

**37 お顔がみるみる上がる不思議エステ**

2/9(木)、2/16(木)、3/3(土)  
10:00 ~ 16:00



肌細胞を整えながら御自分の肌の色の变化、シワやフェイスラインの変化を確認しながらの頭が骨矯正エステ。驚き、感動が待っています。

- 会場 / りぶら会議室 103(2/9)、101(2/16)、和室(3/3)
- 材料費 / 1,300円(基礎化粧品+持ち帰り化粧品)
- 対象 / 18歳以上の女性の方
- 定員 / 各回5名
- 持ち物 / ターバン、タオル2枚

**バランスルーム** 講師 岡 美津江

TEL 080-3581-7841 受付 10:00 ~ 17:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**38 長生きはハダシの足から!**

1/27(金)  
10:30 ~ 11:30



ヒトは 700 万年、ハダシの足で歩いてきました。この間、ほとんどモデルチェンジなし。健康にはハダシが一番です。ハダシに一番近い靴を履いてみませんか?

- 会場 / 高羽歩行研究所
- 対象 / 女性
- 定員 / 5 ~ 6 名

**高羽歩行研究所** 講師 高羽 昭

TEL 0564-24-0731 受付 11:00 ~ 19:00  
定休日 木曜日

●所在地 / 岡崎市本町通 1-3

**39 脚と靴のお悩み相談室**

1/28(土)、1/29(日)、2/2(木)、2/3(金)、2/11(土)、2/12(日)  
10:00 ~ 11:30、15:00 ~ 16:30



皆様の足を無料で診断し、症状別の原因と正しい靴の選び方を知って頂きます。最後に正しい歩行の仕方まで勉強しましょう。

- 会場 / 足軽家 岡崎店
- 定員 / 各回 5 名
- 持ち物 / いつも履いている靴

**ウォーキング専門店 足軽家 岡崎店** 講師 深見 貴英

TEL 0564-83-8872 受付 10:00 ~ 19:00  
定休日 なし

●所在地 / 岡崎市明大寺本町 2-20-1 SKY ビル 1F

**40 薬剤師が教えるダイエット成功法則**

1/28(土) 19:00 ~ 21:00  
2/3(金)、2/14(火)、2/29(水) 13:30 ~ 15:30



ダイエットはカンタン。ある法則を守れば誰でもできます。常時 100 人以上相談を受けているプロがコツを伝授。リバウンド対策もバッチリです。無料お試しもあります。

- 会場 / タカキ薬局
- 定員 / 各回 4 名

**タカキ薬局** 講師 高木 タイスケ

TEL 0564-26-1717 受付 9:00 ~ 20:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市松本町 1-79

**41 ヒザ痛講座 5分で痛みが消えるストレッチ教えます**

1/30(月)、2/7(火)、2/15(水)、2/28(火)  
13:30 ~ 15:30



ヒザが元氣だと旅行に楽しみが広がります。あきらめるのはまだ早い。80 歳の方でもその場でヒザが楽になる「魔法」をレクチャーします。ヒザを出せる服装でお越しください。

- 会場 / タカキ薬局
- 定員 / 各回 4 名

**タカキ薬局** 講師 高木 タイスケ

TEL 0564-26-1717 受付 9:00 ~ 20:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市松本町 1-79

**42 東洋医学で体質判断 顔でわかるあなたの体質**

1/31(火)・2/10(金)、2/20(月)  
13:30 ~ 15:30



顔であなたの体質がわかります。目が大きいとストレスが強い。鼻が小さいと肺が弱いなど、東洋医学の知識を用いた体質をわかりやすくレクチャーします。

- 会場 / タカキ薬局
- 定員 / 各回 4 名

**タカキ薬局** 講師 高木 タイスケ

TEL 0564-26-1717 受付 9:00 ~ 20:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市松本町 1-79

**43 子宝セミナー 明日からできる妊娠につながる温め方教えます**

2/1(水)・2/17(金) 13:30 ~ 15:30、  
3/3(土) 18:00 ~ 20:00



身体を温める事で妊娠力は飛躍的にアップします。体外受精をされた方、2 人目をお考えの方、明日からできる体作りのコツを伝授いたします。

- 会場 / タカキ薬局
- 定員 / 各回 10 名

**タカキ薬局** 講師 高木 タイスケ

TEL 0564-26-1717 受付 9:00 ~ 20:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市松本町 1-79

