

岡崎のお店の人が、プロの技や知識を無料で教えてくれる。

第44回 岡崎まちゼミ

2024 7.28日~9.7日 受付開始 7.20日

主催／岡崎まちゼミの会 後援／岡崎商工会議所・岡崎市



まちゼミとは、

お店の方が講師となって、プロならではの知識や情報、コツを無料で教えてくれる
少人数のミニ講座です！

講座は8つのカテゴリーに色分け

- NEW** 今回初参加の講座です
- きれい** 美容・キレイを追及する講座です
- 健康** からだや健康についての講座です
- つくる** つくったり、体験する講座です
- まなぶ** 知識や知恵をまなぶ講座です
- グルメ** 飲食に関する講座です
- 親子** 親子で参加できる講座です
- オンライン** オンラインで講座が受けれます

まちゼミ公式
情報はこちら



- 50+** 50歳以上の方にオススメの講座です
- コラボ** 2つ以上のお店が協力して講座を開催しています
- ナイト** ナイトまちゼミ 夜間開催の講座です
- 親子** 親子でも参加できる講座です
- 耳の聞こえの不自由な方も受講して頂けます (FAX 申込可)**
- 視察 NG** 視察・同業者 NG の講座
- オンライン** オンラインで講座が受けれます

「まちゼミ参加店 クーポン」をご利用ください

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！
“まちゼミ 参加店” のお得な情報が掲載！サービス内容はクーポンをご覧ください

お申し込みの手順

- STEP 1 ゼミを選ぶ**
チラシを見て、受講したい講座を選びましょう
- STEP 2 お店に直接申し込む**
受けたい講座の店へ直接申し込み
※FAXの受付は聴覚・言語不自由な方のみ
- STEP 3 参加する**
時間、場所を間違えないよう、ご参加ください

※定員になり次第、締め切りです。 ※講座内容によっては材料費がかかります。(当日徴収) ※小学生以下は保護者同伴願います。
●オンラインまちゼミはQRに申し込み、お名前・ご希望日時・人数・連絡先を送信、講師より返信で申し込み完了(先着順)

- NEW** 今回初参加の講座です
- きれい** 美容・キレイを追及する講座です
- 健康** からだや健康についての講座です
- つくる** つくったり、体験する講座です

きれい 10 **ビックリ！ほうれい線改善ひんやりエステ**

お肌の肌機能を高め「ひんやり肌改善」で毛穴、ほうれい線対策にバッチリ！

8/2(金)・8/8(木)・8/9(金)・8/17(土)・8/25(日)8/26(月)
10:30~11:30/13:30~14:30/15:00~16:00

■会場：自分のお店 ■材料費：1,500円(エス材料・最高級エステマシク使用) ■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
0564-21-0985
受付/10:00~18:30 定休日/水

きれい 11 **初めてのセレクトエステ体験**

お肌ツルツル！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。

7/30(火)・8/6(火)・8/11(日)・8/23(金)・9/7(土)
10:30~11:30/13:30~14:30/15:00~16:00

■会場：自分のお店 ■材料費：1,500円(エス材料・最高級エステマシク使用) ■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
0564-21-0985
受付/10:00~18:30 定休日/水

きれい 12 **5歳若返る貴女にあった眉スタイル&メイク**

お客様に合った眉スタイルのアドバイス、メイクレッスンをいたします。

8/3(土)・4(日)・10(土)・20(火)
10:30~11:30/13:30~14:30/15:00~16:00

■会場：自分のお店 ■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
0564-21-0985
受付/10:00~18:30 定休日/水

きれい 13 **ヘナで白髪、薄毛対策 自塗り教室**

エコサート認定ヘナを使用。白髪染、薄毛対策自塗り教室。

7/28(日)・30(火)・8/6(火)・8(木)・10(土)・15(日)・17(土)・20(火)・24(土)・31(土)・9/3(火)・7(土)13:30~15:30

