の為の靴講座

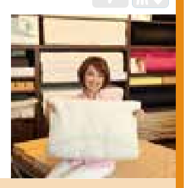
外反母趾といっても、皆それぞれ症状や骨格が違います。正しい靴選びをして悪化を防いでいきましょう。

2月21日(金)、25日(火)、3月1日(日)
10:30～12:00、14:00～15:30

■会場:ウォーキング専門店 足軽家岡崎店
■講師:青柳 怜 ■定員:各4名

ウォーキング専門店 足軽家岡崎店
岡崎市明大寺本町2-20-1 skyビル1F
TEL 0564-83-8872 MAP E-2
受付/10:00～19:00 定休日/なし

034 いびき・不眠・肩こりの方、オーダー枕体験



あなたの身体を全身計測し、オーダーメイド枕を作成。極上の眠りを体験してみませんか?

3月18日(水)、25日(水)13:00～15:00
3月19日(木)、21日(土)、26日(木)10:00～12:00

■会場:株式会社小野ふとん店
■講師:神谷・永田 ■定員:各5名まで ■対象:中学生以上

株式会社小野ふとん店
岡崎市明大寺本町2-25
TEL 0564-22-6661 MAP E-1
受付/10:00～19:00 定休日/火 、第1水

035 聞こえのセミナー(難聴と認知症について)

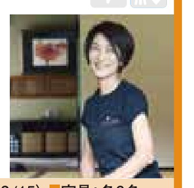
聞こえが悪くなったご家族との接し方や難聴と認知症の関係をお話しします。参加者聞こえの状態もチェックします。

3月3日(火)、10日(火) 14:00～15:00
3月6日(金) 10:00～11:00

■会場:市民会館 中会議室B(3/3・10)、小会議室B(3/6)
■講師:宮田 勇人 ■定員:各5名

株式会社オーテックス
岡崎市竜美台2-5-12 <会場は別>
TEL 0564-81-0263
受付/9:00～18:00 定休日/土・日・祝日 受付は2月17日(月)より

036 ガチガチの背中をゆるめませんか♪♪



首肩こり・片頭痛・疲れがとれない!ダイエットの第一歩も背中から♪開いた骨盤を締めて体幹トレーニング

2月19日(水)・3月15日(日)
10:00～11:30、14:00～15:30

■会場:市民会館 小会議室A (2/19)、中会議室B(3/15) ■定員:各6名
■講師:板倉 圭子 ■持ち物:フェイスタオル・動きやすい服装

カイロプラクティック901
岡崎市真伝町字魂場37-61 <会場は別>
TEL 090-5873-0003
受付/9:00～20:00 定休日/不定休

037 不調は姿勢が原因?自分の身体を知ろう!

体の不調が発生する仕組みと自ら出来る姿勢チェックと予防法を伝授します。(骨盤調整体験有り)

2月23日(日) 10:00～11:30
3月21日(土) 18:00～19:30
3月22日(日) 10:00～11:30、14:00～15:30

■会場:市民会館 小会議室B(2/23)、小会議室A(3/21、22) ■定員:各6名または3組
■講師:鈴木 利夫 ■対象:小学生以上 ■持ち物:運動の出来る服装、タオル

カイロプラクティックToshi Toshi
岡崎市六供町字三ッ岩57 <会場は別>
TEL 090-5873-0003 MAP A-2
受付/9:00～19:00 定休日/不定休

038 美しい姿勢と健康は骨盤が9割!

骨盤が歪むと猫背や身体の不調や痩せにくい体質の原因に!参加者全員に骨盤チェックと調整やりますよー

3月4日(水)、14日(土)、30日(月)
10:00～11:30、14:00～15:30

■会場:市民会館 小会議室B ■持ち物:フェイスタオル
■講師:優秀A級カイロプラクター 加納 数正 ■定員:各3名

カイロプラクティック光輝 岡崎葵院
岡崎市井田町字西田35 <会場は別>
TEL 0564-65-2580
受付/10:00～21:00 定休日/日 2/21～26は不在となります。

039 肩こり、腰痛の改善を!骨盤の歪みを直そう

骨盤の歪みが、腰を歪め背骨を歪め首を歪めていた。骨盤の歪まない生活習慣を学んで痛み、コリを解消!!

2月21日(金)、3月3日(火) 13:30～15:00
2月28日(金) 18:30～20:00

■会場:りぶら スタジオ5(2/21、3/3)、和室(2/28)
■講師:西本 幸生 ■定員:各5名 ■持ち物:フェイスタオル

カイロプラクティック幸生堂
岡崎市藪田1-12-5 <会場は別>
TEL 0564-28-0343
受付/10:00～21:00 定休日/日・祝日

040 デリケートな骨盤!開いた骨盤ケアは大事!

出産後の骨盤ケアについての話し姿勢チェック&骨盤調整体験

2月24日(月) 10:00～11:30、14:00～15:30
3月13日(金) 14:00～15:30

■会場:市民会館 小会議室A(2/24)、リハーサル室1号室(3/13) ■定員:各4名
■講師:片桐 眞理子 ■持ち物:フェイスタオル スカートは避けて下さい

カイロプラクティック にこり
岡崎市百々西町16-2 <会場は別>
TEL 0564-24-5496 FAX 0564-24-5496
受付/10:00～20:00 定休日/不定休

041 最高の眠り!眠れないあなたに。

最高の眠りに欠かせない物は枕と寝る環境が大切。姿勢チェック&骨盤調整体験をして体の変化を考える。

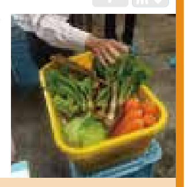
3月13日(金) 16:30～18:00、18:30～20:00

＊施術中で電話に出れない場合は折り返し電話をさせて頂きます。

■会場:市民会館 リハーサル第1号室 ■定員:各4名
■講師:片桐 眞理子 ■持ち物:フェイスタオル スカートは避けて下さい

カイロプラクティック にこり
岡崎市百々西町16-2 <会場は別>
TEL 0564-24-5496 FAX 0564-24-5496
受付/10:00～20:00 定休日/不定休