**44 皮フ研究 35年イクコさんの元氣な皮膚を作るコツ教えます**

2/2(木)、2/13(月)、2/21(火)、3/1(木)  
13:30 ~ 15:30



皮フトラブル研究 35 年のイクコさんが元氣な皮膚の作り方伝授。冬の乾燥肌が蘇ります。食事法、ケア法など自宅で気楽にできる方法を丁寧に指導いたします。

- 会場 / タカキ薬局
- 材料費 / 500 円(冊子・クリーム代)
- 定員 / 各回 5 名

**タカキ薬局** 講師 高木 郁子

TEL 0564-26-1717 受付 9:00 ~ 20:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市松本町 1-79

**45 髪と体に良いヘナを知ってみませんか。**

1/28(土) 13:30 ~ 14:30、15:00 ~ 16:00 2/3(金) 9:30 ~ 10:30  
2/5(日) 9:30 ~ 10:30、13:30 ~ 14:30



髪の毛になんらかの悩みのある方は一度話を聞いてみて下さい。良いと思った方は後日ヘナ体験(2,500 円)を体験してください。ヘナ石けんプレゼント。

- 会場 / りぶら会議室 101(1/28)、2/3、301(2/5AM)、103(2/5PM)
- 材料費 / 500 円(テキスト代+ヘナ石けん)
- 定員 / 各回 20 名


**バランスルーム** 講師 古賀 博美、原 圭子

TEL 090-8077-9684 受付 8:00 ~ 20:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**46 ヘアトニックを作ってヘッド&肩マッサージ**

1/28(土) 13:30 ~ 15:00、2/4(土) 9:30 ~ 11:00  
2/5(日) 10:00 ~ 11:30



アロマを入れながら髪の毛に良いヘアトニックを作り、そのトニックをつかって 2 人ペアになり、ヘッド&肩のマッサージを行います。頭と肩スッキリ

- 会場 / りぶら会議室 101(1/28)、302(2/4)、301(2/5)
- 材料費 / 1,000 円(トニックお持ち帰り)
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / タオル 2 枚

**バランスルーム** 講師 脇田 今日子

TEL 090-3444-9684 受付 8:00 ~ 20:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**47 ハンドクリームを作ってハンドマッサージ!**

2/3(金) 13:00 ~ 14:30、2/5(日) 15:00 ~ 16:30、  
2/11(土) 11:00 ~ 12:30



自分にあったオイルそしてアロマを使ってハンドクリームを作り、その後マッサージを 2 人ペアになって行います。

- 会場 / りぶら会議室 101(2/3)、103(2/5)、302(2/11)
- 材料費 / 1,000 円(ハンドクリームお持ち帰り)
- 定員 / 各回 6 名
- 持ち物 / タオル 1 枚

**バランスルーム** 講師 三宅 真紀

TEL 090-3444-9684 受付 8:00 ~ 20:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**48 体を自分で楽に柔らかく! 初めての操体法**

2/9(木) 9:30 ~ 10:30、2/16(木) 14:30 ~ 15:30  
3/3(土) 9:30 ~ 15:30



操体法は体が喜びをすることで、体の痛みやコリを消して、体を柔らかくする魔法! 体の歪みを無理なく治すので姿勢も改善! 専用ゴムバンド付き

- 会場 / りぶら会議室 103(2/9)、101(2/16)、和室(3/3)
- 材料費 / 500 円(資料と専用のゴムバンド)
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / 動きやすい服装

**バランスルーム** 講師 野田 順子

TEL 090-8950-0822 受付 8:30 ~ 20:30  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**49 骨盤と健康 あなたの足の長さは左右同じ?**

2/2(木) 14:00 ~ 15:30、18:00 ~ 19:30  
2/4(土)、2/16(木) 14:00 ~ 15:30、18:00 ~ 19:30  
3/2(金) 16:00 ~ 17:30