■会場：自分のお店 ■材料費：2,750円(エコサート認定ヘナ代) ■持ち物：タオル ■講師：高宮リサ ■定員：各3名

マダムリーズ

岡崎市康生町2-13-2
090-8545-6964
受付/10:00~15:30 定休日/日・月・祝日

健康 14 **下肢静脈瘤と痛み治療の最新治療について**

下肢静脈瘤と痛み治療の最新治療について、わかりやすくお伝えします！

8/17(土)15:00~16:00

■会場：市民会館小会議室B ■講師：藤原正樹 ■定員：10名

おかざき足の血管外科・痛みのクリニック

岡崎市羽根西1-6-4
0564-83-8105
受付/10:00~14:00 定休日/金・日・祝日

健康 15 **100歳まで自分の足で歩く！**

体の歪みを治せば100歳まで歩ける！体も体幹も健康も足から始まる！セルフで歪みを取るやり方を学ぶ！

8/23(金)・25(日)10:00~11:30

■会場：りふら会議室102B ■持ち物：タオル、動きやすい服装 ■講師：高宮文治 ■定員：各4名

高宮治療整体

岡崎市西大友町字蓮花春35-3
0564-31-0986
受付/9:30~18:00 定休日/水

健康 16 **肩痛、腰痛、膝痛、猫背の症状が改善！**

体の歪み、足の長さ調整！ドントン療法で肩痛、猫背等を改善！小顔整体で理想の小顔になれる！

8/11(日)・16(金)10:00~11:30

■会場：りふら会議室102A ■持ち物：タオル、動きやすい服装 ■講師：高宮文治 ■定員：各4名

高宮治療整体

岡崎市西大友町字蓮花春35-3
0564-31-0986
受付/9:00~18:00 定休日/水

健康 17 **魔法の骨盤矯正を体験しませんか！**

骨盤のゆがみ検査、施術、カウンセリングで一人20~30分です。ご希望時間を30分刻みでご予約ください。

7/30(火)・8/17(土)10:00~16:00

■会場：せきれいホール集客室101 ■持ち物：ファスタオル、施術ができる服装 ■講師：佐藤大樹 ■定員：各1名 ■対象：中学生以上

カイロプラクティック光輝 岡崎愛院

岡崎市井田町字西町35
0564-65-2580
受付/10:00~21:00 定休日/日

健康 18 **介護疲れ…貴女の心が癒される時です**

頑張り過ぎた心が、人の手でゆるむ！スウェーデンの「ハートケア」

8/1(木)18:30~20:00
8/3(土)9:30~11:00
8/13(火)13:30~15:00

■会場：りふら和室 ■材料費：300円(オイル、資料) ■持ち物：タオル1枚 ■講師：高宮文治 ■定員：各2名 ■対象：女性

タクティカルケア® 【おん】

岡崎市宇頭町向山44
080-3615-5622 FAX 0564-31-4965
受付/8:30~21:30 定休日/不定休

健康 19 **10年先もガッツリ♡動けるカラダづくり**

体力低下？体調不良？今のカラダは過去の自分がつづっています。元氣&キレイになるために！姿勢診断あり

7/31(水)14:00~15:30
9/3(火)10:00~11:30/9/10(木)10:00~15:30
9/7(土)10:00~11:30

■会場：市民会館小会議室B(7/31・9/7)・リバーサル3(9/3) ■持ち物：フェイスタオル・動きやすい服装 ■講師：板倉圭子 ■定員：各3名

カイロプラクティック 901

岡崎市真伝町瑞場37-61
090-5873-0003
受付/9:00~20:00 定休日/不定休

健康 20 **首のカーブをつくったらイビキがなくなった！**

朝きもち良く起きていますか？大谷翔平選手も大切にしている「睡眠の質」ちゃんど知ろう！体感しよう！

7/31(水)10:00~11:30
9/11(日)・4(木)10:00~11:30/14:00~15:30
9/7(土)14:00~15:30

■会場：市民会館小会議室B(7/31・9/7)・小会議室A(9/4) ■持ち物：フェイスタオル・動きやすい服装 ■講師：板倉圭子 ■定員：各3名

カイロプラクティック 901

岡崎市真伝町瑞場37-61
090-5873-0003
受付/9:00~20:00 定休日/不定休

健康 21 **のどの力を鍛えてずっとおいしく食べよう！**

のどの役割と自宅で出来るのどの体操・トレーニングを言語聴覚士がわかりやすく説明します。

7/28(日)・8/12(月)・24(土)15:00~16:00

■会場：りふら和室 ■持ち物：筆記用具 ■講師：阿部太郎 ■定員：各3名

あいこ補聴器センター

岡崎市吹矢町69
0564-24-4733 FAX 0564-64-0433
受付/9:00~17:00 定休日/水

健康 22 **スパイラルテーピング どうして効くの？**

テープを貼っただけで、どうして身体に変化が起きるの？皆さんとQ&Aします。

8/10(土)・17(土)・24(土)13:30~14:30

■会場：自分のお店 ■講師：古田宏実 ■定員：各8名

康生接骨院

岡崎市八幡町1-33
0564-24-5525
受付/8:00~19:00 定休日/日・祝日 水・土午後

健康 23 **初心者歓迎 今更けけない、『漢方』の基本**

「漢方って食前！」「粉と錠剤の違い、東洋と西洋医学の違い」など疑問にお答えし、体質チェックを行います

8/7(水)・26(月)13:00~14:30

■会場：自分のお店 ■講師：高木太輔 ■定員：各5名

タカキ薬局

岡崎市松本町42-8
0564-26-1717
受付/9:00~20:00 定休日/日・祝日

健康 24 **ガンブラを作りながら、健康を語る会**

好評第4弾!!ガンブラを作りながら健康について学ぶミニタイプ講座。みんなで楽しく語りましょう。

8/9(金)20:00~21:30

■会場：自分のお店 ■材料費：1,000円(プラモデル代等) ■講師：高木太輔 ■定員：各5名

タカキ薬局

岡崎市松本町42-8
0564-26-1717
受付/9:00~20:00 定休日/日・祝日

健康 25 **肩、首コリ、腰痛改善 ふしぎ「氣功」講座**

あなたの肩コリ、首コリ、腰痛など手を触れずにワークで楽になります。病院の薬を飲んでもOK

8/2(金)・22(木)13:00~14:30

■会場：自分のお店 ■講師：高木太輔 ■定員：各5名

タカキ薬局

岡崎市松本町42-8
0564-26-1717
受付/9:00~20:00 定休日/日・祝日

健康 26 **『わっながれてる』目で見えて納得血流改善講座**

あなたの血流が実際に流れているのを目で見えて確認し、血流改善のコツを薬剤師がアドバイスいたします。

7/31(水)・8/19(月)13:00~14:30

■会場：自分のお店 ■持ち物：動きやすい服装 ■講師：高木太輔 ■定員：各5名

タカキ薬局

岡崎市松本町42-8
0564-26-1717
受付/9:00~20:00 定休日/日・祝日

健康 27 **3ヶ月・10kg 40代からの漢方ダイエット**

4076人サポーターが40代からの無理しないダイエットを支援！1週間の無料体験あります。

7/29(月)・8/15(木)・29(日)13:00~14:30
8/31(土)18:00~19:30

■会場：自分のお店 ■講師：高木太輔 ■定員：各5名

タカキ薬局

岡崎市康生通西2-13-2
090-3950-9120
受付/10:00~14:30 定休日/不定休

健康 28 **シンキングボールで呼吸法**

シンキングボールの奏でる音響を聴きながら呼吸を整えます。深い呼吸でリラックスして音響を楽しんでください

9/3(火)・4(水)15:00~16:00/18:30~19:30

■会場：自分のお店 ■材料費：300円(キャンドル代) ■講師：藤原正樹 ■定員：各2名 ■対象：女性

キャンドルハウス Lintu (リントウ)

岡崎市若宮町2-69-1
090-1233-6105
受付/9:00~17:00 定休日/不定休

健康 29 **誰でもできる超簡単ヨガ**

誰でも簡単にできるシンプルヨガですが、奥は深い!!

