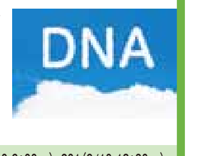
016 自分に合った健康・ダイエット法を知ろう

今話題の「DNA検査」!自分の体質を知る事で自分に合った効率の良い健康・ダイエット方法を見つけましょう

8/7(火)、8/28(火)
9:00〜11:00、18:30〜20:30



■会場:りぶら 103(8/7 9:00〜)、101(8/7 18:30〜)、102B(9/10 9:00〜)、201(9/10 18:30〜) ■材料費:500円(資料代) ■定員:15名 ■講師:小林俊太・河辺さやか

mouse

岡崎市緑丘2-6-4 アクセスストリート505<会場は別>
TEL 090-3832-1428
受付/10:00〜15:00、18:00〜22:00 定休日/月曜日

017 歯のセルフホワイトニング体験

痛くない、早い、安いで話題の「セルフホワイトニング」でまっ白な歯を手に入れませんか?

8/21(火)、9/10(月)
18:00〜19:15、19:30〜20:45

■会場:りぶら8/21(101)、9/10(201) ■材料費:500円(ホワイトニング溶液、コップ) ■持ち物:歯ブラシ ■定員:3名 ■講師:小林俊太

mouse

岡崎市緑丘2-6-4 アクセスストリート505 <会場は別>
TEL 090-3832-1428
受付/10:00〜15:00、18:00〜22:00 定休日/月曜日

018 赤ちゃんも、おどってみませんか♪

これから生えてくる大切な歯のケアの話のあとは・・・
♪ベビービクス&マッサージ♪

8/7(火)
10:00〜11:00、14:00〜18:30

■会場:りぶら 和室 ■持ち物:バスタオル ■定員:5組 ■講師:中澤恵子 ■対象:1ケ月検診後〜はいはい、あんよ等で動き出す前の赤ちゃん

中澤歯科医院

岡崎市富永町福塚13-1 <会場は別>
TEL 0120-818618
受付/9:30〜12:00、14:00〜19:00 定休日/木曜・日曜・祝日

019 終活とお墓から学ぶ人生のラストデザイン。

人は一人で産まれ、生き、死んでいくわけではありません。よりよい終活とは自分と家族の未来の為に、遺す、話す。

8/9(木)、9/6(木)
13:30〜14:30

■会場:まざりんROOM1 みどりや2階 ■定員:10名 ■講師:犬塚克明

(株)犬塚石材本店 ストーンランド犬塚

岡崎市稲熊町赤松6-13 <会場は別>
TEL 090-3303-3593
受付/9:00〜18:00 定休日/水曜・第1・3・5木曜日

020 ペットボトル一つで正しい姿勢になろう!

正しい姿勢ができれば、自然と背筋が伸びて健康的になれます。背骨ゆらしとセットがおすすめ!! 整体体験付。

8/10(金)、8/23(木)、9/4(火)
13:30〜14:15
9/10(月)
10:00〜10:45、13:30〜14:15

■会場:市民会館(小会議室A) ■持ち物:タオル、ズボン ■定員:6名または3組 ■対象:どなたでも可 ■講師:日本DRT協会マスターインストラクター 柴田眞途

整体院グッドラック

岡崎市中岡崎町6-5 <会場は別>
TEL 0564-25-1009
受付/11:00〜19:00 定休日/月曜日 受付開始7/24(火)より

021 5分間背骨ゆらしで家族を健康にしよう!

簡単にできる!背骨をゆらすだけで、体中の不調がなくなります。姿勢講座とセットがオススメ!!整体体験付。

8/10(金)、8/23(木)、9/4(火)
14:30〜15:30
9/10(月)
11:00〜12:00、14:30〜15:30

■会場:市民会館(小会議室A) ■持ち物:タオル、ズボン ■定員:6名または3組 ■対象:どなたでも可 ■講師:日本DRT協会マスターインストラクター 柴田眞途

整体院グッドラック

岡崎市中岡崎町6-5 <会場は別>
TEL 0564-25-1009
受付/11:00〜19:00 定休日/月曜日 受付開始7/24(火)より

022 つくろう!!広島風お好み焼き

本格、広島風お好み焼きを、実践調理。ご自宅でも作るアドバイスもいたします。

8/15(水)、8/29(水)、9/5(水)
15:00〜16:30
*8/15、8/29のみ親子参加可能

■会場:広島風お好み焼きと鉄板焼の店FREE BIRD ■材料費:300円(食材代) ■持ち物:エプロン ■定員:2名または2組 ■対象:8/15、29のお子様は小学高学年以上〜 ■講師:大河内徹也

広島風お好み焼きと鉄板焼の店 FREE BIRD

愛知県岡崎市菅生町賀沢12-1 三旺マンション東岡崎1F
TEL 0564-26-0408 MAP E-4
受付/11:30〜14:00、17:30〜23:00 定休日/月曜・第3日曜日

023 後回しをやめて行動力UP♪心理学体験講座

面倒くさい気持ちを取り除いて楽に行動できるようにする、とっておきの方法を体験していただけます。

8/18(土)、8/21(火)
13:30〜15:00、15:30〜17:00

■会場:せきれいホール202(8/18)、101(8/21) ■持ち物:筆記用具、スマホ ■定員:各8名 ■講師:米澤栄二

いやしの楽々庵

岡崎市福岡町字南御坊山1番地1 <会場は別>
TEL 0564-52-7374
受付/9:00〜21:00 定休日/土曜日

024 ヘナと頭筋マッサージで育毛促進!

ヘナと頭筋マッサージで頭皮の老化予防と健康毛づくり。白髪・薄毛・くせ毛・紫外線によるダメージ対策。

7/28(土)、8/4(土)、8/18(土)、8/27(月)
9:30〜11:30
7/30(月)、8/2(木)、8/9(木)、9/4(火)
13:30〜15:30

■会場:マダムリーズ ■材料費:2,500円(ヘナ代) ■定員:3名または2組 ■持ち物:汚れてもよいタオル4枚 ■講師:森橋 由里子

マダムリーズ

岡崎市康生通西2-13-2
TEL 090-7852-0334(店舗専用携帯) FAX 0564-83-7191 MAP C-1
受付/9:30〜17:00 定休日/水曜・日曜日

025 シニアな方でもやせたら恋しちゃうかも〜?

歳なんて関係ない!やせた事なくったって問題なし!意志が弱くて当たり前!今のままだと損してるかも〜?

7/28(土)、8/2(木)、8/7(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:なし ■定員:5名 ■講師:ベスト体重インストラクター 磯貝健(いそがいたけし)

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

026 リゾート気分de ぽかぽか生姜のヘッドスパ

頭皮はもちろん、背中や肩までほぐす極上スパ。生姜パワーで抜け毛や肩こり、目の疲れにも◎髪もふわサラに!!