①カイロプラクティックの治療法とは?  
②骨盤の歪みが体に与える影響  
③参加者全員に骨盤の歪みチェックと骨盤矯正。健康相談もお受けします。

- 会場 / りぶら 102A 会議室(2/2、2/4)、102B 会議室(2/16)、ホワイエ(3/2)
- 定員 / 各回 8 名
- 持ち物 / 施術のできる服装、タオル

**カイロプラクティック光輝 岡崎英院** 講師 加納 数正

TEL 0564-65-2580 受付 10:00 ~ 21:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市井田町字西田 35 <会場は別>

**50 自分で骨盤を整えましょう!**

2/4(土)、2/16(木)  
18:00 ~ 19:30



①カイロプラクティックの治療法とは?  
②ゴムバンドや運動枕を使ったカイロプラクティックの実践と体験。2 人 1 組になって相手の人も整えてあげましょう。

- 会場 / りぶら 102A 会議室(2/4)、102B 会議室(2/16)
- 定員 / 各回 8 名
- 持ち物 / 体操のできる服装、タオル

**カイロプラクティック光輝 岡崎英院** 講師 加納 数正

TEL 0564-65-2580 受付 10:00 ~ 21:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市井田町字西田 35 <会場は別>

**51 頭スッキリで気分上々**

2月の毎週月曜日・金曜日  
13:30 ~ 14:30



実際に自分で体験をしながら頭のこり解消全体を学び、受講後は頭スッキリ気分上々でお帰りのいただけます。

- 会場 / 健康サロン。
- 定員 / 各回 2 名
- 持ち物 / フェイスタオル 2 本、動きやすい服装

**健康サロン。** 講師 堺 貴之

TEL 0564-66-0286 受付 10:00 ~ 20:00  
定休日 水曜日

●所在地 / 岡崎市明大寺本町 2-6

**52 ヒーリングアロマ&アクアセラピー入門**

2/3(金) 9:30 ~ 11:30  
2/17(金) 18:30 ~ 20:30



・精油分子とお水の不思議を知ろう!  
・ヒーリングのための香りブレンド  
・細胞へ満ちていく水を感じよう  
・ヒーリングトリートメント実習

- 会場 / りぶら 創作室
- 材料費 / 800 円(精油、お水など)
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / タオル 3 枚、筆記用具

**ナチュラルセラピー&スクール しずくや** 講師 柴田 千代

TEL 0564-45-8486 受付 10:00 ~ 17:00  
FAX 0564-45-2485 定休日 日月祝

●所在地 / 岡崎市岩津町新城 63 <会場は別>

**53 ジョイントプレー入門 ~関節にアプローチ~**

2/10(金) 9:30 ~ 11:30  
2/12(日) 13:30 ~ 15:30



・関節の形や動きとホームケアの役割  
・ちょっとした故障に役立つ関節ワーク  
・ペアで実習してみよう!  
・左右で違いを比べてみよう!

- 会場 / りぶら 創作室(2/10)、和室(2/12)
- 定員 / 各回 10 名
- 材料費 / 800 円(クリームなど)
- 持ち物 / 手ぬぐいサイズのタオル 1 枚、筆記用具

**ナチュラルセラピー&スクール しずくや** 講師 柴田 千代

TEL 0564-45-8486 受付 10:00 ~ 17:00  
FAX 0564-45-2485 定休日 日月祝

●所在地 / 岡崎市岩津町新城 63 <会場は別>

**54 骨盤ダイエットは やせたい夢を叶えます!**

2/4(土)、2/11(土)  
13:00 ~ 14:30、15:00 ~ 16:30



①骨盤のゆがみと足の長さ矯正の体験  
②10 秒でウエストが細くなる体験  
③耳ツボダイエット(耳シール体験)  
④骨盤をゴムバンドで締める体験

- 会場 / りぶら 201 会議室(2/4、2/11)
- 対象 / 18 歳以上
- 定員 / 各回 6 名
- 持ち物 / 施術のできる服装、タオル

**高宮治療整体** 講師 高宮 文治

TEL 0564-31-0986 受付 9:00 ~ 18:00  
定休日 水曜日

●所在地 / 岡崎市西大友町字蓮花寺 35-3 <会場は別>

**55 冷え症と便秘改善のおススメはコレ!**

2/25(土)  
13:00 ~ 14:30、15:00 ~ 16:30



①足のツボを押し当てて温めます。  
②フットスパで温めます。  
③びわの葉湯で体の芯から温めます。煙が出ない温灸で体がポカポカ!  
④頑固な便秘改善の仕方を教えます