7/31(水)・8/7(水)・18(日)・21(水)・25(日)・28(木)10:30~12:00

■会場：自分のお店 ■持ち物：動きやすい服装 ■講師：磯谷隆枝 ■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
0564-28-9925
受付/9:00~18:00 定休日/不定休

健康 30 **お体の不調に個別サポート！**

肩こり、腰痛や女性特有の症状で悩んでませんか？カイロプラクティック施術体験！元氣な体をゲットしよう！

8/4(日)10:00~11:30
9/3(火)10:00~11:30/14:00~15:30

■会場：市民会館小会議室A ■持ち物：フェイスタオル、動きやすい服装 ■講師：渡辺ひとみ ■定員：各3名 ■対象：女性

トータルケアサロン Hitomi

岡崎市細川町雨戸35-1
080-5132-7508
受付/9:00~18:00 定休日/不定休

健康 31 **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します。極上の眠りを体験してみませんか？

8/22(木)・29(火)13:00~15:00
8/25(日)・9/1(日)10:00~12:00

■会場：自分のお店 ■材料費：300円(キャンドル代) ■講師：藤原正樹 ■定員：各2名 ■対象：女性

キャンドルハウス Lintu (リントウ)

岡崎市若宮町2-69-1
090-1233-6105
受付/9:00~17:00 定休日/不定休

健康 32 **その不調、姿勢が原因？自分の体を知ろう！**

原因不明の頭痛や肩こり・腰痛でお悩みの方、その原因とケア方法を伝えたい。AI姿勢チェック施設体験！

8/3(土)・18(日)・24(土)10:00~11:30

■会場：りふら会議室103(8/3・8/24)会議室101(8/18) ■持ち物：運動のできる服装、タオル ■講師：鈴木利夫 ■定員：各4名 ■対象：小学生以上

カイロプラクティックとしとし

岡崎市六供町字三ツ岩57-19
QRコードよりお申込み
定休日/不定休

健康 33 **メタボがちょっと気になるあなたへ！**

あなたのカラダをチェック！リハビリ国家資格の理学療法士が分析おすすめの運動をレチャールします！

7/30(火)・8/1(木)・8(木)・13(火)・22(木)・27(火)・9(土)11:30~13:30

■会場：自分のお店 ■持ち物：運動のできる服装、室内履き ■講師：柏木亮夫 ■定員：各2名

かしわき運動

岡崎市康生通東2-44
090-6593-0141
受付/10:00~17:00 定休日/不定休

健康 34 **「ちよびモレ困った人座談会」女性限定**

皆さんの対策、私ら体験等話しましょう。友人とだけ、1人だけで受けたい方は前後の時間でお受けします。

7/30(火)10:00~11:00
8/16(金)・9/3(火)14:00~15:00

■会場：りふら会議室2017(30・9/3)和室(8/16) ■講師：橋本千百合 ■定員：各4名 ■対象：女性

トレーニング up

岡崎市西本郷町宮地8-1
QRコードよりお申込み
定休日/9:30~17:00 定休日/土・日・祝日

健康 35 **あなたの目を守る色素「ルテイン」測定体験**

大切な目を守ってくれる色素「ルテイン」。この機会にチェックしてみませんか。食生活を見直さすきっかけにも。

7/28(日)13:30~14:00/14:30~15:00
7/29(月)11:00~11:30/13:30~14:00/14:30~15:00

■会場：自分のお店 ■持ち物：お好みのメガネ(あれば) ■講師：鈴木利夫 ■定員：各1名または1組

スギウラメガネ

岡崎市康生通東2-15
0564-21-1072
受付/9:30~18:00 定休日/火 第1・3水

健康 36 **頑張っている目にご褒美を！**

薬膳講師とメガネ屋が、自分で出来るストレッチや目と良い食材をお伝えします。これで疲れ目から解放！

8/27(火)10:30~11:30/13:30~14:30

■会場：自分のお店(スギウラメガネ) ■講師：宮崎富貴、杉浦文子 ■定員：各5名

みゃーずキッチンスタジオ/スギウラメガネ

岡崎市明大寺本町2-7-2/岡崎市康生通東2-15
0564-21-1072(スギウラメガネ)
受付/9:30~18:00 定休日/火 第1・3水

健康 37 **元気になる薬膳茶で夏バテを乗りこえよう！**

身近なお茶をブレンドして体のケアをしませんか？手作り薬膳菓子を食べながら、元気をパワーチャージ！

8/23(金)・24(土)10:00~11:00/13:00~14:00/15:00~16:00/18:00~19:00

■会場：自分のお店 ■材料費：1,000円(薬膳茶・菓子代等) ■持ち物：筆記用具、持ち帰り用袋 ■講師：宮崎富貴 ■定員：各4名 ■対象：薬膳に興味のある方

みゃーずキッチンスタジオ

岡崎市明大寺本町2-7-2
080-77-2279
受付/10:00~17:00 定休日/日・月・祝日

健康 38 **足裏押して健康に！魔法のリフレクソロジー**

ご自身と大切な人の健康維持の為に日常生活ですぐに使える技術を実践しながら分かり易くお伝えします。

8/6(火)・18(日)13:30~15:00

■会場：りふら創作室 ■持ち物：筆記用具、フェイスタオル1枚、クッションor布団1つ ■講師：土屋悦子 ■定員：各5名

トータルボディケアサロン Helianthus

岡崎市鶴田町内42-4
080-1551-1967
受付/9:30~21:00 定休日/不定休

健康 39 **女性必見！骨盤に守られている臓器って？**