042 野菜の力で腸イキイキ大高酵素でデトックス



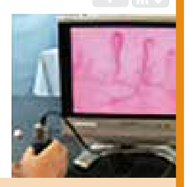
その不調も腸から?酵素のパイオニア大高酵素酵素がどのように腸に効果があるか解説します。

2月19日(水)、3月27日(金) 13:00～15:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局
■講師:高木 太輔 ■定員:各5名

漢方相談 タカキ薬局
岡崎市松本町42-8
TEL 0564-26-1717 MAP A-1
受付/9:00～20:00 定休日/日・祝日

043 目で見て実感!血流測定講座



あなたの血流が実際に流れているのかチェックできます。血流改善もアドバイスいたします。

2月21日(金)、3月16日(月)、31日(火)
13:00～15:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局
■講師:高木 太輔 ■定員:各5名

漢方相談 タカキ薬局
岡崎市松本町42-8
TEL 0564-26-1717 MAP A-1
受付/9:00～20:00 定休日/日・祝日

044 運動なし90日10キロ漢方ダイエット講座

昨年まちゼミから10人中7人が成功1人じゃ無理という方に薬剤師がアドバイス今年こそと思われる方今すぐ電話

3月2日(月)、10日(火)、19日(木) 13:00～15:00
3月28日(土)18:00～20:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局
■講師:高木 太輔 ■定員:各5名

漢方相談 タカキ薬局
岡崎市松本町42-8
TEL 0564-26-1717 MAP A-1
受付/9:00～20:00 定休日/日・祝日

045 5分で痛みが消える膝痛魔法のストレッチ

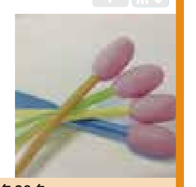
膝蓋骨をマッサージするだけ家でもできる膝痛魔法のストレッチどこに行ってもダメな人ぜひお試しください。

3月12日(木)、25日(水) 13:00～15:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局
■講師:高木 太輔 ■定員:各5名

漢方相談 タカキ薬局
岡崎市松本町42-8
TEL 0564-26-1717 MAP A-1
受付/9:00～20:00 定休日/日・祝日

046 歯ぐきに注目!健康はお口のケアーが一番。



清水式歯肉ブラシ(スマボ)を使用したお口のケアー体験、歯肉ストレッチの実際をお伝えします。

3月14日(土)、19日(木)13:30～15:00

■会場:りぶら 103 ■持ち物:筆記用具 ■定員:各20名
■講師:清水 康行 ■材料費:1,200円(スマートポインター、資料代)

健口の会
岡崎市康生通西3-15-2-504
TEL 080-5122-2052 MAP C-1
受付/9:00～18:00 定休日/木・日

047 ステルス医療費を削減させよう!

スパイラル体操でケガの予防や身体の機能改善をして、かかる医療費を削減させましょう!

2月22日(土)、3月7日(土) 14:00～15:00

SPIRAL

■会場:康生接骨院 ■持ち物:タオル ■材料費:300円(テキスト代)
■講師:古田 昌宏 ■定員:各10名 ■対象:不問(シニア世代歓迎)

康生接骨院
岡崎市八幡町1-33
TEL 0564-24-5525 MAP B-2
受付/8:00～19:00 定休日/日

048 元気の出る健康最新情報&美容チェック

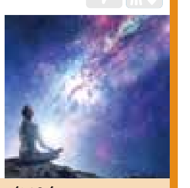
健康最新情報をお知らせします。富山から講師をお呼びしました。日本各地を飛び回る畠山さん。素敵なお話です。是非この機会に。プロ榊原さんによるハンドorリフトアップ体験(片側)。心も身体も健やかに!!

2月29日(土) 9:30～11:00、11:15～12:45

■会場:りぶら 102A ■持ち物:タオル、手鏡 ■材料費:600円(クレンジングorリフタント美容液代)
■講師:畠山 みづほ/プロのエステシャン榊原 梓 ■定員:各6名 ■対象:健康・美容興味のある方

山幸不動産
岡崎市中園町字宮前35 <会場は別>
TEL 090-2181-6703
受付/9:00～19:00 定休日/不定休

049 マインドフルネスヨガ～瞑想内観体験～



こころとからだを整えてリラックス。意識の浄化とチューニング体験してみましょう!

2月29日(土)、3月6日(金)、3月10日(火)
10:00～11:30

■会場:りぶら和室(2/29)、201(3/6、3/10) ■定員:各10名
■講師:柴田 千代 ■材料費:200円(ローション代) ■持ち物:大判バスタオルまたはヨガマット

しずくや
岡崎市八帖北町27-2 江山ビル1階 <会場は別>
TEL 0564-64-4570
受付/9:00～18:00 定休日/第1・第2土・日・祝日 受付は2月17日(月)から

050 あなたの眼を守る色素“ルテイン”測定体験

大切な眼を守ってくれる色素“ルテイン”。この機会に測定してみませんか?食生活を見直すきっかけにも。

2月28日(金)、3月1日(日)、2日(月)
11:00～11:30、13:30～14:00、14:30～15:00

■会場:スギウラメガネ ■持ち物:お使いのメガネ(あれば)
■講師:杉浦 文子 ■定員:各2名

スギウラメガネ
岡崎市康生通東2―15
TEL 0564-21-1072 MAP C-2
受付/9:30～18:15 定休日/火・第1・3水

051 肩、腰、膝、巻肩、猫背の症状が1度で改善

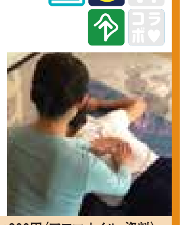
肩痛、腰痛、膝痛の症状が1度で楽にトントン療法で巻肩、猫背等が改善エネルギー療法や手技で肩、首が改善