7/30(月)、8/7(火)、8/23(木)、8/27(月)、9/3(月)、9/7(金)
10:30〜12:00 13:00〜14:30

■会場:ブランペシェ ■材料費:2,000円(ヘアケア材料費) ■対象:どなたでも可 ■定員:各回2名

ブランペシェ

岡崎市康生通東2-7 アットワンビル2F
TEL 0564-21-0701 MAP C-2
受付/10:00〜19:00 定休日/水曜、第1・3・5日曜日

027 いつの間にかお腹の浮き輪がなくなる法♡

痩せ体質が手に入る!!すき間時間の10分運動♪姿勢チェック・食事法・良質睡眠で人生最後のダイエットに♡

7/31(火)10:00〜11:30
9/1(土)14:00〜15:30

■会場:りぶら 302(7/31)、101(9/1) ■持ち物:フェイスタオル、動きやすい服装 ■定員:6名 ■講師:板倉 圭子

カイロプラクティック901

岡崎市真伝町魂場37-61 <会場は別>
TEL 090-5873-0003(受付専用ダイヤル)
受付/9:00〜19:00 定休日/不定休

028 マスターストレッチで美脚作り

専用の器具を足に装着したストレッチで、全身の筋肉へアプローチし美しいレッグラインを目指します。

8/1(水)、8/8(水)、9/5(水)
11:00〜11:45

■会場:バレエ教室Grace ■持ち物:室内用運動靴、靴下、運動のできる服装、飲み物、汗拭きタオル ■定員:3名 ■対象:10歳以上 ■講師:安海久美子

バレエ教室Grace

岡崎市材木町2丁目60
TEL 070-6580-3663 MAP B-1
受付/10:00〜21:00 定休日/日曜日

029 ピラティストレーナーが教えるモデル姿勢

骨格を知り体に合ったセミオーダー服を着てモデル姿勢と歩き方をレッスン。実際にファッションショー出演可!!

8/2(木)10:30〜12:30
8/6(月)16:00〜18:00

■会場:ブティック中屋(8/2)、旧景崖堂(8/6) ■対象:女性 ■定員:各5名 ■講師:天野めぐみ、中川ゆり子(ピラティストレーナー)

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/日曜・月曜日

030 セレブエステ&ハンドエステ体験

高級マスク高級スキンケアを使った贅沢なエステ体験です。ハンドエステもプラスします。

8/2(木)、8/3(金)、8/6(月)、8/7(火)8/11(土)、8/12(日)
10:30〜12:00、13:30〜15:00、15:30〜17:00、17:30〜19:00

■会場:みどりや本店 ■材料費:1,000円(エステ材料代) ■対象:女性 ■定員:各8名 ■講師:みどりやスタッフ

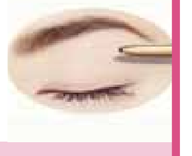
みどりや本店

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/水曜日

031 貴女に合った眉描き&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。

8/10(金)、8/14(火)、8/18(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 ■対象:女性 ■定員:各8名 ■講師:みどりやスタッフ

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/水曜日

032 おうちでマッサージしてみよう!たるみ改善

自宅で簡単マッサージお教えします!たるみ、ほうれい線、シワのケアをご自宅で。

8/17(金)、8/19(日)
10:30〜12:00、13:30〜15:00、15:30〜17:00

■会場:みどりや本店 ■対象:女性 ■定員:各6名 ■講師:みどりやスタッフ

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/水曜日

033 生薬美白エステ

高級美白マスクを取り入れたデトックスエステです。かるーい頭皮マッサージもさせて頂きます。

9/3(月)、9/4(火)、9/6(木)、9/7(金)
10:30〜12:00、13:30〜15:00
15:30〜17:00

■会場:みどりや本店 ■材料費:1,000円(エステ材料代) ■対象:女性 ■定員:各6名 ■講師:みどりやスタッフ

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/水曜日

034 シートマスク&ヘッドリフレで小顔ゲット!

栄養たっぷりの贅沢なシートマスクでお顔を潤し頭皮〜首・肩まで気持ち良くほぐし小顔へといざないます。

8/2(木)
9:30〜15:45の間の45分刻みで
8/26(日)
13:00〜16:45、17:30〜20:30の間の45分刻みで

■会場:りぶら会議室101(8/2)、創作室(8/26) ■対象:女性 ■持ち物:フェイスタオル2枚、バスタオル2枚 ■各タイムスロット1名ずつ ■材料費:3,000円(シートマスク+超高濃度ヒアルロン酸美容液成分たっぷりのトリートメント用品代) ■講師:箕浦陵子

トータルボディケアサロン Helianthus (ヘリアンタス)

岡崎市鴨田町字池内42-4 <会場は別>
TEL 080-1551-1967
受付/9:00〜21:00 定休日/不定休・完全予約制

035 どうしてニキビができちゃうの?

メナード薬用ビューネ体験。ニキビ、肌あれのメカニズムを知って今日から前向き素肌になろう!

8/2(木)、8/24(金)
10:00〜12:00、13:30〜15:30、18:00〜20:00
8/11(土)17:00〜19:00
※11日と夜のゼミは18歳以上

■会場:メナードフェイシャルサロンピュアクオリティ伝馬 ■対象:10歳以上 ■材料費:500円(化粧品キット代) ■定員:6名または3組 ■対象:杉浦雅子・スタッフ

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/10:00〜18:00 定休日/日曜、祝日

036 空と大地と海へ届くヒーリングスパ体験

環境浄化の研究より生まれたお水のインナービューティヘッドスパ。あなたに最上のリラックスと回復を。

8/2(木)13:30〜15:30 8/4(土)9:30〜11:30
8/10(金)18:30〜20:30 8/23(木)13:30〜15:00
9/5(水)13:30〜15:30
※セルフドライヤータイム込み

■会場:市民会館小会議室B ■材料費:500円 ■持ち物:タオル3枚 ■定員:6名 ■講師:柴田 千代

ナチュロパシーサロン しずくや

岡崎市八帖北町27-2 江山ビル1F <会場は別>
TEL 0564-64-4570 FAX 0564-64-4571
受付/9:00〜18:00 定休日/日・祝日

037 自分に似合うカラー判定&秋メイクレッスン

自分に似合うカラーって実は、分かっていない人が多いよね。色彩学的にアドバイス。もっと輝く自分になれる。

8/10(金)14:00〜16:00
8/25(土)、26(日)10:00〜12:00

■会場:市民会館(8/10、26リハーサル棟1号・8/25甲山閣竜城の間) ■材料費:500円(テキスト等) ■対象:女性 ■持ち物:筆記用具、メイク道具(無くてもOK) ■定員:4名 ■講師:中村 忍

ビューティースタジオカラー

岡崎市稲熊町字8-141-1 <会場は別>
TEL 090-9662-4801
受付/9:00〜20:00 定休日/日曜・祝日

038 貴女の脚も細くなる♡

老廃物を流すとその場でみるみる脚が細くなっていく!!体の浄化から環境浄化の話まで一緒に考えてみませんか?