普段知らずにいる体と肌の不調もしかしたら骨格の歪みから来てるかも！AI姿勢分析で歪みチェックあり

8/14(水)・31(土)・9/7(土)10:00~11:30/14:00~15:30
9/1(日)14:00~15:30/16:30~18:00

■会場：市民会館小会議室A ■持ち物：フェイスタオル、動きやすい服装 ■講師：野村昇太 ■定員：各4名

chiro salon Bell

岡崎市真伝町瑞場37-61
080-4549-1123
受付/10:00~21:00 定休日/不定休

NEW

今回初参加の講座です

きれい

美容・キレイを追及する講座です

健康

からだや健康についての講座です

つくる

つくったり、体験する講座です

まなぶ

知識や知恵をまなぶ講座です

グルメ

飲食に関する講座です

親子

親子で参加できる講座です

オンライン

オンラインで講座が受けれます

健康40

上質な睡眠のお話

人生の三分の一は睡眠。悩みの原因は睡眠の質にあります。睡眠を細かくチェックしてみませんか？
7/31(水)・8/2(木)・8/1(木)
10:00～12:00/13:30～15:30

■会場：自市民会館 リーサル3 号室 (7/31)・1 階会議室 (8/22)
■講師：天野めぐみ ■定員：各 20 名

プティック中屋

岡崎市龍田町 17
090-8676-5953
受付 18:00～20:00 定休日/日・月

健康41

疲れ目チェック体験

ご自分の目がどれだけ頑張っているかを器械を使ってチェックしてみませんか？
お子様もどうぞ！
7/29(月)・7/31(水)・8/1(木)
11:00～11:30/13:30～14:00/14:30～15:00

■会場：自分のお店 ■持ち物：お使いのメガネ (あれば) ■講師：杉浦文子
■定員：各 1 名または 1 組

スキウラメガネ

岡崎市康生通東 2-15
0564-21-1072
受付 19:30～18:00 定休日/火 第 1・3 水

健康42

健康のためのダイエット
それが痩せない理由！

試してみるが痩せない・身体不調。なぜ？の理由を細かく 40 代からはじめる「健康のためのダイエット講座」
7/29(月)・7/31(水)・8/1(木)
9:30～10:30/10:45～11:45

■会場：岡崎市民会館 小会議室 A ■持ち物：フェイスタオル
■講師：渡辺利子 ■定員：各 1 名

カイロプラクティック内田

岡崎市上地 1-35-26
080-2637-0999
受付 18:00～19:00 定休日/不定休

まなぶ55

知っておきたい！相続・年金・税金のお話

残された愛する家族のために知っておきたいことがあります。3 名の士業のお話しに耳を傾けてみませんか？
8/18(日)・9/1(日) 10:30～12:00/
14:00～15:30

■会場：市民会館 中会議室 B ■講師：行政書士坂口・社会保険労務士桑原・税理士横岩 ■定員：各 10 名

行政書士坂口・社会保険労務士桑原・税理士横岩

岡崎市津町字葉師 6 番地 10
090-4186-7679(担当者 坂口)
受付 19:00～17:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ56

初めての補聴器体験

補聴器の役割や種類についてご説明いたします。補聴器体験も出来ますので、お気軽にご参加ください。
7/28(日)・8/12(月) 14:00～15:00

■会場：自分のお店 ■持ち物：筆記用具 ■講師：小幡百合 ■定員：各 2 名

あいち補聴器センター

岡崎市次町 69
0564-24-4733 FAX 0564-64-0433
受付 19:00～17:00 定休日/水

まなぶ57

空き家の片付け・処分と活用はこれ！

空き家をさっぱり片付ける！得する売り方・活用方法などあなたに合った空き家の対策をお伝えします。
9/1(日) 10:30～11:30

■会場：りふら 会議室 101 ■講師：小幡百合 ■定員：20 名

株式会社小幡建設

岡崎市津町字新城 121-1
0564-45-2910
受付 19:00～18:00 定休日/水・木

つくる43

ちょっと早いクリスマス
キャンドル作り

クリスマスに飾れる、灯せる、可愛いキャンドル。今年は自分で作ったキャンドルに火を灯しませんか？
7/30(火)・8/31(水)・8/1(木)
10:30～12:00/15:00～16:30

■会場：自分のお店 ■材料費：500 円 (キャンドル材料)
■持ち物：エプロン ■講師：星野嘉子 ■定員：各 3 名

キャンドルハウス Lintu (リントゥ)

岡崎市若宮町 2-69-1
090-1233-6105
受付 19:00～17:00 定休日/不定休

つくる44

環境にもやさしいバスボムを作ろう

好きなアロマの香りでバスボムを作りましょう。
環境のことも学べるプチ実験あり！
7/28(日)・8/7(水)・17(土) 10:00～11:00

■会場：市民会館 小会議室 A(7/28)・小会議室 B(8/7、8/17) ■材料費：200 円 (バスボム材料) ■持ち物：エプロン (必要の方) ■講師：宮田由紀 ■定員：各 6 名 ■対象：小学生までは保護者同伴

gratias(グラティアス)

岡崎市真伝吉祥 2-12-20
0564-21-4487
受付 11:00～18:00 定休日/不定休

つくる45

お香の講座・金運アップ
お財布香作り

数種類の天然の香原料を調べてお金の居場所を整える「お財布のための香焼」を作ります
7/31(水)・8/7(水)・22(木) 13:00～14:00
8/17(土) 10:00～11:00/11:00～12:00