- 会場 / りぶら 201 会議室
- 対象 / 18 歳以上
- 定員 / 各回 5 名
- 持ち物 / 施術のできる服装、タオル

**高宮治療整体** 講師 高宮 文治

TEL 0564-31-0986 受付 9:00 ~ 18:00  
定休日 水曜日

●所在地 / 岡崎市西大友町字蓮花寺 35-3 <会場は別>

**56 腰痛・肩痛等は魔法の針ですぐとれる!**

3/15(木)  
10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 16:00



振圧針療法とは刺さない、痛くない魔法の針!  
痛いところにあてるだけでつらい痛みが 1 回の体験で楽になります。

- 会場 / りぶら 103 会議室
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / 施術のできる服装、タオル


**高宮治療整体** 講師 高宮 文治

TEL 0564-31-0986 受付 9:00 ~ 18:00  
定休日 水曜日

●所在地 / 岡崎市西大友町字蓮花寺 35-3 <会場は別>

**57 何故これで治るの? かるい刺激の整体**

2/5(日)、2/11(土)、3/4(日)、3/10(土)  
9:30 ~ 12:00、14:00 ~ 16:30、18:00 ~ 20:30(3/10なし)



①筋肉の動きとバランス  
②貴方の骨格の歪みとズレの確認  
③ガニ股外板親指、顔の歪みの治療  
④なぜ体が歪む日常生活で気をつける事

- 会場 / りぶら 和室
- 定員 / 各回 6 名
- 持ち物 / 薄手の動きやすい服装、靴下とフェイスタオル持参


**いと一健向院** 講師 伊藤 真旺

TEL 0564-32-3111 受付 9:00 ~ 20:00  
定休日 日曜日

●所在地 / 岡崎市宇頭町字東山 1-79 <会場は別>

**58 おとなの矯正・こどもの矯正勉強会 第3弾**

2/10(金)、2/25(土)、3/10(土)  
14:00 ~ 15:00



笑顔に自信ありますか? 「矯正した方がいい?」「いつから始めたらいい?」新しい生活を素敵なスマイルを始めましょう!

- 会場 / 天野歯科・矯正歯科医院
- 定員 / 2 ~ 3 名

**天野歯科・矯正歯科医院** 講師 天野 志乃布

TEL 0564-21-0595 受付 9:00 ~ 13:00、15:00 ~ 19:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市能見通 1-10

**59 更年期からを快適に過ごすための健康講座**

2/12(日) 13:30 ~ 14:30、15:00 ~ 16:00  
2/21(火) 10:00 ~ 11:00、13:30 ~ 14:30、15:00 ~ 16:00



皮膚を優しく引っ張るだけで更年期に効果のあるセルフ整容や、身体の機能を高める体操、健康を保つ為の生活習慣のお話をさせていただきます。

- 会場 / りぶら スタジオ 3
- 定員 / 各回 15 名
- 持ち物 / 動きやすい服装

**せいふ屋さん** 講師 整骨師 榊原 孝一

TEL 080-3645-4869 受付 8:00 ~ 21:00  
不定休 <会場は別>

●所在地 / 岡崎市上六 4-5-10 パークサイド三島 A 棟 101 シャルレアオアシス内

**60 介護食から学ぶ糖尿病食セミナー**

2/12(日)  
11:30 ~ 13:00



管理栄養士が、ご家庭でできる糖尿病食についてセミナーを行います。試食をしながら楽しく学んでいただきたいと思います。お待ちしております。

- 会場 / 有料老人ホーム サン・ケアレジデンス
- 材料費 / 500 円(食材)
- 定員 / 10 名
- 持ち物 / 筆記用具

**有料老人ホームサン・ケアレジデンス** 講師 岩瀬 みどり

TEL 0564-22-7575 受付 9:00 ~ 17:30  
定休日 なし

●所在地 / 岡崎市伝馬通 1-78

### 61 布ぞうり作り

1/27(金)、1/31(火)、2/3(金)、2/7(火)、2/10(金)、2/14(火)、2/17(金)、2/21(火)、2/24(金)、2/28(火)、2/4(土)、2/18(土)