8/18(土) 13:30〜14:30、15:30〜16:30
8/25(土) 13:30〜14:30、15:30〜16:30

■会場:市民会館(小会議室A) ■材料費:500円(ローション代) ■定員:5名 ■持ち物:膝下の出せる服装 ■講師:宮田由紀 ■対象:女性限定

gratias(グラティアス)

岡崎市真伝吉祥2-12-20 <会場は別>
TEL 090-9171-4487
受付/10:00〜20:00 定休日/不定休

039 塗るだけで体の痛み、シワ、ほうれい線改善

クリームを塗るだけで体の痛み、シワ、ほうれい線の改善!魔法みたいなクリームの商品説明と痛みを取る体験!

8/20(月)10:00〜11:30
8/23(木)14:00〜15:30

■会場:りぶら102A ■持ち物:タオル、動き易い服装 ■定員:8名 ■対象:親子での参加も大丈夫です ■講師:高宮文治

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/水曜日

040 紫外線に負けないベースメイク

肌老化の80%は光老化・紫外線です。紫外線に負けないベースメイク作りをしっかりしてみませんか?

8/29(水)13:30〜15:00
9/8(土)9:30〜11:00

■会場:市民会館(8/29小会議室B、9/8リハ控え室第1号室) ■対象:女性 ■定員:3名 ■材料費:500円(メイク道具、ブラシ、スポンジ) ■持ち物:大きめ卓上鏡、ターバン ■講師:石橋友子

ハートフレンド

岡崎市鴨田町山畔1-282 <会場は別>
TEL 0564-24-7710
受付/10:00〜20:00 定休日/日曜日(相談に応ず)

041 簡単若返り!初めてのおしゃれウィッグ体験

実は気になっていたおしゃれかつら。部分用や全かつらを気軽に試せるチャンスです。簡単5秒で-5歳体験♪

9/3(月)、9/6(木)、9/9(日)
10:30〜12:00

最初はじめてのウィッグ体験
美来

■会場:ラ ひまわり ■対象:30代〜70代の女性 ■定員:4名 ■持ち物:ブラシ(お直しする方のみ) ■講師:太田 純子

美来(みらい)

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/土・日・祝日 受付開始 7/23(月)より

042 バリア機能アップトリートメントコース!

夏の紫外線を浴びてしまった後の肌は傷んでしまっています!お肌の表面のバリア機能を修復しませんか?

9/5(水)13:15〜14:45、15:00〜16:30
9/7(金)13:15〜14:45、15:00〜16:30、17:00〜18:30、19:00〜20:30
9/8(土)11:30〜13:00、13:15〜14:45
15:00〜16:30

■会場:市民会館(9/5小会議室A・9/7、8リハ控え室第1号室) ■対象:女性 ■材料費:1500円(化粧品) ■講師:石橋 友子 ■持ち物:メイクをして来られる方はご自分のメイク用品 ■定員:各時間1名

ハートフレンド

岡崎市鴨田町山畔1-282 <会場は別>
TEL 0564-24-7710
受付/10:00〜20:00 定休日/日曜日(相談に応ず)

043 15分で小顔&リフトアップ

目から下のベネフィークエステと化粧水・乳液の効果的な使い方、くずれにくいファンデーションのつけ方ご紹介。

9/8(土)
10:30〜11:30
13:00〜14:00
14:30〜15:30

■会場:りぶら101 ■材料費:500円(スキンケア代金) ■対象:女性 ■講師:土屋 幸子&スタッフ ■定員:5名

王美堂(おうみどう)

岡崎市橋目町阿知賀10 <会場は別>
TEL 0564-31-8324
受付/9:30〜20:00 定休日/毎週火曜・第2月曜日

044 歯のクリーニング体験

きれいな輝く歯に!
プロのクリーニングで歯のツルツル感を体験しよう!

7/28(土)〜9/10(月)
上記期間内の午前・午後 各1名

■会場:天野歯科・矯正歯科医院 ■材料費:500円(材料代) ■定員:午前・午後 各1名 ■対象:被せ物、詰め物のない天然歯のみになります ■講師:渡辺萌衣・藤田優奈・田中紀子

天野歯科・矯正歯科医院

岡崎市能見通1-10
TEL 0564-21-0595 MAP B-1
受付/10:00〜18:00 定休日/木曜・日曜・祝日

045 むし歯と歯周病のリスク検査

虫歯?歯周病?口臭?唾液から5分で口の状態がわかる!
子どもも大人も自分の弱点を知ろう!

7/28(土)〜9/10(月)
上記期間内の午前・午後 各1名

■会場:天野歯科・矯正歯科医院 ■材料費:2,000円(キット材料代) ■定員:午前・午後 各1名 ■対象:ブクブクうがいができる人 ■講師:渡辺萌衣・藤田優奈・田中紀子

天野歯科・矯正歯科医院

岡崎市能見通1-10
TEL 0564-21-0595 MAP B-1
受付/10:00〜18:00 定休日/木曜・日曜・祝日

046 水出し緑茶の機能性と飲み比べ

夏に美味しい冷茶の楽しみ方と機能性。色々なお茶を飲み比べ!!

7/28(土)10:30〜12:00、14:00〜15:30

■会場:磯田園 岡崎店 ■定員:20名 ■講師:日本茶インストラクター 磯田尚久 ■材料費:100円(茶葉・お土産)

磯田園 岡崎店

岡崎市康生通西1-1
TEL 0564-21-6501 MAP C-1
受付/10:00〜18:30 定休日/なし

047 足の靴のお悩み相談会

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

7/28(土)、8/1(水)、8/5(日)、8/9(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 ■定員:4名 ■講師:青柳怜

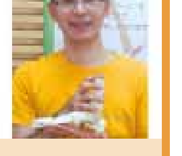
ウォーキング専門店足軽家 岡崎店

岡崎市明大寺町本町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

048 外反母趾の為の靴講座

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。

7/30(月)、8/3(金)、8/7(火)
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 ■定員:4名または2組 ■講師:青柳怜

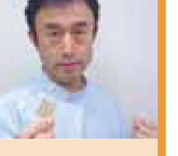
ウォーキング専門店足軽家岡崎店

岡崎市明大寺町本町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

049 やってみようスパイラルテーピング!