■会場：市民会館 小会議室 B (8/22)・小会議室 A (その他の日) ■材料費：1,100 円 (お香の材料) ■講師：渡辺利子 ■定員：各 8 名

石屋のあすか

岡崎市小呂町新志 5-40
090-3455-0684 FAX 0564-25-2745
受付 19:00～18:00 定休日/日・祝日

まなぶ58

リフォーム補助金 200 万
で節電！快適！

どうしたら補助金ももらえるの？どれくらい節電できるの？快適性は？
実例を写真で詳しくご紹介致します。
9/1(日) 14:00～15:00

■会場：りふら 会議室 101 ■講師：小幡百合 ■定員：20 名

小幡リフォーム (小幡建設)

岡崎市岩津町字新城 121-1
090-45-2910
受付 19:00～18:00 定休日/水・木

まなぶ59

終活セミナー・そろそろ
終活始めませんか？

葬儀、お墓、お片付け、遺品整理…何から手を付けたらいいの？終活の無いよう説明します。
7/31(水)・8/1(木)・8(木)・29(木)・9/6(金) 15:00～16:00
8/17(土) 14:00～15:00

■会場：市民会館 小会議室 B (8/22)・小会議室 A (その他の日) ■持ち物：筆記用具 ■講師：渡辺利子 ■定員：各 8 名

石屋のあすか

岡崎市小呂町新志 5-40(石の公園園地) ■講師：近藤隆 金原朋香 ■定員：各 4 名

いちよし証券

岡崎市明大寺町 1-34 岡崎センタービル
0564-77-9601
受付 18:00～17:00 定休日/日・祝日

まなぶ60

お墓どうする？お墓専門
の終活講座

子や孫に迷惑をかけたくない。遠くにあるお墓…後悔しない墓じまい。今どきのお墓事情をお話します。
7/31(水)・8/7(水)・22(木) 14:00～15:00
8/17(土) 13:00～14:00

■会場：市民会館 小会議室 B (8/22)・小会議室 A (その他の日) ■講師：渡辺利子 ■定員：各 2 名

石屋のあすか

岡崎市小呂町新志 5-40(石の公園園地) ■講師：近藤隆 金原朋香 ■定員：各 4 名

いちよし証券

岡崎市明大寺町 1-34 岡崎センタービル
0564-77-9601
受付 18:00～17:00 定休日/日・祝日

つくる46

くつきりハッキリ手元
30 cm のクラフト講座

ハスの花がプラモデルの好きな方を作ってみました。ご家族での参加も大歓迎。
7/30(火) 10:00～11:30/19:00～20:30
8/6(火) 10:00～11:30
8/31(土) 18:00～19:30

■会場：自分のお店 (スキウラメガネ) ■材料費：800 円 (ハス紙、ライト等) / 1,000 円前後 (プラモデル付) ■講師：尾崎圭子、市川敬亮、杉浦文子 ■定員：各 6 名 ■対象：小学生以上

したくや縁 /BE@NSWORK/ スキウラメガネ

岡崎市康生通東 2-15
0564-21-1072(スキウラメガネ)
受付 19:30～18:00 定休日/火 第 1・3 水

まなぶ49

健康寿命を延ばすための
リフォーム講座

定年後安心して暮らすリフォームについてお話させていただきます。
8/2(金) 10:00～12:00

■会場：せきさいホール 集客室 102 ■持ち物：筆記用具 ■講師：永谷政孝 ■定員：15 組

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
0564-64-7005
受付 19:00～18:00 定休日/火

まなぶ50

新時代の相続対策

「分ける・譲る・残す」が非常に困難な日本の税制から相続手続きの流れまで全体像をつまようお話します。
8/10(土)・19(月) 10:00～12:00

■会場：せきさいホール 集客室 102 (8/10)・集客室 101 (8/19) ■持ち物：筆記用具 ■講師：久世孝孝 ■定員：各 5 組

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
0564-64-7005
受付 19:00～18:00 定休日/火

まなぶ51

退職金の管理法

退職金の使い方によって老後の暮らしは大きく変わります。しっかりと管理し楽しい老後を目指しましょう。
8/7(水)・31(土) 10:00～12:00

■会場：せきさいホール 集客室 102(8/7)・集客室 202 (8/31) ■持ち物：筆記用具 ■講師：三例義典 ■定員：各 5 組

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
0564-64-7005
受付 19:00～18:00 定休日/火

まなぶ61

相続登記義務化と
家族信託

9・3・0～相続登記義務化セミナー
1・1・0～家族信託入門セミナー
8/20(火) 9:30～10:30/11:00～12:00

■会場：りふら 会議室 103 ■持ち物：筆記用具 ■講師：池田千恵 ■定員：各 20 名

池田千恵司法書士事務所

岡崎市羽根町字池 6-1 K Nビル 2 0 2 号
0564-54-6330
受付 19:00～18:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ62

新 NISA の疑問に
お答えします。

今年から始まった新 NISA。成長投資枠、つみたて投資枠について誤解の無いよう説明します。
7/30(火)・8/1(木)・8(木)・29(木)・9/6(金) 14:00～15:00
8/15(木)・20(火) 10:00～11:00

■会場：自分のお店 ■持ち物：筆記用具 ■講師：近藤隆 金原朋香 ■定員：各 4 名

いちよし証券

岡崎市明大寺町 1-34 岡崎センタービル
0564-77-9601
受付 18:00～17:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ63

届いてますか？
あなたの葬、その情報。

IT 業界歴 20 年のプロが教える、伝えたい手紙に見てもらえる SNS 投稿、ホームページ P R のコツを伝授
7/30(火)・8/6(火)・20(火)・27(火) 19:00～20:30