3月5日(木)、21日(土) 14:00～15:30

■会場:りぶら 102A(3/5)、102B(3/21) ■持ち物:タオル、動き易い服装
■講師:高宮 文治 ■定員:各6名

高宮治療整体
岡崎市西大友町字蓮花寺35-3 <会場は別>
TEL 0564-31-0986
受付/9:00～18:00 定休日/水

052 スウェーデン発祥《撫でるケア》



《病気をお持ちの女性へ》
オキシトシンが心を優しく包込みます
ほっと一息ついてください。

3月9日(月)、10日(火)、16日(月)、17日(火)、23日(月)、24日(火)、30日(月)
19:00～20:30

■会場:りぶら和室 ■持ち物:タオル2枚、飲み物 ■材料費:300円(アロマオイル、資料)
■講師:コリ都三女 ■定員:各2名 ■対象:心や体の病気でお悩みの女性

タクティール® ケア【おん】
岡崎市宇頭町向山44 <会場は別>
TEL 080-3615-5622 FAX 0564-31-4965
受付/9:00～21:00 定休日/不定休 受付は3月2日(月)より

053 魔法のリフレクソロジー☆足裏から健康に

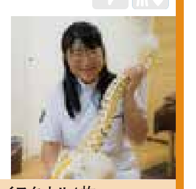
足裏は体の状態を表す鏡。ご自分とご家族の健康の為、日常生活で活用して頂ける手技を丁寧にお伝えします。

2月24日(月) 13:30～15:00、15:30～17:00
2月28日(金) 10:00～11:30

■会場:りぶら201(2/24)、101(2/28) ■持ち物:筆記具・タオル2枚・クッション1つ
■講師:土屋 陵子 ■定員:各5名 ■対象:どなたでも(ただし初参加者優先)

トータルボデイケアサロンHelianthus<ヘリアンタス>
岡崎市鴨田町池内42番地4 <会場は別>
TEL 080-1551-1967
受付/9:00～21:00 定休日/不定休

054 予防医学としてのカイロプラクティック



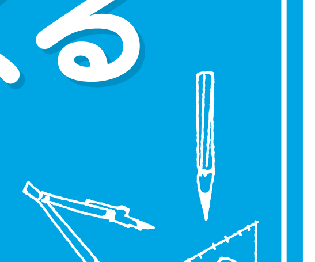
人生100年時代!「最期まで元気に自分の足で生活出来るようにするためには?」ーーにお答えします!

2月28日(金) 13:00～14:30、15:00～16:30
3月9日(月) 10:00～11:30

■会場:りぶら101(2/28)、201(3/9) ■持ち物:フェイスタオル1枚
■講師:土屋 陵子 ■定員:各6名 ■対象:健康に興味のあるどなたでも。

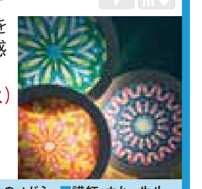
トータルボデイケアサロンHelianthus<ヘリアンタス>
岡崎市鴨田町池内42番地4 <会場は別>
TEL 080-1551-1967
受付/9:00～21:00 定休日/不定休

つくる



つくったり
体験する
講座です

055 紙のステンドグラス。ローズウィンドウ作り



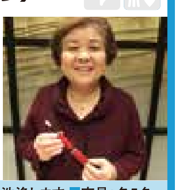
薄い紙を切って重ねて紙のステンドグラスを作ります。色や光のセラピー効果を一緒に感じてみませんか。

2月29日(土)、3月3日(火)、20日(金)、24日(火)
10:30～12:30

■会場:ラ・ひまわり 連尺通2-15 ■持ち物:手提げ袋・大人のメガネ ■講師:まちゃ先生
■定員:各5～6名 ■対象:ハサミが使える方 ■材料費:1,000円(枠・用紙・ノリ・テープなど)

eS trou. (エス・トゥル・ボワン)
岡崎市六名1丁目 <会場は別>
TEL 090-6578-5365
受付/10:00～16:00 定休日/不定休

056 万年筆入門講座(万年筆を組み立てよう)



部品からご自身で組み立てるので、万年筆の仕組みを知ることが出来ます。『書くこと』が楽しくなる万年筆入門

2月19日(水)、2月26日(水) 17:00～18:30

■会場:PEN'S ALLEY Takeuchi ■持ち物: 古い万年筆洗浄します ■定員:各5名
■講師:竹内 さちよ ■対象:中学生以上 ■材料費:1,000円(万年筆キット代)

PEN'S ALLEY Takeuchi
岡崎市籠田町36
TEL 0564-21-0864 MAP D-3
受付/11:00～19:00 定休日/木

057 はじめての水引細工

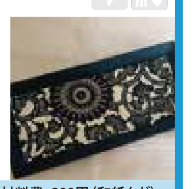
日本の伝統『水引細工』を楽しく作りませんか?初心者でも安心。心を込めて、結びましょう。

3月20日 (金) 13:00～14:30、15:30～17:00

■会場:PEN'S ALLEY Takeuchi ■材料費:300円(水引代)
■講師:吉田 恵 ■定員:各5名 ■対象:中学生以上

PEN'S ALLEY Takeuchi
岡崎市籠田町36
TEL 0564-21-0864 MAP D-3
受付/11:00～19:00 定休日/木

058 和紙を使ったカルトナージュ



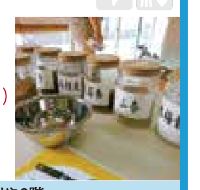
お好きな柄の和紙を選んで、オリジナルのペントレイを作ってみませんか。

3月21日(土)、26日(木)
13:00～14:30、15:00～16:30
3月24日(火)
10:00～11:30、13:00～14:30、15:00～16:30