あのメダリストも使用しているスパイラルテーピングを自分で貼って快適生活おくりましょう。不思議が体感できる。

7/28(土)13:30〜14:30
8/2(木) 19:30〜20:30
8/4(土) 13:30〜14:30



■会場:康生接骨院 ■材料費:200円(テープ代金) ■持ち物:テープを貼る軽装 ■定員:8名または4組 ■講師:古田昌宏

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/土曜午後・日曜・祝日

050 ストレッチポールで姿勢改善

①姿勢改善 ②肩こり・腰痛改善 ③睡眠の質の向上 などが期待できます。体の変化を体感してください♪

7/28(土)13:30〜14:30
8/8(水) 10:30〜11:30
8/9(木) 10:30〜11:30

■会場:接骨院ハート・ヒール ■持ち物:動きやすい服装 ■定員:5名 ■講師:魚地秀治

接骨院ハート・ヒール

岡崎市中町4丁目5-2 メープルハウス1F
TEL 0564-28-1211 MAP D-5
受付/月火木金 8:30〜12:00、15:00〜21:00 定休日/日曜・祝日

051 産後のママ!骨盤ケアで健康になれる!?

産後にはスルーしてしまったケアの話しを伝えます。お体の歪みを整えて体感しましょう。

7/29(日)10:00〜11:30、14:00〜15:30
8/5(日) 10:00〜11:30、14:00〜15:30

■会場:せきれいホール 101(7/29)、102(8/5) ■持ち物:タオル ■定員:6名 ■講師:片桐眞理子

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
受付/9:00〜20:00 定休日/不定休

052 美しい姿勢と健康は骨盤が9割!

猫背や肩こり腰痛などの症状は骨盤の歪みが原因と言われています。参加者全員に骨盤チェックと調整をします。

7/29(日)、8/7(火)、8/29(水)、9/2(日)
10:00〜11:30、14:00〜15:30

■会場:市民会館中会議室 (7/29、8/7)、せきれいホール202(8/29、9/2) ■持ち物:フェイスタオル・スカート不可 ■定員:各時間3名 ■講師:加納数正

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/日曜日

053 90日10kg減 運動・制限なし漢方楽ヤセ講座

昨年街ゼミから19人中17人が成功 一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

7/30(月) 13:00〜15:00
8/9(木) 13:00〜15:00
8/25(土) 13:00〜15:00
9/5(水) 18:30〜20:30

■会場:漢方相談 タカキ薬局 ■定員:5名 ■講師:高木太輔

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/日曜・祝日

054 わっ流れてる!!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かチェックできます。血流改善のコツもアドバイスいたします。

8/2(木)、8/21(火)、9/7(金)
13:00〜15:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局 ■定員:5名 ■講師:高木太輔

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/日曜・祝日

055 酸素で腸イキイキ大高酸素でデトックス

今、話題の酸素の基本と元気な腸作りについて、100年の歴史大高酸素を体感お得な試飲セットもプレゼント

8/7(火)、8/16(木)、8/24(金)
13:00〜15:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局 ■定員:5名 ■講師:高木太輔

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/日曜・祝日

056 子宝セミナーママになる5つの秘密

赤ちゃんは健康な体から。漢方で妊娠力を高めましょう。6カ月でできるコツを伝授します。

8/18(土)18:30〜20:30
9/10(月)13:00〜15:00

■会場:漢方相談 タカキ薬局 ■定員:5名 ■講師:高木太輔

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/日曜・祝日

057 肩こり、腰痛は骨盤のゆがみからだった!!

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肩こり腰痛を解消!!

7/31(火)、8/3(金)、8/25(土)
13:30〜15:00、15:30〜17:00

■会場:りぶら 101(7/31)、302(8/3)、和室(8/25) ■持ち物:フェイスタオル ■定員:6名 ■講師:西本幸生

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/日曜日

058 呼吸瞑想で生きいきリライフヨガ

呼吸瞑想・ブレイン体操等で自分の健康を自給自足し、選択で自己実現する充実人生を過ごしてみませんか?

7/31(火)14:00〜15:30
8/4(土) 10:30〜12:00
8/22(水)14:00〜15:30、18:30〜20:00
9/6(木) 14:00〜15:30

■会場:ILCHI Brain Yoga 岡崎スタジオ ■材料費:100円(資料代) ■持ち物:動きやすい服装 ■定員:5名 ■講師:磯谷照枝

ILCHI Brain Yoga 岡崎スタジオ

岡崎市明大寺町本町4-11 駅前PENビル3階
TEL 0564-28-9925 MAP E-2
受付/10:00〜20:00 定休日/月曜・祝日

059 心のしくみを知ってひとりで悩むを卒業

私の心、夫の心、子の心、親の心、他者との境界線。「心のしくみ」からみるそれぞれの関係性をお話しします。

8/8(水) 10:00〜11:30
8/25(土)14:00〜15:30
8/28(火)10:00〜11:30
9/1(土) 14:00〜15:30

■会場:せきれいホール 203 ■材料費:500円(資料代) ■持ち物:筆記用具 ■定員:6名 ■講師:心理セラピスト 星野安祐美

ことほぎ

岡崎市桑原町緑陽台8-269 <会場は別>
TEL 080-4537-3320
受付/10:00〜18:00 定休日/不定休

060 夏休み!こども枕作りにチャレンジ!

前回も好評だったこども枕づくり再び!成長期の子供にピッタリの枕で、この夏休みから気持ちよく眠りましょう。自由研究になるかも!

8/9(木)、10(金)、17(金)
10:00〜11:00

■会場:小野ふとん店 ■材料費:3,000円(枕の材料費) ■定員:4組 ■講師:丸山、神谷 ■対象:6歳以上

小野ふとん店

岡崎市明大寺町2-25
TEL 0564-22-6661 MAP E-1
受付/10:00〜19:00 定休日/火曜日

061 歯肉に注目!健康はお口のケアが一番

清水式歯肉ブラシを使用したお口のケア体験 歯みがきのあとの歯肉ストレッチングの実際をお伝えします

8/9(木)、8/30(木)
13:30〜14:30、15:30〜16:30

■会場:岡崎ウィズスクエア1Fエントランス(8/9)、りぶら102B(8/30) ■講師:清水康行 ■定員:各20名 ■材料費:1,000円(清水式歯肉ブラシ)

清水歯科クリニック

岡崎市材木町1-1 <会場は別>
TEL 080-5122-2052 MAP C-1
受付/9:00〜12:00 定休日/木曜・日曜日

062 魔法のあおたけ枕運動で腰痛・肩こりを撃退!