10:30 ~ 12:30  
14:00 ~ 16:30

毎日使用できる健康に最適な布ぞうりを作りましょう。

- 会場 / お茶の磯田園内 (新天地ビル 1F)
- 材料費 / 400円 (芯、布代金)
- 対象 / 小学校 4 年生以上
- 定員 / 各回 5 名
- 持ち物 / 物差し、はさみ

### 62 パワーストーン作りとリメイク

1/28(土)、1/31(火)、2/4(土)、2/5(日)、3/3(土)

9:30 ~ 16:30 (1時間に2人)

ストレス浄化に良いパワーストーン作り。今、お持ちのストーンの紐替え、石の見直しなどしてストーンを蘇らせましょう。

- 会場 / りぶら (開催場所はお問い合わせください)
- 材料費 / 1,800円 (パワーストーン)、500円 (リメイク)
- 定員 / 1 時間あたり 2 名

### 63 プリザーブドで作る浄化インテリア

1/31(火)、2/4(土) 9:30 ~ 11:00、11:00 ~ 12:30、13:00 ~ 14:30、15:00 ~ 16:30

プリザーブドフラワーでお皿の上ののったざれをアレンジしていきます。他にはないフラワーアレンジがあり、浄化もできるすぐれもの。

- 会場 / りぶら会議室 302(1/31、2/4AM)、301(2/4PM)
- 材料費 / 1,800円 (プリザーブドフラワーなど)
- 定員 / 各回 5 名

### 64 自分でつくるアロマファンデーション!!

2/3(金) 11:00 ~ 12:30、2/4(土) 13:30 ~ 15:00、2/11(土) 9:30 ~ 11:00

アロマを使いながら自分のお肌にあわせてつくっていきます。余分な物は一切入らないので、お肌の弱い方でも試してください。

- 会場 / りぶら会議室 101(2/3)、301(2/4)、302(2/11)
- 材料費 / 1,000円 (ファンデーションお持ち帰り)
- 定員 / 各回 10 名

**福祉の店** 講師 篠原 信子

**FAX 0564-31-8736** 受付 9:30 ~ 16:30  
定休日 なし

※名前、TEL番号、受講希望日を記入の上必ずファクスで申し込んでください。

●所在地 / 岡崎市宇頭町向山 36-7 くらまつの里 <会場は別>

**バランスルーム** 講師 原 圭子

**TEL 080-4217-6420** 受付 8:00 ~ 20:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**バランスルーム** 講師 近藤 芳子 原 圭子

**TEL 080-4217-6420** 受付 8:00 ~ 20:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**バランスルーム** 講師 青木 有美

**TEL 090-3444-9684** 受付 8:00 ~ 20:00  
定休日 日・祝日

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

### 65 かわいいワンちゃんの手作り服

1/28(土) ~ 2/25(土) 毎週土曜日  
13:00 ~ 16:30

我が家のかわいいワンちゃんの洋服を手作りしましょう。

- 会場 / 服地のスギウラ
- 材料費 / 500円 ~ (布代)
- 定員 / 各回 3 名
- 持ち物 / 筆記用具、裁縫用具

### 66 パンツまたはケープを手作りしよう!

2/1(水) ~ 3/14(水) 毎週水曜日  
13:00 ~ 16:30

簡単にできる暖かいパンツ、または今シーズン流行のケープの手作りをお手伝いします。

- 会場 / 服地のスギウラ
- 材料費 / 2,000円 ~ (布代)
- 定員 / 各回 3 名
- 持ち物 / 筆記用具、裁縫用具

### 67 真多呂人形学院 木目込人形初心者無料教室

1/31(火)、2/14(火)、2/28(火)  
10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00

木目込人形初心者無料講習会入門編第 2 弾。おでかけ人形を教授資格のある者が親切にお教えします。道具は貸与します。完成には 2 日間ほどかかります。

- 会場 / シイトヤ玩具店
- 材料費 / 3,980円 (おでかけ人形材料費) ●対象 / 女性 ●定員 / 1 名または 1 組 ●持ち物 / エプロン、タオル、小さいハサミ