■会場：自分のお店 ■持ち物：ご自身のスマホ or ノート PC ■講師：市川敬亮 ■定員：各 2 組 (4 名まで)

BE@NSWORK

岡崎市佐島通 1-26
0564-21-6033
受付 19:00～18:00 定休日/日・祝日

まなぶ64

いざという時に
あわてない災害食

普段の食事の支度の仕方でもっとの災害にあってもあわてない食材の保存や調理法をご案内します。
8/10(土)・16(金)・22(木)・25(日)・31(土) 13:30～14:30

■会場：自分のお店 ■材料費：200 円 (食材料) ■持ち物：筆記用具、メス機能など ■講師：伊藤子 ■定員：各 4 名

サラダ館明大寺店

岡崎市明大寺町 2-6
0564-28-6252
受付 17:00～18:00 定休日/水

まなぶ65

ペンでなぞる写経体験

ペンや鉛筆で正信偈の本をなぞり書きます。お茶を飲みながらの解説や質問の時間もあつきます。椅子席です。
7/28(日) 15:00～16:20
8/5(月) 10:00～11:20/15:00～16:20

■会場：興運寺 本堂 (写経) ■材料費：600 円 (テキスト付) ※2 回目以降でテキスト持参の方には無料。 ■持ち物：筆記用具、テキスト (2 回目以降の方) ■講師：佐々木祐恵 ■定員：各 6 名

興運寺

岡崎市竜井町 2-34
090-4400-6338
受付 19:00～17:00 定休日/不定休

まなぶ66

行ってもあとなる鹿児島・
桜島の話

薩摩おごじが絵本や写真を使って鹿児島や桜島の魅力についてお話します。旅行に行った気分になりませんか？
9/3(火) 10:30～11:45/14:00～15:15

■会場：自分のお店 ■講師：安室喜 (ひとごきや) ■定員：各 5 名

スキウラメガネ

岡崎市康生通東 2-15
0564-21-1072
受付 19:30～18:00 定休日/火 第 1・3 水

まなぶ52

DIY でできる
レングラワーク講座

DIY でできるレングラを使った花壇づくりやアプローチづくりを伝授！お気軽にご参加ください。
8/30(金)・31(土) 10:00～11:00

■会場：せきさいホール 集客室 101 ■持ち物：筆記用具 ■講師：星野公也 ■定員：各 10 名 (1 組 2 名迄)

岡崎製材 (株) リビングスタイルハウス

岡崎市戸崎元町 4-1
0564-51-7700
受付 19:00～18:00 定休日/火

まなぶ53

人生 100 年時代の新常識
家族信託とは

介護、療養などの親のお金の問題を先送りにしないために家族信託を利用する方が急増！専門家が解説します。
8/17(土)・22(木) 14:00～15:30

■会場：市民会館 中会議室 A ■講師：家族信託専門士 ■定員：各 5 組

家族信託相談センター愛知

岡崎市戸崎元町 1-1
0564-47-8558
受付 19:00～17:00 定休日/水・祝日

まなぶ54

健康寿命 UP 一緒に歌を
歌って見ませんか？

皆さんのリクエストをその場で頂き、懐かしい歌や青春の歌をみんなで歌いませんか？
7/30(火)・8/20(火) 10:30～11:30
8/1(木)・31(土)・8(木)・16(金)・27(火)・29(木)・31(土) 13:30～14:30

■会場：せきさいホール 集客室 203 ■材料費：歌譜カード等 300 円 ■持ち物：お茶、必要に応じて紙等 ■講師：都築卓子 ■定員：各 7 名

歌声サークル趣味の会

岡崎市次町字石ヶ崎 68-1
090-1239-1913
受付 19:00～17:00 定休日/なし

まなぶ67

現役時代の方へ
お手元メガネ体験会

細かい字を見た時「ん？」となることはありませんか？そんな時は「お手元メガネ」。活用法をお伝えします。
8/11(日)・12(日)・9/1(日)・2(月) 10:30～11:30/13:30～14:30

■会場：自分のお店 ■持ち物：お使いのメガネ (あれば) ■講師：杉浦文子 ■定員：各 1 名または 1 組

スキウラメガネ

岡崎市康生通東 2-15
0564-21-1072
受付 19:30～18:00 定休日/火 第 1・3 水

まなぶ68

お盆のむかえかた。

初盆で、どうやってむかえるの？
8/2(金)・7(水) 10:00～11:00

■会場：自分のお店 ■講師：堀川義次 ■定員：各 5 名

株式会社、愛知屋仏壇本舗

岡崎市能見通 1-81
0564-21-3341
受付 19:30～18:00 定休日/火

まなぶ69

元気の出る
古い体験コーナー

古い体験は親子でも 1 人参加 OK です。知りたいこと相性、結婚相手、通婚、健康、運氣、タロット、手相など一つ
8/2(金)・30(金)・31(土) 9:15～10:15/
10:30～11:30/11:45～12:45
8/23(金) 9:15～10:15/10:30～11:30
■会場：りふら 集客室 102A(8/2、8/30) スタジオ 5(8/23、8/31) ■材料費：5,500 円 (健康ドリンク代) ■持ち物：筆記用具 ■講師：林ひかる ■定員：各 5 名 ■対象：親子、1 人参加歓迎好きな方

山幸不動産

岡崎市中国町宇宮前 35
090-2181-6703
受付 19:00～18:00 定休日/不定休

まなぶ70

元気の出る占い
あなたの近況は？

学生さんでまだ進路の決まっていな方？仕事について、合っているのかしら？将来何が合っているのか？
8/30(金)・16(金) 9:15～10:15/
10:30～11:30/11:45～12:45
■会場：りふら 会議室 102A(8/9) 会議室 102B(8/16) ■材料費：5,500 円 (健康ドリンク代) ■持ち物：筆記用具 ■講師：林ひかる ■定員：各 5 名 ■対象：親子でも 1 人参加大丈夫です。