あおたけ枕を使った、ご自宅でできる簡単な"ごろごろ運動"で肩こり・腰痛を撃退しましょう!

8/10(金)13:30〜14:30、15:00〜16:00
8/30(木) 9:30〜10:30、11:00〜12:00

■会場:りぶら会議室103(8/10)、創作室(8/30) ■定員:各4名 ■持ち物:フェイスタオル1枚、あればヨガマット、筆記具 ■講師:箕浦陵子

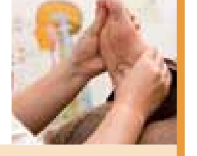
トータルボディケアサロンHelianthus(ヘリアンタス)

岡崎市鴨田町字池内42-4 <会場は別>
TEL 080-1551-1967
受付/9:00〜21:00 定休日/不定休・完全予約制

063 リフレクソロジーで魔法のセラピストに!

足裏は体調を映す鏡。リフレクソロジーを学び、ご自分とご家族の健康をサポートするセラピストになりましょう!

8/27(月)19:00〜20:30
8/31(金)10:00〜11:30



■会場:りぶら 創作室(8/27)、会議室201(8/31) ■持ち物:フェイスタオル2枚、枕またはクッション、筆記具 ■定員:各6名 ■講師:箕浦陵子

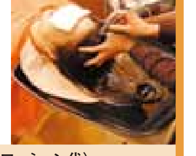
トータルボディケアサロン Helianthus (ヘリアンタス)

岡崎市鴨田町字池内42-4 <会場は別>
TEL 080-1551-1967
受付/9:00〜21:00 定休日/不定休・完全予約制

064 頭皮洗浄で体のメンテナンス

浸透する天然水を使って頭皮から髪の毛をすこやかに。そして血管を通って体内環境を整え健康な体作り。

8/18(土)10:00〜11:30
8/21(火)、8/28(火)
10:00〜11:30、13:00〜14:30



■会場:市民会館 小会議室A1 ■材料費:700円(ローション代) ■持ち物:タオル3枚 ■定員:8名 ■講師:井上弥生

one's heart

岡崎市日名西町2-3 クリエイティブISK 405 <会場は別>
TEL 090-3303-3815
受付/9:00〜17:00 定休日/日曜日

065 自宅で簡単ヘッドマッサージ&ヘアアレンジ

乾燥や紫外線から頭皮を守る!セルフマッサージで小顔や美肌へ育毛効果と髪に艶、ヘアアレンジもアドバイス!

8/19(日) 10:00〜12:00、14:00〜16:00
8/25(土) 14:00〜16:00

■会場:市民会館 小会議室A(8/19)、甲山閣 竜城の間(8/25) ■材料費:500円(ヘアオイルなど) ■持ち物:フェイスタオル、ヘアブラシ、筆記用具 ■定員:5名 ■講師:中村忍

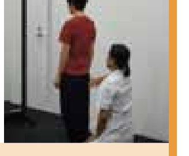
ビューティースタジオ カラー

岡崎市稲熊町字8-141-1 <会場は別>
TEL 090-9662-4801
受付/9:00〜20:00 定休日/日曜・祝日

066 骨盤と顔の歪みはつながっている?!

お顔の左右差が気になったことありませんか?骨盤と大きさ関係!整える事でフェイスラインやボディラインが変わる

8/21(火)10:00〜11:30
9/6(木) 14:00〜15:30



■会場:りぶら 103(8/21)、302(9/6) ■定員:6名 ■持ち物:フェイスタオル、動きやすい服装 ■講師:板倉圭子

カイロプラクティック901

岡崎市真伝町魂場37-61 <会場は別>
TEL 090-5873-0003(受付専用ダイヤル)
受付/9:00〜19:00 定休日/不定休

067 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。

8/22(水)13:30〜14:00、14:30〜15:00
8/23(木)、8/24(金)、8/25(土)
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(お持ちの方) ■定員:2名 ■講師:杉浦文子

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/9:30〜18:30 定休日/火曜日

068 花粉症、食物アレルギーは整体で改善する!

体全体を診て、症状の原因となっている内臓の働き低下を改善させる手技を体験。セルフケアのやり方も学びます

8/25(土)10:00〜11:30
8/30(木)14:00〜15:30

■会場:りぶら102B(8/25)、102A(8/30) ■定員:8名 ■講師:高宮文治 ■持ち物:タオル、動きやすい服装

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/水曜日

069 心身のメンテナンスバッチフラワーと数秘術

バランスを崩した心と感情を癒すフラワーエッセンスと数秘術のコラボ体験!1ヶ月分エッセンスお持ち帰り付き♪

8/25(土)18:30〜20:00
9/7(金) 18:30〜20:00
9/8(土) 13:30〜15:00

■会場:せきれいホール 203 ■材料費:1,000円(ボトル・資料代) ■定員:4名 ■持ち物:筆記用具 ■講師:バッチ財団登録プラクティショナー さかいみえこ

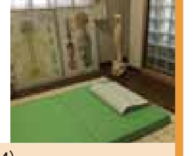
お花の治療院 マーム

岡崎市元欠町1-33 <会場は別>
TEL 090-6577-0500
受付/10:00〜20:00 定休日/不定休

070 睡眠トラブル、猫背改善のための睡眠講座

睡眠の質を良くする睡眠環境をお伝えします。枕チェック、骨盤調整の施術体験もできます!