### 68 あなたにぴったりの枕を作ってみませんか

2/9(木)、2/16(木)、2/19(日)、2/24(金)、3/8(木)  
13:30 ~ 15:30

- ①睡眠のお話し
- ②自分の頸椎弧を計る
- ③枕のパーツを自分で調整する
- ④試し寝と反省

- 会場 / 小野ふとん店
- 材料費 / 2,000円 (枕パーツ代)
- 対象 / 女性限定
- 定員 / 各回 6 名
- 持ち物 / 筆記用具

**服地のスギウラ ( Cottonの森 )** 講師 高相 礼子

**TEL 0564-23-2170** 受付 10:00 ~ 19:30  
不定休

●所在地 / 岡崎市康生通西 2-20-2 シビコ 3 階

**服地のスギウラ** 講師 小田 弘子

**TEL 0564-23-2170** 受付 10:00 ~ 19:30  
不定休

●所在地 / 岡崎市康生通西 2-20-2 シビコ 3 階

**シイトヤ玩具店 真多呂人形特約店** 講師 鈴木 真幸香

**TEL 0564-22-3122** 受付 10:00 ~ 17:00  
定休日 水、木曜日

●所在地 / 岡崎市明大寺町 2-13

**小野ふとん店** 講師 小野 進一

**TEL 0564-22-6661** 受付 9:00 ~ 19:30  
定休日 なし

●所在地 / 岡崎市明大寺町 2-25

### 69 N ゲージ入門講座

2/11(土)  
13:00 ~ 15:00

鉄コレ富山ライトレールのレール付セットの車輪と電停を組み立てます。

- 会場 / りぶら 102B 会議室
- 材料費 / 6,500円 (鉄コレ富山ライトレールセット、フィーダー線路)
- 対象 / 小学生以上 ●定員 / 10 名 (10 組) ●持ち物 / カッター、ニッパー、プラモデル工作に使えるヤスリ、カッティングマット

### 70 アーティフィシャルフラワーで作る入学・卒業コサージュ

2/11(土)  
10:30 ~ 12:00、13:30 ~ 15:00

入学・卒業に使えるアーティフィシャルフラワーで作るコサージュ作り。

- 会場 / アーティフィシャルフラワー協会認定校 ベイシック
- 材料費 / 2,500円 (花材)
- 定員 / 各回 6 名
- 持ち物 / 持ち帰り袋

### 71 パリスタイルバタフライフラワーアレンジ

2/20(月)  
10:30 ~ 12:00、13:30 ~ 15:00  
3/2(金) 10:30 ~ 12:00

パリスタイルのバタフライアレンジ。長く飾れるアーティフィシャルフラワーで。

- 会場 / アーティフィシャルフラワー協会認定校 ベイシック
- 材料費 / 3,500円 (花材)
- 定員 / 各回 6 名
- 持ち物 / 持ち帰り袋

### 72 スワロフスキービーズで作るペンダント

2/23(木)  
10:30 ~ 12:00、13:30 ~ 15:00

特殊なパテに埋め込むスワロフスキー本格的ジュエリーを製作します。

- 会場 / ジュエル DeKoRe 認定校 ベイシック
- 材料費 / 3,500円 (ビーズ材)
- 定員 / 各回 6 名

**R コレクション** 講師 坂本 達郎

**TEL 0564-25-7855** 受付 10:00 ~ 19:00  
定休日 第 3 木曜日

●所在地 / 岡崎市康生通西 2-2-20 シビコ 3F <会場は別>

**ベイシック** 講師 本間 節子

**TEL 0564-21-1657** 受付 10:30 ~ 20:00  
定休日 水曜日

**FAX 0564-21-1657**

●所在地 / 岡崎市材木町 1-22 アクロスビル 1F

**ベイシック** 講師 本間 節子

**TEL 0564-21-1657** 受付 10:30 ~ 20:00  
定休日 水曜日

**FAX 0564-21-1657**

●所在地 / 岡崎市材木町 1-22 アクロスビル 1F

**ベイシック** 講師 本間 節子

**TEL 0564-21-1657** 受付 10:30 ~ 20:00  
定休日 水曜日

**FAX 0564-21-1657**

●所在地 / 岡崎市材木町 1-22 アクロスビル 1F

### 73 はんこ屋さんが教える "消しゴムはんこ"

2/12(日) 13:30 ~ 15:00、15:30 ~ 17:00  
2/25(土) 13:30 ~ 15:00、15:30 ~ 17:00  
3/2(金) 16:00 ~ 17:30

消しゴムに絵や文字を写して、はんこを作ります。オリジナルはんこで手紙や名刺のアクセントに！筆箱の消しゴムに細工したあひ「感動」をふたたび!