山幸不動産

岡崎市中国町宇宮前 35
090-2181-6703
受付 19:00～18:00 定休日/不定休

まなぶ71

水彩のえんぴつを
初めて使ってみよう！

「水彩色鉛筆」を使ってイラストを楽しむ描いてみましょう！やさしくレクチャーイいたします。
8/5(月) 13:00～14:30/15:30～17:00

■会場：自分のお店 ■材料費：500 円 (テキスト、用紙代) ■講師：スズキエミ ■定員：各 5 名 ■対象：小学生以上

ペンズアレイ タケウチ

岡崎市材木町 36
0564-21-0864
受付 11:30～18:00 定休日/木

まなぶ72

愛知教育大学附属岡崎
小学校の教育と入試

愛知教育大学附属岡崎小学校がどのような学校なのか？入試はどのように行われているか、お話します。
8/27(火)・29(木)・30(金)・31(土)・9/3(火)・5(木)・6(金)・7(土) 10:30～12:30

■会場：自分のお店 ■定員：各 3 組 6 名 ■対象：受験をお考えの保護者さま

チャイルド・アイズ 岡崎南校

岡崎市康生通東 1-21 みどりやビル 2 階
0564-66-0322 受付 7/23(火) 14 時～
受付 14:00～18:00 定休日/日・月・祝日

まなぶ73

備えて安心！いづかなる
喪主の心得

大切な方のまさかの時に慌てないよう、葬儀までの流れや心得をお伝えします。ご夫婦ご家族のご参加大歓迎！
8/4(日)・12(月)・9/1(日) 10:00～11:30

■会場：甲山園楽の間 ■材料費：500 円 (テキスト代) ■持ち物：筆記用具 ■講師：尾崎圭子 ■定員：各 5 名

したくや縁

岡崎市美合町字小豆坂 56-1
090-4156-7624(おしたく中は電話応答不可。後ほど折り返します。)
受付 19:00～18:00 定休日/不定休

まなぶ74

仲人歴 25 年のプロが
話す「婚活」

婚活についての疑問や悩み、お話しください。婚活の始め方や交際の進め方など基本的な事も。
8/4(日) 14:00～15:30
8/24(土) 14:00～15:30/19:00～20:30
8/25(日) 14:00～15:30

■会場：自分のお店 ■材料費：500 円 (テキスト、用紙代) ■講師：小倉とみ子 ■定員：各 1 名または 1 グループ

小倉結婚相談所

岡崎市材木町 2-60 エムワイビル 2F
0564-65-5220
受付 19:00～21:00 定休日/火・水

まなぶ75

シニアのための
脳トレピアノ

1 本指からピアノを始めませんか？
8/13(火) 13:30～14:30/15:00～16:00

■会場：市民会館 リーサル 3 号室 ■材料費：300 円 (楽譜代) ■持ち物：筆記用具 ■講師：相馬和子 ■定員：各 6 名 ■対象：60 歳以上

ピアノガーデン

岡崎市北野町二番町 116
090-4790-4707
受付 18:00～15:00 定休日/日・火

まなぶ76

株主優待と新 NISA を
活用した資産運用

インフレに負けない資産運用と今やるべき対策を一緒に考え、お金に働いてもらいましょう！
7/30(火)・8/6(火) 11:30～15:00
8/10(土) 10:00～11:30

■会場：自分のお店 ■講師：関口崇徳、高橋崇孝 ■定員：各 20 名

野村證券 岡崎支店

岡崎市康生通西 2-11
QR コードよりお申込み
定休日/土・日・祝日

まなぶ77

インフレ・物価上昇から
資産を守るヒント

昨今、大きな話題となっている物価上昇。現状と解決のヒントをわかりやすくお話しします！
7/28(日) 10:00～11:30
8/10(土)・20(火) 13:30～15:00

■会場：自分のお店 ■講師：神田江美子、石川真央、澤口恵美 ■定員：各 20 名

野村證券 岡崎支店

岡崎市康生通西 2-11
QR コードよりお申込み
定休日/土・日・祝日

まなぶ78

ドルってどうなの？為替
のプロが徹底解説！

30 年の経験を持つ元為替ディーラーが、ドルを持つことの魅力を伝えます。インフレに備えるヒントがここに！
8/8(木) 10:00～11:30/13:30～15:00
8/23(金) 13:30～15:00

■会場：自分のお店 ■講師：河野文彦、石川真央、土岐聡一郎、泉佳奈子 ■定員：各 20 名

野村證券 岡崎支店

岡崎市康生通西 2-11
QR コードよりお申込み
定休日/土・日・祝日

まなぶ79

税理士と一緒に考える！
初めての相続税対策

税理士がいざという時の予備知識をお話します。ご自身、ご親族に照らし合わせ一緒に考えてみましょう！
8/2(金) 13:30～15:00
8/9(金) 10:00～11:30/13:30～15:00

■会場：自分のお店 ■講師：廣瀬京子、菅澤友美、鈴木聖代、伊藤晴子 ■定員：各 20 名

野村證券 岡崎支店

岡崎市康生通西 2-11
QR コードよりお申込み
定休日/土・日・祝日

まなぶ80

なんだ！不動産も野村證
券でいんだ。

三井リアルティ、住友不動産、積水ハウスの店長が、不動産活用のポイントをわかりやすくお話しします！
7/28(日)・8/5(月)・21(火) 13:30～15:00