8/30(木)10:00〜11:30、14:00〜15:30
9/4(火)10:00〜11:30、14:00〜15:30



■会場:市民会館小会議室A(8/30)、りぶら201(9/4) ■持ち物:フェイスタオル、動きやすい服装 ■定員:5名 ■講師:稲垣晴菜

馨和整体院

岡崎市柱4-10-3 大鉄ビル1-B <会場は別>
TEL 090-4190-2041
受付/9:00〜20:00 定休日/不定休

071 スポーツに必須な体幹トレーニング

アスリートをケアする私たちとスポーツに必要な体幹トレーニングの基礎を実践しながら体感してみましょう。

9/1(土)18:00〜19:00

■会場:りぶら 201 ■定員:6名 ■講師:岡戸考行、安藤雅人 ■対象:スポーツ指導者インストラクター ■持ち物:動きやすい服装

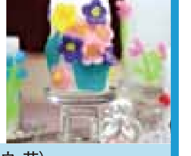
どうど鍼灸整骨院/MEDICAL CONDITION

岡崎市百々町字四ッ谷45 <会場は別>
TEL 0564-64-7374
受付/8:30〜11:30、17:30〜20:30 定休日/土曜午後・日曜・祝日

072 クッキー型で作るデコレーションキャンドル

カラフルなロウのシートをクッキーの型で型抜きし、キャンドルに貼りつけて飾っていきます。

7/28(土)、8/6(月)
14:00〜15:30
7/30(月)、8/1(水)
10:00〜11:30



■会場:キャンドルハウスLintu ■材料費:500円(ロウ、芯) ■持ち物:エプロン ■定員:2名 ■講師:星野嘉子

キャンドルハウスLintu

岡崎市若宮町2-69-1
TEL 090-1233-6105 MAP E-5
受付/10:00〜17:00 定休日/不定休

073 ココットアロマキャンドル

ココットにローズの香りのキャンドルを制作。上にはプリザーブドフラワーのあじさいとキラキラメで飾りつけ。

7/30(月)、8/1(水)
14:00〜15:30
8/6(月)
10:00〜11:30

■会場:キャンドルハウスLintu ■持ち物:エプロン ■講師:星野嘉子 ■定員:3名 ■材料費:1,000円(ココット、プリザードフラワーあじさい、アロマ、ロウ)

キャンドルハウスLintu

岡崎市若宮町2-69-1
TEL 090-1233-6105 MAP E-5
受付/10:00〜17:00 定休日/不定休

074 インテリアフラワー「ハーバリウム作り」

植物の標本ハーバリウムで自分だけの瓶の中の世界をお好きな花材、リボンで楽しんで頂きます。夏休みの宿題にも最適。

7/30(月)、8/9(木)、8/10(金)、8/11(土)
10:30〜12:00、13:30〜15:00

■会場:BASIC ■材料費:1,000円〜3,000円(花材、瓶、オイル、リボン) ■持ち物:持ち帰り袋 ■定員:6名 ■対象:年長さん子供さんから大人の方まで ■講師:本間節子

BASIC

岡崎市材木町1-22 アクロスビル1F
TEL 0564-21-1657 FAX 0564-21-4292 MAP C-1
受付/10:30〜18:00 定休日/水曜日

075 牛乳パックを使ったカルトナージュ

三角形を組み合わせたようなミニボックスを作り、レースやリボンで飾りつけしてみませんか。

7/31(火)、8/9(木)、8/21(火)
13:00〜14:30、15:00〜16:30
8/21(火)
19:00〜20:30

■会場:甲山閣栄の間 ■材料費:500円(布、レース等) ■定員:4名 ■持ち物:はさみ、あればへら ■対象:小学生以上 ■講師:後藤尚代

アトリエCoffret

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

076 楽しく作ろう♡ハーバリウム(植物標本)

瓶の中に好きな花や素材を淹れてインテリアとして永く楽しめるお手入れいらずのフラワーボトルです。

8/1(水)、8/7(火)、8/24(金)
10:30〜11:30、13:30〜14:30

■会場:(株)マルショウ ■材料費:1,500円(花材、瓶、オイルなど) ■定員:4名 ■講師:杉本博子

(株)マルショウ

岡崎市籠田町5番地
TEL 0564-23-1521 MAP C-2
受付/9:30〜18:30 定休日/木曜日 受付開始7/23(月)より

077 リネンフラワーリボントート

Kawasaki ribbon&uittaTerakiデザイン『リネンフラワーリボントート』

8/10(金)、8/12(日)、8/17(金)
9:30〜11:30

■会場:りぶら102B ■定員:10人 ■対象:女性、小学生は親同伴 ■講師:服部雅子 ■材料費:4,800円(リネンリボン、コットントートバッグ、両面テープ他)

ルコネッサンス

岡崎市六名東町12-1 102 <会場は別>
TEL 090-6366-4917
受付/10:00〜17:00 定休日/不定休

078 夏色を楽しむアロマワックス&ジェル

アロマの香りと夏色に色付けしたソイワックスをジェルキャンドルと一緒に夏模様に飾りつけ。

8/28(火)
9:30〜11:30

■会場:りぶら創作室 ■材料費:2,500円(ジェルキャンドル、ソイワックス、瓶他) ■定員:8人 ■対象:女性、小学生は親同伴 ■講師:服部雅子

ルコネッサンス

岡崎市六名東町12-1 102 <会場は別>
TEL 090-6366-4917
受付/10:00〜17:00 定休日/不定休

079 今年後半の開運!数秘アロマ香水講座

数秘はピタゴラス発案の自分の人生のテーマ数。それをサポートするメディカルアロマオイルで香水を作ります。

8/11(土)、9/3(月)
10:00〜18:00 各1人約50分

■会場:旧景崖堂 岡崎市籠田町21 ■材料費:1,000円(アロマオイル、容器代) ■定員:各7名 ■講師:清水幸子、天野めぐみ

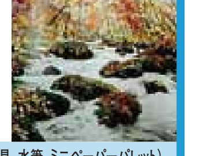
ギャラリーモナ and aroma MONA

岡崎市矢作町八剱64 <会場は別>
TEL 090-3088-2347
受付/9:00〜20:00

080 水辺の風景を描く【渓流紅葉編】

塗り絵形式の水彩講座です。下描き入りの紙に水彩を塗ります。気軽にスケッチするためのテクニック満載です。

9/6(木)
10:00〜12:00
9/7(金)
13:00〜15:00



■会場:彩雲堂 ■材料費:2,700円(カラー手本、水彩紙、絵の具、水筆、ミニペーパーパレット) ■定員:8名 ■対象:初めて絵を学ぶ方に向けての講座 ■講師:大原政人

彩雲堂

岡崎市康生通南1-17
TEL 0564-21-4844 MAP D-2
受付/9:30〜19:00 定休日/月曜日

081 夏の果物を描いてみよう!

夏の果物を画用紙に鉛筆デッサンしてもらい、時間が許せば水彩絵の具を使い彩色します。

9/8(土)
15:00〜17:00

■会場:彩雲堂 ■材料費:500円(画用紙、水彩絵の具、果物代) ■定員:10名 ■講師:杉田洋一郎 ■持ち物:鉛筆(2Bまたは3B)、消しゴム、水彩セット) ■対象:2才〜絵の描ける年齢ならいくつでも