■会場:甲山閣 青葉の間 ■持ち物:色鉛筆、はさみ ■材料費:800円(和紙など)
■講師:後藤 尚代 ■定員:各5名 ■対象:小学生以上

アトリエ・Coffret (コフレ)
岡崎市若宮町1-29 <会場は別>
TEL 080-3650-0091
受付/9:00～17:00 定休日/不定休

059 天然白檀、アロマを使った癒しのお香づくり



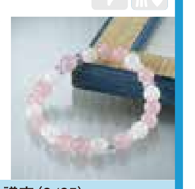
①匂い袋、金運アップ財布香作り
②お香・線香作り
③塗香作り①～③の中から1つ選択

2月23日(日)、3月19日(木)、26日(木)、31日(火)
13:30～15:00

■会場:市民会館 小会議室(2/23)、まざりん みどりや2階
■講師:渡辺 則子 ■定員:各8名 ■材料費:1,000円(お香の材料費)

石屋のあすか
岡崎市小呂町字新志5-40 石の公園団地 <会場は別>
TEL 090-3455-0684
受付/9:00～18:00 定休日/日

060 天然石パワーストーンブレスレット作り



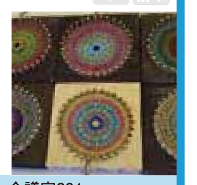
金運、開運、合格出世祈願、厄除け心安らぐ癒しのヒーリング効果パワーストーンブレスレット作り

2月26日(水)、3月25日(水) 13:30～15:00

■会場:まざりん みどりや2階(2/26)、市民会館小会議室(3/25)
■講師:渡辺 則子 ■定員:各8名 ■材料費:1,000円(ブレスレット材料費)

石屋のあすか
岡崎市小呂町字新志5-40 石の公園団地 <会場は別>
TEL 090-3455-0684
受付/9:00～18:00 定休日/日

061 童心になって糸かけ曼荼羅を作りませんか?



身近にある糸や紐を使って童心に返って巻いて見ませんか?

3月5日(木)、10日(火)、12日(木)、17日(火)
9:30～11:30

■会場:りぶら(3/5、3/10、3/12) 会議室302(3/17) 会議室201
■講師:都築 卓子 ■定員:各7名 ■材料費:1,000円(ピン打ち済み板、糸代)

糸かけ曼荼羅趣味の会
岡崎市欠町字石ケ崎68-1 <会場は別>
TEL 090-1239-1913
受付/9:00～17:00 定休日/日・祝日

062 百均材料で作るキャンドルとワックスバー

百円ショップでお手軽に揃えられる材料を使って、かわいいキャンドルとワックスバーを作ります。

2月25日(火) 10:00～11:30、14:00～15:30
2月26日(水) 10:00～11:30

■会場:キャンドルハウス Lintu ■持ち物:エプロン ■定員:各3名
■講師:星野 嘉子 ■材料費:600円(ワックス、花、香料、器、花型シリコン)

キャンドルハウス Lintu
岡崎市若宮町2丁目69-1
TEL 090-1233-6105 MAP E-5
受付/10:00～17:00 定休日/不定休

063 まちゼミdeハスワーク®

韓国の専用の紙でミニサイズをひとつ作ります。全10色からお好きなお色を組み合わせられます。

3月24日(火)、31日(火) 10:00～11:30

■会場:したくや縁/スギウラメガネ ■材料費:1,000円(ハス紙代)
■講師:尾崎 圭子・杉浦 文子 ■定員:各5名

したくや縁/スギウラメガネ
岡崎市美合町小豆坂56-1(したくや縁)・岡崎市康生通東2-15(スギウラメガネ)
TEL 0564-21-1072(受付はスギウラメガネ) MAP C-2
受付/9:30～18:15 定休日/火・第1・3水

064 開運!数秘アロマ香水講座

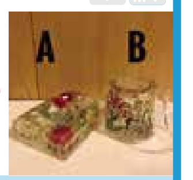
数秘は貴方の運命数。運命数と同じ波動のメディカアロマオイルで貴方をより高め愉しく生きる開運法。

2月19日(火)
10:00～11:00、11:00～12:00、13:00～14:00、14:00～15:00、15:00～16:00、16:00～17:00

■会場:ブティック中屋 ■材料費:1,000円(アロマオイル ボトル代)
■講師:コンパスローズ認定数秘アロマ講師 天野 めぐみ ■定員:各1名

ブティック中屋
岡崎市籠田町17
TEL 090-8676-5953 FAX 0564-26-2064 MAP C-2
受付/8:00～20:00 定休日/月・日

065 ハーバリウムで作る小物入れ



アクセサリーや鍵を置いたり気分があがるかわいい小物です。AかBのとちらかお選びください。

2月25日(火)、3月2日(月)、13日(金)、18日(水)
10:30～11:30、13:30～14:30

■会場:マルショウ ■持ち物:持ち帰り用手提げ袋、エプロン ■定員:各4名
■講師:杉本 晴子 ■材料費:2,000円(花・容器・オイル代)

マルショウ
岡崎市籠田町5
TEL 0564-23-1521 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/木

まなぶ

知識や知恵を
学ぶ講座です

066 動いていますか?ご自分のお店のHP

事業者様必見、WEB業界歴17年のプロが教える、お金をかけないでも出来るHP運営のコツ。

2月19日(水)、25日(火)、3月4日(水)、10日(木)、18日(水)、24日(火)、31日(火) 19:30～21:00

■会場:BE@NSWORK
■講師:市川 敬晃 ■定員:各2名もしくは2組 ■対象:事業者

BE@NSWORK
岡崎市康生通2丁目22-11
TEL 090-7039-5784 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/土・日・祝日