- 会場 / りぶら 102A 会議室 (2/12、2/25)、りぶら ホワイエ (3/2) ●材料費 / 850円 (消しゴム、ナイフ、テキストなどの代金)
- 定員 / 各回 8 名

### 74 人物素描 (クロッキー) 入門

2/18(土)、2/25(土)、3/10(土)  
10:00 ~ 12:30

早く絵が上達する近道はたくさん描くこと。着衣のモデルを前に短時間で形をとらえる練習をします。初めての方もベテランの方も楽しく描きましょう。

- 会場 / 康生ビル 2F 会議室
- 材料費 / 2,000円 (モデル料金)
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / クロッキー帳 (F6 以上)、コンテ / 鉛筆など

### 75 動物を描いて Illustrator の操作を覚えよう

2/21(火)、2/27(月)、3/5(月)  
13:30 ~ 15:30

描画ソフト Illustrator を使い、動物のイラストを完成させることで Illustrator の基本的な操作を学習します。データは持ち帰りもできます。

- 会場 / 康生ビル 402-1
- 材料費 / 1,500円 (テキスト代)
- 定員 / 各回 1 組 (2 名まで)
- 持ち物 / 筆記用具、USB メモリーなど

### 76 初めての写経 ~ 般若心経を書く

3/1(木)、3/4(日) 13:30 ~ 15:00、3/10(土) 10:00 ~ 11:30

写経とは、もともとは仏教経典を書き写すことによる僧侶の修行のひとつでしたが、現在では心豊か趣味として広く親しまれています。

- 会場 / りぶら 102A 会議室
- 材料費 / 500円
- 定員 / 各回 8 名
- 持ち物 / 小筆、硯、文鎮、下敷

**神尾印房** 講師 神尾 尚宏

**TEL 0564-52-2243** 受付 10:00 ~ 18:00  
定休日 日曜日

**FAX 0564-52-6361**

●所在地 / 岡崎市羽根町東ノ郷 12-1 <会場は別>

**やまねこアートクラブ** 講師 塩見 晶

**TEL 0564-47-7155** 受付 10:00 ~ 18:00  
定休日 土日祝

**FAX 0564-47-7156** 受付開始 1/23 (月)

●所在地 / 岡崎市康生通西 3-16 康生ビル 4F

**やまねこアートクラブ** 講師 塩見 晶

**TEL 0564-47-7155** 受付 10:00 ~ 18:00  
定休日 土日祝

**FAX 0564-47-7156** 受付開始 1/23 (月)

●所在地 / 岡崎市康生通西 3-16 康生ビル 4F

**北部宮石教室** 講師 城殿 敏子

**TEL 090-1864-7470** 受付 9:00 ~ 19:00  
不定休

**FAX 0564-45-3553**

●所在地 / 岡崎市宮石町土ウモ 25 番地 <会場は別>

### 77 ふわふわの動物をつくらう

3/10(土)  
15:30 ~ 17:00

やわらかな、紙粘土を使って、みなさんの身近にいる動物を作ってみよう。ふわふわの質感と本物に近い色彩を楽しんでください。

- 会場 / 彩雲堂 ●材料費 / 500円 (特注紙粘土、予備材料) ●対象 / 年中以上、小・中・一般 ●定員 / 10 名または 5 組 ●持ち物 / 絵の具、筆、パレット、手ふき、持ち帰り用紙袋

### 78 水彩とパステルで静物を描こう

3/7(水)、3/14(水)  
10:00 ~ 12:00

水彩とパステルを使って、色の深みのある静物を描きます。

- 会場 / 彩雲堂
- 材料費 / 1,000円
- 対象 / 一般
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / 鉛筆 2B、ケシゴム、あればパステルと水彩道具