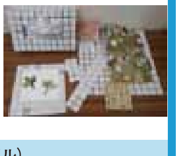
彩雲堂

岡崎市康生通南1-17
TEL 0564-21-4844 MAP D-2
受付/9:30〜19:00 定休日/月曜日

082 オリジナル小物作り

自分だけのオリジナル小物作りを体験しませんか?誰でも出来るDIY講座。

9/8(土)
10:00〜10:40、11:00〜11:40
13:00〜13:40、14:00〜14:40
15:00〜15:40



■会場:カーザミカワ ■材料費:200円(接着剤、タイル) ■定員:3名3組 ■講師:カーザミカワ建設部スタッフ

(株)カーザミカワ

岡崎市吹矢町88
TEL 0564-24-2513 MAP E-4
受付/8:00〜17:00 定休日/土曜(第2・第4・第5)・日曜日

083 婚活ってなに?一から婚活を考えてみよう

婚活ってなに?自分なりに頑張っているけど結果がついてこないとお悩みの方対象。一緒に基本から見直そう

7/28(土)、8/6(月)、8/21(火)
8/29(水)、9/6(木)、9/9(日)
14:00〜15:30、19:00〜20:30

■会場:(株)LIDEC 小倉結婚相談所 ■定員:4名 ■講師:小倉とみ子

(株)LIDEC 小倉結婚相談所

岡崎市材木町2丁目60番地 エムワイビル2F
TEL 0564-65-5220 MAP B-1
受付/9:00〜21:00 定休日/火曜・水曜日

084 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です。

8/22(水)
10:00〜11:30

■会場:お墓のかんのんや ■定員:5名 ■講師:小林敬夫

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/月曜日

085 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。

7/29(日)、8/5(日)、9/8(土)
10:30〜12:00、13:30〜15:00

■会場:市民会館(7/29、8/5集会室小会議室B・9/8集会室小会議室A) ■持ち物:筆記用具 ■定員:各8名または4組 ■講師:一級建築士 三嶋 均

ウッド・アート・スタジオ(株)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/水曜日

086 あなたの愛は何タイプ?キャラ診断で判明!

愛の形は人によって違います。つくす愛、共に歩く愛。愛の形を知るとより良いパートナーと出会いお互いの愛に気付くことができます。

7/29(日)、7/31(火)
11:00〜15:00 1人30分

■会場:カウンセリングルーム杏 ■定員:各4名 ■対象:18才以上の女性 ■講師:速水史子

カウンセリングルーム杏

岡崎市久後崎町字堤下5-15 メゾンオランジュ106
TEL 080-6942-7864 MAP E-1
受付/9:00〜20:00 定休日/不定休

087 認知症と難聴、補聴器について

厚労省では、難聴は認知症の危険因子とされています。難聴との関係や補聴器についても、詳しく解説します。

7/29(日)、7/30(月)
14:00〜15:00
8/3(金)11:00〜12:00

■会場:(株)あいち補聴器センター ■定員:3名または2組 ■講師:天野慎介、青木章

(株)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/水曜日

088 はじめての補聴器体験

補聴器ってどんなもの?その役割や効果、耳よりな情報をお伝えします!試聴体験もできます!

7/31(火)、8/25(土)
11:00〜12:00
8/5(日)、8/20(月)、8/28(火)
14:00〜15:00

■会場:(株)あいち補聴器センター ■持ち物:筆記用具 ■定員:3名または2組 ■講師:青木章、近藤若奈

(株)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/水曜日

089 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。ちょっと興味をもっている事業者さま!分かり易い解説とプチまちゼミ体験ができます!

7/29(日)16:00〜17:00
8/16(木)13:00〜14:00

■会場:みどりや 2F ■定員:7名 ■講師:松井洋一郎とまちゼミ店主

岡崎まちゼミの会

岡崎市康生通東1-21
TEL 0564-21-0985 (みどりや代理受付) MAP C-2
受付/10:00〜18:00 定休日/水曜日

090 将来商売を考えている方必見!空き物件探索

将来お店を持ちたい!活動の場所が欲しい等。このまちで商売を行っている皆さまが気軽にご相談にのります。

7/29(日)18:00〜19:30
8/16(木)11:00〜12:30

■会場:まちなかの店舗等 ※みどりや集合 ■定員:7名 ■講師:松井洋一郎とまちづくりの仲間

(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(みどりや代理受付) MAP C-2
受付/10:00〜18:00 定休日/水曜日

091 リタイヤ後の資金計画の立て方

快適なセカンドライフに向けて、計画の立て方や年金、保険、金融商品の基礎知識や活用についてお伝えします。

7/30(月)、8/16(木)、9/1(土)
10:00〜11:30
8/12(日)14:00〜15:30

■会場:りぶら302 ■持ち物:筆記用具 ■定員:10組 ■講師:ファイナンシャルプランナー河村利香

ファイナンシャルプランナー 河村利香

岡崎市大西町南ヶ原22-21-4D <会場は別>
TEL 090-5857-4366
受付/9:00〜21:00

092 子育て世代のマネーセミナー

マイホームの購入、子供の教育資金、貯蓄や運用計画など、家計管理のコツをわかりやすくお伝えします。

8/2(木)14:00〜15:30
8/9(木)、8/12(日)、8/14(火)、9/9(日)
10:00〜11:30

■会場:りぶら 302(8/2、9、14)、102A(8/12)、101(9/9) ■持ち物:筆記用具 ■定員:10組 ■講師:ファイナンシャルプランナー河村利香

ファイナンシャルプランナー 河村利香

岡崎市大西町南ヶ原22-21-4D <会場は別>
TEL 090-5857-4366
受付/9:00〜21:00

093 愛知教育大学附属岡崎小学校について

愛知教育大学附属岡崎小学校がどんな学校なのか、どんな受験をしているのかお話します。

7/30(月)〜8/4(土)
9/3(月)〜9/8(土)
10:30〜12:30

Pattern Blocks

■会場:チャイルド・アイズ 岡崎康生校 ■定員:6名または3組 ■対象:受験をお考えの保護者様

チャイルド・アイズ 岡崎康生校

岡崎市康生通東1-21 みどりやビル2F
TEL 0564-66-0322 MAP C-2
受付/14:00〜18:00 定休日/日曜・祝日 受付開始7/23(月)より

094 初めてのスマホ個別レッスン(30分)

スマホを買ったけど使い方がよくわからない初心者の方を対象に30分無料個別レッスンをいたします!購入前相談もどうぞ!