067 経営者向け就業不能保証保険講座

自分が働けなくなった時、あなたの会社・家族はどうなりますか?夫婦で考え、学ぶ生命保険講座

2月26日(水)、27日(木)、
3月11日(水)、12日(木)、25日(水)、26日(木)
19:30～20:30

■会場:BE@NSWORK
■講師:本田 ■定員:各3組6名 ■対象:会社経営者夫婦(お一人でもOK)

BE@NSWORK
岡崎市康生通2丁目22-11
TEL 090-7682-1786 MAP C-2
受付/9:30～18:00 定休日/土・日・祝日

068 スマホ講座 現役高校生がレクチャーします

現役高校生がスマホの使い方をレクチャーしてくれます。
スマホでいろんなことに挑戦しよう。

2月29日(土)、3月14日(土) 10:00～11:30

■会場:KTCおおぞら高等学院岡崎キャンパス ■持ち物:スマートフォン、筆記用具
■講師:KTCおおぞら高等学院の在校生、教員 ■定員:各5組10名

KTCおおぞら高等学院岡崎キャンパス
岡崎市明大寺町字川端19-13 山七東岡崎ビル1F
TEL 0564-25-0022 MAP E-3
受付/9:00～18:00 定休日/日・祝日

069 ファッションショーで分かる旬な着こなし

今季トレンドのアイテムやカラーを使って、ファッションショーを開催します。

3月22日(日) 10:30～12:30

■会場:La Himawari
■講師:都筑 之泰 ■定員:10名 ■対象:30代～60代の女性

La Himawari
岡崎市連尺通2-15
TEL 0564-24-1363 MAP C-2
受付/10:00～19:00 定休日/水

070 ハートグラム診断《婚活版》受けませんか?

《ハートグラム診断 婚活版》で自分の婚活における心理や傾向を知りましょう。

2月23日(日)、29日(土)、
3月14日(土)、15日(日)、28日(土)、29日(日)
19:00～20:30

■会場:(株)LIDEC 小倉結婚相談所
■講師:小倉 とみ子 ■定員:各1名 ■対象:婚活中の方・これから婚活を始める方

(株)LIDEC 小倉結婚相談所
岡崎市材木町2-60 エムワイビル2F
TEL 0564-65-5220 MAP B-1
受付/9:00～21:00 定休日/火・水

071 家族や友人の会話が聞きづらい方の補聴器

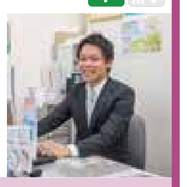
難聴や補聴器の役割を解説。人と上手くコミュニケーションを取る方法を専門家が伝授します。

2月20日(木)、21日(金)、23日(日)、3月2日(月)
15:00～16:00、
2月22日(土)、3月3日(火)
18:00～19:00

■会場:あいち補聴器センター ■持ち物:筆記用具
■講師:認定補聴器技能者 青木 章、近藤 若奈 ■定員:各2組4名まで

あいち補聴器センター
岡崎市吹矢町69
TEL 0564-24-4733 FAX 0564-24-4733 MAP E-3
受付/10:00～17:00 定休日/水

072 魅力的な文章の作り方「プレスリリース」



商品やサービスを世の中にPRするためのプレスリリース作成方法を伝授。過去受講者メディア取材実績あり。

2月21日(金)、23日(日) 18:00～19:30

■会場:あいち補聴器センター ■持ち物:筆記用具
■講師:日本PR協会認定PRプランナー 青木 章 ■定員:各3名

あいち補聴器センター
岡崎市吹矢町69
TEL 0564-24-4733 FAX 0564-24-4733 MAP E-3
受付/10:00～17:00 定休日/水

073 空き家は困るが役に立つ!解決策はこの3つ

空き家の片付けも解体もお悩み解決!
実例と実写真を使い、個々に合った空き家対策を伝授します。

3月8日(日) 13:00～14:00

■会場:りぶら 201 ■持ち物:筆記用具
■講師:小幡 省侍 ■定員:10名

岩津の不動産屋
岡崎市岩津町字新城121-1 <会場は別>
TEL 0564-45-2910
受付/9:00～18:00 定休日/水

074 お金を使う前、知っておくべき住宅計画とは

家を建てよう、リフォームしよう、お金を使うことを考える前にするべき「本当の住宅計画」を、お話します。

2月22日(土)、3月23日(月)
10:00～11:30、13:30～15:00
3月20日(金)
10:00～11:30

■会場:市民会館 小会議室B ■持ち物:筆記用具
■講師:一級建築士 三嶋 均 ■定員:各8名または4組

ウッド・アート・スタジオ株式会社一級建築士事務所
岡崎市井田町稲場2-1 <会場は別>
TEL 0120-64-2377
受付/10:00～18:00 定休日/水

075 幸せになる「お墓参り・供養」の方法

春彼岸直前プロ仕様のお墓掃除のコツ人生をより良くするための終活方法や墓じまい供養の方法をお伝えします。

2月27日(木)、3月2日(月) 13:30～15:00

■会場:まざりん みどりや2階 ■持ち物:筆記用具
■講師:渡辺 則子 ■定員:各10名

石屋のあすか
岡崎市小呂町字新志5-40 石の公園団地 <会場は別>
TEL 090-3455-0684
受付/9:00～18:00 定休日/日

076 新しい相続と家族信託

相続法の改正と家族信託をご紹介。
気軽にご質問もしていただけます!

3月1日(日) 13:30～15:00、
3月8日(日) 10:00～11:30

■会場:りぶら 103(3/8)、302(3/1) ■持ち物:筆記用具
■講師:池田 千恵 ■定員:各15名

池田千恵司法書士事務所
岡崎市羽根町字池脇6番地1KNビル202号 <会場は別>
TEL 0564-54-6330
受付/9:00～18:00 定休日/土・日・祝日 受付は2月17日(月)より

077 私の悩みは心理カウンセリングで楽になる?