### 79 水彩で桜を描こう

3/10(土)  
13:00 ~ 15:00

- ①下絵を描く
- ②背景を塗る
- ③幹と花を描く
- ④みんなで鑑賞会

- 会場 / 彩雲堂
- 材料費 / 1,000円 ●対象 / 小学 4 年生以上 ●定員 / 12 名 ●持ち物 / 水彩絵の具、筆、ティッシュ、汚れてもよい服装 (エプロン等)

### 80 自分を見つめるアートセラピー

1/27(金)、2/28(火)  
10:00 ~ 11:30

あなたの無意識の部分にアクセスして必要なメッセージを受け取りませんか。

- 会場 / りぶら 302 会議室 (1/27)、201 会議室 (2/28)
- 材料費 / 1,000円 (テキスト代)
- 対象 / 大人
- 定員 / 各回 10 名

**彩雲堂** 講師 杉田 洋一郎

**TEL 0564-21-4844** 受付 10:00 ~ 16:00  
定休日 月曜日

●所在地 / 岡崎市康生通南 1-17

**彩雲堂** 講師 川原文

**TEL 0564-21-4844** 受付 10:00 ~ 16:00  
定休日 月曜日

●所在地 / 岡崎市康生通南 1-17

**彩雲堂** 講師 大原 政人

**TEL 0564-21-4844** 受付 10:00 ~ 16:00  
定休日 月曜日

●所在地 / 岡崎市康生通南 1-17

**魅 RAKU 流** 講師 稲垣 利香

**TEL 090-7308-0944** 受付 9:00 ~ 21:00  
定休日 日曜日

**FAX 0566-99-3305**

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

### 81 心が軽くなる心理学講座

2/7(火)、3/16(金)  
10:00 ~ 11:30

ポジティブな脳のつくり方を教えます。アットホームな雰囲気の中で楽しく学びましょう。

- 会場 / りぶら 和室
- 材料費 / 1,000円 (テキスト代)
- 対象 / 大人
- 定員 / 各回 10 名
- 持ち物 / 筆記用具

### 82 家相・開運 新築・リフォーム前に知る気学

1/28(土)  
15:15 ~ 16:15

運が良い人はいつも運が良い。これって何かあるのかな? 新築・リフォームは、運を引き寄せるチャンス。日本に古くから伝わる気学を知って運をつかおう。

- 会場 / りぶら 201 会議室
- 定員 / 20 名
- 持ち物 / 筆記用具

### 83 簡単リフォームでお部屋が片付く「7つの法則」

1/28(土)  
13:30 ~ 15:00

今の暮らしを見直し、スッキリ収納を目指しましょう! 参加された方には「収納がわかる本」をプレゼント!!

- 会場 / りぶら 201 会議室
- 定員 / 20 名
- 持ち物 / 筆記用具

### ご利用ください! まちゼミ参加店クーポン

まちゼミを受講すると、お店からまちゼミクーポンをプレゼント。中心市街地周辺やまちゼミ参加店のお得情報が掲載されています。まちゼミに参加したら、クーポンを使ってお買い物を楽しんでいきませんか? 利用できる店舗や、サービス内容はクーポンをごらんください。

**岡崎まちゼミの会 会員店募集!**

中心市街地でまちゼミを開催してみませんか? 興味のある方は連絡お待ちしております。

まちの会議室 TEL 0564-22-5720

**魅 RAKU 流** 講師 稲垣 利香

**TEL 090-7308-0944** 受付 9:00 ~ 21:00  
定休日 日曜日

**FAX 0566-99-3305**

●所在地 / 岡崎市稲熊町 8-213 ジェットビル 303 <会場は別>

**小幡建設** 講師 大島 豪

**TEL 0120-882-835** 受付 10:00 ~ 17:00  
定休日 水曜日

●所在地 / 岡崎市東蔵前 1-5-10 <会場は別>

**小幡リフォーム** 講師 小幡 サユリ

**TEL 0120-082-155** 受付 10:00 ~ 17:00  
定休日 水曜日

●所在地 / 岡崎市西蔵前町 1-6-14 <会場は別>