7/30(月)、8/2(木)、8/7(火)、
8/13(月)、8/14(火)
13:30〜14:00、14:30〜15:00、15:30〜16:00

■会場:パソコン教室 あっとすまいる ■持ち物:お持ちのスマホ ■定員:各1名 ■対象:初心者レベルの方 ■講師:加藤 琴美

パソコン教室 あっとすまいる

岡崎市康生通西2-20-2 シビコ2階
TEL 0564-26-4849 MAP C-1
受付/10:00〜17:00 定休日/不定休

095 元気の出る占い講座手相講座

自分の手と向き合ってみましょう。手相が悪くても大丈夫です。運気アップ教えます。

7/30(月)、8/27(月)※マルコポーロ
14:00〜15:00、15:30〜16:30
8/2(木)、8/21(火)※りぶら 102B
9:15〜10:15、10:30〜11:30、
11:45〜12:45

■会場:マルコポーロ(7/30、8/27)、りぶら102B(8/2、8/21) ■対象:占いの好きな人 ■材料費:600円(筆記具、用紙) ■定員:各5名 ■講師:岡崎の母 林ひかる

山幸不動産(さんこうふどうさん)

岡崎市中園町字宮前35<会場は別>
TEL 090-2181-6703
受付/9:00〜20:00 定休日/不定休

096 認知症になっても困らない♪『家族信託』

NHKの「あさイチ」やフジテレビ「とくダネ」などでとりあげられた【家族信託】を専門家が易しく解説します。

7/30(月)19:00〜20:30
8/10(金)14:00〜15:30
9/1(土)10:00〜11:30

■会場:市民会館中会議室 ■定員:12名または6組 ■講師:家族信託専門士(渡邊貞雄、中瀬高子、戸軽進)

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 0564-26-0222 (株式会社ハウジングコンサルティングファーム)
受付/9:00〜18:00 定休日/水・祝日

097 まちゼミご縁を活かすことだま九星気学

人との縁、言葉との縁、出来事との縁。ことだま九星気学を通じて縁の活かし方、つながりをお話しします。

7/31(火)、8/30(木)10:00〜11:30
8/17(金)14:00〜15:30

FIND YOUR SELF

■会場:りぶら 201 ■材料費:500円(資料代) ■持ち物:筆記用具 ■定員:各6名 ■講師:ことだま九星気学鑑定師 星野安祐美

ことほぎ

岡崎市桑原町緑陽台8-269<会場は別>
TEL 080-4537-3320
受付/10:00〜18:00 定休日/不定休

098 オカリナ楽器の体験講座

オカリナの小さく可愛い楽器を体験しませんか。癒しの楽器としてどこでも持ち運べます。練習用消音器具あり。何度も参加大歓迎!

7/31(火)
10:00〜11:30
8/31(金)
14:00〜15:30

■会場:りぶらスタジオ3(7/31)スタジオ2(8/31) ■材料費:50円(資料、楽譜代) ■持ち物:オカリナ(貸し出し可) ■定員:10名 ■対象:前回参加者歓迎 ■講師:西本京子

大門音楽教室

岡崎市薮田1-12-5 <会場は別>
TEL 0564-25-2751
受付/10:00〜22:00 定休日/なし

099 水彩いろえんぴつを初めて使ってみよう!

水で溶かすこともできる面白い色鉛筆。独特の様々な描き方を使って楽しく簡単に絵ハガキを描いてみましょう!

8/1(水)
10:30〜12:00(親子限定)
13:30〜15:00(大人限定)

■会場:ペンズ アレイ タケウチ ■対象:午前中の親子限定は小学生以上、午後は大人のみ。 ■定員:5組(午前中)5名(午後) ■講師:スズキユミ

ペンズ アレイ タケウチ

岡崎市籠田町36
TEL 0564-21-0864 MAP D-3
受付/10:00〜20:00(平日)10:00〜19:00(土曜・日曜日) 定休日/なし

100 万年筆入門講座(万年筆キットを組み立てよう)

パーツからご自身で組み立てるので、万年筆のしくみを知る事が出来ます。書くことが楽しくなる万年筆入門講座。

8/8(水)
10:30〜12:00、18:30〜20:00

■会場:ペンズ アレイ タケウチ ■材料費:800円(万年筆キット代) ■対象:中学生以上 ■持ち物:古い万年筆洗浄します ■定員:5名 ■講師:竹内さちよ

ペンズ アレイ タケウチ

岡崎市籠田町36
TEL 0564-21-0864 MAP D-3
受付/10:00〜20:00(平日)10:00〜19:00(土曜・日曜日) 定休日/なし

101 初めてのクラシックバレエ

可愛らしく楽しい初めてのバレエレッスン。音楽に合わせてバレエの動き、ステップを練習します。

8/2(木)
16:00〜17:00

■会場:バレエ教室Grace ■持ち物:運動のできる服装、靴下、飲み物、汗拭きタオル ■定員:5名 ■対象:3歳〜小学生 ■講師:安海久美子

バレエ教室Grace

岡崎市材木町2丁目60
TEL 070-6580-3663 MAP B-1
受付/10:00〜21:00 定休日/日曜日

102 大人のためのクラシックバレエ

ストレッチ、筋トレ、簡単なバーレッスンを行います。優雅に気持ちの良い汗を流しにいらして下さい。

8/3(金)
11:00〜12:00

■会場:バレエ教室Grace ■持ち物:運動のできる服装、靴下、飲み物、汗拭きタオル ■定員:8名 ■講師:安海久美子

バレエ教室Grace

岡崎市材木町2丁目60
TEL 070-6580-3663 MAP B-1
受付/10:00〜21:00 定休日/日曜日

103 深層心理が分かる心理学

アットホームな雰囲気で楽しく学びませんか?現在、未来の深層心理がわかります。

8/2(木)19:00〜20:30
8/4(土)、8/9(木)
10:00〜11:30
13:30〜15:00(8/4のみ)

■会場:りぶら創作室(8/2)、302(8/4午前)、和室(8/4午後)、102B(8/9) ■定員:20名 ■教材費:1,000円 ■対象:大人 ■講師:稲垣利香

魅RAKU流

岡崎市上地3丁目 <会場は別>
TEL 090-7308-0944
受付/9:00〜21:00 定休日/日曜・祝日

104 賢い主婦がやっているお金の貯め方講座

学校では学ぶことができなかった「基本的なお金の知識」と「賢い貯蓄方法」をお伝えします。

8/6(月)19:00〜20:30
8/9(木)13:30〜15:00
8/24(金)、8/25(土)
10:00〜11:30

■会場:りぶら103(8/6)、302(8/9)、和室(8/24)、101(8/25) ■定員:20名 ■対象:大人 ■講師:國井直樹

魅RAKU流

岡崎市上地3丁目 <会場は別>
TEL 090-7308-0944
受付/9:00〜21:00 定休日/日曜・祝日

105 知っておきたい!健康保険の隙間

今の公的健康保険制度は、突然の病気や怪我を十分にカバーすることができません。そんな時に困らない備え方をわかり易くご紹介します。

8/4(土)、8/18(土)、9/1(土)
13:00〜14:00

■会場:あいち補聴器センター ■定員:3名または2組 ■講師:杉浦巨樹

(株)リードル

岡崎市若松町字伝兵衛屋敷18事務所2階 <会場は別>
TEL 0564-47-7775
受付/9:00〜18:00 定休日/年中無休