自分に何が合うのかを無料で学べます。お一人様約30分の個別対応なので安心してお話し頂けます。

2月28日(金)、3月14日(土) 13:30～16:30

■会場:甲山閣 竜城の間 ■持ち物:筆記具
■講師:米澤 栄二 ■定員:各4名

いやしの楽々庵
岡崎市福岡町字南御坊山1-1 <会場は別>
TEL 0564-52-7374
受付/13:00～21:00 定休日/土

078 犬を良い子に変える方法、教えます!

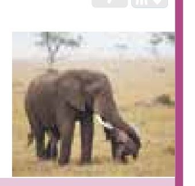
犬の問題行動やワガママを改める、誰にでもできる対処方法をお教えします。

3月12日(木) 13:30～15:30

■会場:市民会館 中会議室B ■持ち物:筆記具
■講師:宇野 哲安 ■定員:20名 ■対象:小学生以上

宇野獣医科病院
岡崎市岩津町車塚5-1 <会場は別>
TEL 0564-45-1611
受付/9:00～19:00 定休日/木・日・祝日

079 野生動物の密猟の現状とその原因!!



ゾウやサイなど、多くの野生動物が密猟で殺されています。その現状と原因について、お話ししたいと思います。

3月22日(日) 10:00～11:30

■会場:市民会館 小会議室B ■持ち物:筆記具
■講師:宇野 哲安 ■定員:15名 ■対象:小学生以上

宇野獣医科病院
岡崎市岩津町車塚5-1 <会場は別>
TEL 0564-45-1611
受付/9:00～19:00 定休日/木・日・祝日

080 まちゼミって何?気になる事業主さん必見

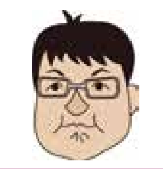
話題のまちゼミ。興味をお持ちの岡崎市内の事業者さまに参加検討に向けて解説します!

2月23日(日) 19:00～20:00
3月3日(火) 10:00～11:00

■会場:まざりん (みどりや2階) ■定員:各8名
■講師:松井 洋一郎とまちゼミ店主 ■対象:岡崎市内の事業者さま

岡崎まちゼミの会
岡崎市康生通東1-21 <会場は別>
TEL 0564-21-0985 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/水

081 元携帯販売員によるスマートフォンの基礎講座



インターネットとスマートフォンの仕組み、初心者編。意外と簡単!不安も解消!SNSも初めてみよう!

2月24日(月) 15:00～16:30

■会場:まざりん (みどりや2階) ■定員:各8名 ■持ち物:スマートフォン
■講師:小出 稔之氏と岡崎まちゼミの会メンバー

岡崎まちゼミの会
岡崎市康生通東1-21 <会場は別>
TEL 0564-21-0985 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/水

082 石屋が語る「先祖供養」のふか～い話

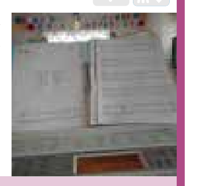
「お葬式」って何の儀式?「年忌法要」はなぜやるの?分かっているようで分かっていない先祖供養のお話しです

3月11日(水)、15日(日) 10:00～11:30

■会場:お墓のかんのんや
■講師:小林 敬榮 ■定員:各5名

お墓のかんのんや
岡崎市門前町68
TEL 0564-24-1117 MAP C-3
受付/10:00～17:00 定休日/月

083 懐かしい童謡唱歌、懐メロを歌いませんか?



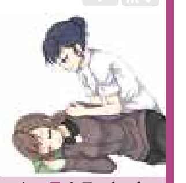
懐かしい童謡、唱歌、懐メロを当時を思い出しお話もしながら楽しく歌いませんか?リクエストも受付します

2月25日(火)、3月3日(火) 10:00～11:30

■会場:りぶら スタジオ3
■講師:都築 卓子 ■定員:各10名

音楽(カラオケ趣味の会)
岡崎市欠町字石ケ崎68-1 <会場は別>
TEL 090-1239-1913
受付/9:00～17:00 定休日/日・祝日

084 整体資格でお家サロン開いてみませんか?



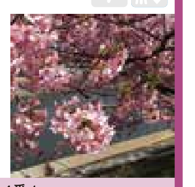
今流行りのお家サロンでプチ起業してみませんか?資格取得から開業までのお話しをいたします。

3月13日(金)、21日(土)
10:00～11:30、14:00～15:30

■会場:市民会館 中会議室B(3/13)、小会議室B(3/21) ■定員: 各4名
■講師:優秀A級カイロプラクター 加納 数正 ■持ち物: フェイスタオル

カイロプラクティック光輝 岡崎葵院
岡崎市井田町字西田35 <会場は別>
TEL 0564-65-2580
受付/10:00～21:00 定休日/日 2/21～26は不在となります。

085 河津さくらを舟から見て学ぶリバーフロント



早咲きの河津さくらを舟から見学し、岡崎のリバーフロントを体験します。歴史のある橋や新しい橋を真下見学。

3月9日(月)～11日(水) 13:00～14:00

■会場:岡崎城下舟遊び 岡崎市上明大寺町2丁目14番1
■講師:白井 宏幸 ■定員:各10名

岡崎城下舟遊び
岡崎市康生通南3丁目2番地 <会場は別>
TEL 090-9194-4629 MAP E-3
受付/11:00～18:00 定休日/月

086 70歳になったら家族信託で最新介護費対策

認知症になると悩むのがお金の問題。「家族信託」を学び、実際に我家のシミュレーションを作ってみよう!

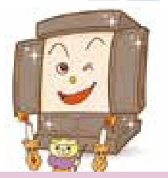
2月27日(木)、3月1日(日)、21日(土) 13:30～15:00

家族信託

■会場:市民会館 会議室 ■持ち物:筆記具 ■定員:各6組(ご夫婦・親子の参加歓迎)
■講師:家族信託専門士 ■対象:シニア層とシニア層を支える世代の方

家族信託相談センター愛知
岡崎市洞町字西五位原1-1 <会場は別>
TEL 0564-47-8558
受付/9:00～18:00 定休日/水・祝日

087 お仏壇、仏具のお手入れ方法



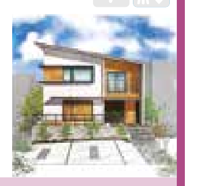
宗派に沿った仏具のお話。お仏壇のかざり方などお話させていただきます。

2月26日(水)、3月9日(月) 10:00～11:30

■会場:株式会社愛知屋仏壇本舗 ■持ち物:筆記用具
■講師:蛭川 義次 ■定員:各8名 ■対象:成人男女

株式会社愛知屋仏壇本舗
岡崎市能見通1-81
TEL 0564-21-3341 MAP B-1
受付/9:30～18:30 定休日/火

088 エアコン1台で年中快適!今どきの家勉強会



14帖家庭用エアコン1台で家全体を24時間冷暖房できる家。
実際に見学、体感してください。

3月8日(日) 14:30～15:30

■会場:りぶら 201 ■持ち物:筆記用具
■講師:小幡 省侍 ■定員:10名

㈱小幡建設
岡崎市岩津町字新城121-1 <会場は別>
TEL 0564-45-2910
受付/9:00～18:00 定休日/水

089 働く女性の美マネー術

お金との上手な付き合い方を身につけてマネーセンスを磨きましょう!無料マネー診断実施します!

2月27日(木)、3月19日(木)、26日(木)
18:30～20:00

■会場:りぶら 201 ■持ち物:筆記用具
■講師:中濱 亜由子 ■定員:各10名 ■対象:働く女性

株式会社東海FPコンサルタント
岡崎市康生通南2-30 7F <会場は別>
TEL 090-5110-8200 MAP D-2
受付/9:00～17:00 定休日/土・日・祝日

090 子育てママの賢い家計管理術

知っているようで知らない家計管理術。みるみる貯まる、貯め体質になって、リッチな子育てママへ変身!!

3月7日(土)、14日(土) 10:30～12:00

■会場:Mother Amita～マザーラミタ～ 岡崎市康生通南2-45 京倫ビル3F ■持ち物:筆記用具
■講師:中濱 亜由子 ■定員:各6名 ■対象:20代～40代の子育てママ

株式会社東海FPコンサルタント
岡崎市康生通南2-30 7F <会場は別>
TEL 090-5110-8200 MAP D-2
受付/9:00～17:00 定休日/土・日・祝日

091 真珠ネックレスの糸替え体験(ワイヤー加工)

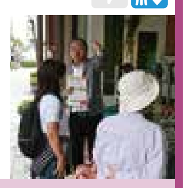
真珠ネックレスは3～5年に一度の糸替えが必要です。ご自身の真珠ネックレスを自分で糸替えしてみましょう。

3月2日(月)、16日(月)、25日(水) 11:00～12:00、
3月4日(水)、16日(月) 18:00～19:00

■会場:株式会社宝金堂 ■持ち物:ご自身の真珠のネックレス
■講師:佐谷 繁 ■材料費:1,000円(パーツ、真珠クロス代) ■定員:各4名

株式会社宝金堂
岡崎市康生通東1-18
TEL 0564-21-2015 MAP C-2
受付/10:00～19:00 定休日/火・第3水

092 楽しい!まち歩き&まちゼミ参加店巡り



話題のタウン誌コリンを持って、まちゼミ店を3～4店探索!まちの楽しみ方も再発見。まちゼミプチ体験付

2月24日(月) 10:00～11:00
2月27日(木) 15:30～16:30

■会場:まざりん (みどりや2階) ■定員:各8名
■講師:松井 洋一郎とまちゼミ店主 ■対象:どなたでも

(株)まちづくり岡崎
岡崎市康生通東1-21 <会場は別>
TEL 0564-21-0985 MAP C-2
受付/10:00～18:30 定休日/水

093 eスポーツって何?まずは体験してみよう

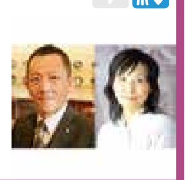
最近、話題になっているeスポーツ。実は何のことだかよくわからない?ならば、体験するのが手っ取り早いですよ。

2月21日(金) 14:00～16:00

■会場:岡崎グランプリ ■持ち物:なし(動きやすい服ときれいな靴)
■講師:ファンファン山本 ■定員:8名 ■対象:小学生から大人まで

リバーシブル
岡崎市康生通南3-20 ステージビル2 2F (岡崎グランプリ)
TEL 0564-21-0684 MAP D-2
受付/10:00～18:30 定休日/土・日

094 知って安心!障害年金ゼミナール



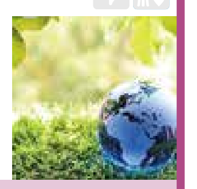
年金の仕組みを楽しく学んでみませんか?老齢・遺族のほか、障害年金を中心に社労士が優しく解説します。

3月6日(金) 10:00～11:30
3月14日(土) 14:00～15:30、18:00～19:30

■会場:市民会館 小会議室A ■対象:65歳までの方
■講師:社会保険労務士 桑原 佐利、社会保険労務士 坂口 千晶 ■定員:各10名

桑原社会保険労務士事務所/坂口社会保険労務士事務所
岡崎市渡町字薬師畔6番地10 <会場は別>
TEL 090-4186-7679
受付/9:00～19:00 定休日/日・祝日

095 こころと体と地球を癒す☆コーヒーサロン



地球が大好き…穏やかな毎日を送りたい…美味しい珈琲を飲みながらのお話会です。

3月31日(火) 10:00～11:30

■会場:りぶら 101 ■持ち物:コーヒーカップ
■講師:小野 千夏 ■定員:5名

樹の香
岡崎市東大友町郷東19-1 <会場は別>
TEL 0564-34-4313
受付/10:00～18:00 定休日/日

096 さあ!メルカリを始めてみよう

フリマアプリ「メルカリ」で商品の売買やQRコード決済でお買い物にチャレンジしてみませんか。

2月19日(水)、28日(金)、3月11日(水)、28日(土)
10:30～11:30、
3月15日(日)、18日(水) 13:30～14:30

■会場:サラダ館明大寺店 ■持ち物:ご自分のスマートフォン
■講師:堺 康裕 ■定員:各3名 ■対象:メルカリを始めて見たい方

サラダ館明大寺店
岡崎市明大寺本町2-6
TEL 0564-28-6252 MAP E-2
受付/10:00～19:00 定休日/水

097 ラインを始めてみよう!チョー初心者講座

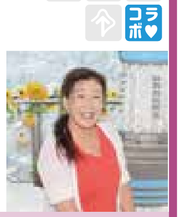
今や簡単なコミュニケーションツールの中心となったライン。始めてコミュニケーションを広げましょう!

2月19日(水)、3月11日(水) 13:30～14:30、
3月15日(日)、18日(水)10:30～11:30

■会場:サラダ館明大寺店 ■持ち物:ご自分のスマートフォン
■講師:堺 康裕 ■定員:各3名 ■対象:ライン初心者の方

サラダ館明大寺店
岡崎市明大寺本町2-6
TEL 0564-28-6252 MAP E-2
受付/10:00～19:00 定休日/水

098 元気の出る占い今年の運気は?美容チェック



今年の運勢をその場で鑑定、開運方法を伝授します。プロによるハンドマッサージorリフトアップ(片側)

2月22日(土)、3月28日(土)
9:30～11:00、11:15～12:45、
3月2日(月)、9日(月)
13:30～15:00、15:15～16:45

■会場:りぶら 102A (2/22・3/28)、マルコーポーロ(3/2・3/9) ■持ち物:タオル、手鏡 ■材料費:600円(クレンジングorリフタント美容液代)
■講師:岡崎の母林 ひかる/プロのエステシャン榊原 梓 ■定員:各6人 ■対象:占い、美容に興味のある方

山幸不動産
岡崎市中園町字宮前35 <会場は別>
TEL 090-2181-6703
受付/9:00～19:00 定休日/不定休

099 現場の話から学ぶ「おしたくの大切さ」

実際の現場の話から「おしたく」とは何か?なぜ「おしたく」をするのか?を学びます。納棺体験もします。

2月22日(土)、3月1日(日) 10:00～11:30、
3月19日(木) 13:00～14:30

■会場:りぶら 和室 ■持ち物:筆記用具 ■材料費:500円(テキスト代)
■講師:尾崎 圭子 ■定員:各5名 ■対象:18歳以上

したくや縁
岡崎市美合町字小豆坂56-1 <会場は別>
TEL 090-4156-7624
受付/9:00～18:00 定休日/不定休

100 大人の塗り絵無料体験教室

河出書房新社の大人の塗り絵シリーズをもとに、塗り絵を楽しく教わって上達しようというイベントです。

3月1日(日) 13:00～14:30

■会場:シビコ 正文館書店 ■持ち物::筆記用具(但し画材などの提供用意あり)
■講師:加藤 洋一郎 ■定員:20名

シビコ 正文館書店
岡崎市康生通西2-20-2 シビコ2F
TEL 0564-24-8173 MAP C-1
受付/10:00～19:30 定休日/第3木(シビコ定休日に準ずる)

101 相続・贈与対策の勘どころ

相続は誰にでも必ず起こるものです。相続や贈与を円満に終えるための対策と具体例を解説します。

2月21日(金)、3月21日(土) 10:00～11:30

■会場:市民会館 小会議室A(2/21)、中会議室A(3/21) ■持ち物:筆記用具
■講師:久世 寿孝 ■定員:各5組10名様

じゅうmado岡崎
岡崎市戸崎元町4-1 リビングスタイルハウス北館内 <会場は別>
TEL 0564-64-7005 又は 090-1415-8838 (永谷)
受付/10:00～17:00 定休日/

102 賃貸・マンション・建売住宅の選び方

「賃貸だと家賃が損?」一体どれがベストなのか、具体的な数字で比較しながら、しっかり判断しましょう。

3月7日(土)、11日(水) 10:00～11:30

■会場:市民会館 小会議室A(3/11)、中会議室B(3/7) ■持ち物:筆記用具
■講師:永谷 政喜 ■定員:各5組10名様

じゅうmado岡崎
岡崎市戸崎元町4-1 リビングスタイルハウス北館内 <会場は別>
TEL 0564-64-7005 又は 090-1415-8838 (永谷)
受付/10:00～17:00 定休日/火・水

103 大人のオカリナ講座初心者ウェルカム

オカリナ体験講座 小さく可愛い楽器で指、脳、呼吸器官のリハビリになり、認知症予防として画期的

2月28日(金)、3月31日(火) 14:00～15:30

■会場:りぶら スタジオ5 ■持ち物:ハンドタオル、筆記用具 ■材料費:50円(資料・楽譜代)
■講師:西本 京子 ■定員:各8名 ■対象:50歳以上

大門音楽教室
岡崎市藪田1-12-5 <会場は別>
TEL 0564-25-2751
受付/10:00～21:00 定休日/不定休

104 ウクレレ・ギター講座

誰でも楽しく参加初心者の為のウクレレ・ギター講座

2月28日(金)、3月31日(火)
16:30～17:30、18:30～19:30

■会場:りぶら スタジオ5 ■持ち物:ウクレレ・ギターをお持ちの方
■講師:三輪 元彦 ■定員:各8名

大門音楽教室
岡崎市藪田1-12-5 <会場は別>
TEL 0564-25-2751
受付/10:00～21:00 定休日/不定休