■会場：自分のお店 ■講師：神田江美子、藤口恵美、古閑直規 ■定員：各 20 名

野村證券 岡崎支店

岡崎市康生通西 2-11
QR コードよりお申込み
定休日/土・日・祝日

まなぶ81

ボックスショップって
何？

ボックスショップとは？チャレンジしたい方？手作りが好きな方？様々なお悩みにお答えします(^^)
7/29(月)・8/10(土)・18(日) 10:00～11:00

■会場：自分のお店 ■講師：ボックスショップスタッフ ■定員：各 7 名

ボックスショップ 岡崎

岡崎市康生通東 1-21
QR コードよりお申込み
定休日/水

まなぶ82

深層心理がわかる心理学

18 年の実績がある、心理学サロン。アットホームな環境で自分をみつめてみませんか？
8/1(木)・2(金)・20(火)・24(土) 10:00～11:30
8/8(木) 13:30～14:30

■会場：りふら 会議室 102B(8/1、8/2) 会議室 102A(8/8) 会議室 201 (8/20) 和室 (8/24) ■材料費：300 円 (用紙紙、クレヨン、ペン) ■持ち物：筆記用具 ■講師：堀田裕司 ■定員：各 6 名 ■対象：大人

魅 RAKU 流

岡崎市羽根町東荒子 82 番地 2 階
090-7308-0944
受付 17:00～21:00 定休日/不定休

まなぶ83

自分自身の本質を知る
『マヤ暦』ミニ講座

持って生まれたエネルギーを知る事で、それぞれの特性が解って、自分らしく生きて行くヒントが見つかります！
7/30(火)・9/5(木) 14:00～15:30
8/16(金) 10:00～11:30
8/29(木) 10:00～11:30/14:00～15:30

■会場：自分のお店 ■講師：津口恵美、藤原可美、古閑直規 ■定員：各 20 名

野村證券 岡崎支店

岡崎市康生通西 2-11
QR コードよりお申込み
定休日/土・日・祝日

まなぶ84

将来商売を考えている方
必見！お店の始め方！

活動の場が欲しい！いざお店を持ってみよう！様々なお悩みにお答えします(^^)空き店舗舗散策付！
9/7(土) 10:00～11:30、14:00～15:30

■会場：自分のお店 ■講師：ボックスショップスタッフ ■定員：各 4 名

ボックスショップ 岡崎

愛知岡崎岡崎康生通東 1-21
0564-21-0985
受付 10:00～18:30 定休日/水

まなぶ55

知っておきたい！相続・年金・税金のお話

残された愛する家族のために知っておきたいことがあります。3 名の士業のお話しに耳を傾けてみませんか？
8/18(日)・9/1(日) 10:30～12:00/
14:00～15:30

■会場：市民会館 中会議室 B ■講師：行政書士坂口・社会保険労務士桑原・税理士横岩 ■定員：各 10 名

行政書士坂口・社会保険労務士桑原・税理士横岩

岡崎市津町字葉師 6 番地 10
090-4186-7679(担当者 坂口)
受付 19:00～17:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ56

初めての補聴器体験

補聴器の役割や種類についてご説明いたします。補聴器体験も出来ますので、お気軽にご参加ください。
7/28(日)・8/12(月) 14:00～15:00

■会場：自分のお店 ■持ち物：筆記用具 ■講師：小幡百合 ■定員：各 2 名

あいち補聴器センター

岡崎市次町 69
0564-24-4733 FAX 0564-64-0433
受付 19:00～17:00 定休日/水

まなぶ57

空き家の片付け・処分と活用はこれ！

空き家をさっぱり片付ける！得する売り方・活用方法などあなたに合った空き家の対策をお伝えします。
9/1(日) 10:30～11:30

■会場：りふら 会議室 101 ■講師：小幡百合 ■定員：20 名

株式会社小幡建設

岡崎市津町字新城 121-1
0564-45-2910
受付 19:00～18:00 定休日/水・木

つくる43

ちょっと早いクリスマス
キャンドル作り

クリスマスに飾れる、灯せる、可愛いキャンドル。今年は自分で作ったキャンドルに火を灯しませんか？
7/30(火)・8/31(水)・8/1(木)
10:30～12:00/15:00～16:30

■会場：自分のお店 ■材料費：500 円 (キャンドル材料)
■持ち物：エプロン ■講師：星野嘉子 ■定員：各 3 名

キャンドルハウス Lintu (リントゥ)

岡崎市若宮町 2-69-1
090-1233-6105
受付 19:00～17:00 定休日/不定休

つくる44

環境にもやさしいバスボムを作ろう

好きなアロマの香りでバスボムを作りましょう。
環境のことも学べるプチ実験あり！
7/28(日)・8/7(水)・17(土) 10:00～11:00

■会場：市民会館 小会議室 A(7/28)・小会議室 B(8/7、8/17) ■材料費：200 円 (バスボム材料) ■持ち物：エプロン (必要の方) ■講師：宮田由紀 ■定員：各 6 名 ■対象：小学生までは保護者同伴

gratias(グラティアス)

岡崎市真伝吉祥 2-12-20
0564-21-4487
受付 11:00～18:00 定休日/不定休

つくる45

お香の講座・金運アップ
お財布香作り

数種類の天然の香原料を調べてお金の居場所を整える「お財布のための香焼」を作ります
7/31(水)・8/7(水)・22(木) 13:00～14:00
8/17(土) 10:00～11:00/11:00～12:00

■会場：市民会館 小会議室 B (8/22)・小会議室 A (その他の日) ■材料費：1,100 円 (お香の材料) ■講師：渡辺利子 ■定員：各 8 名

石屋のあすか

岡崎市小呂町新志 5-40
090-3455-0684 FAX 0564-25-2745
受付 19:00～18:00 定休日/日・祝日

まなぶ58

リフォーム補助金 200 万
で節電！快適！

どうしたら補助金ももらえるの？どれくらい節電できるの？快適性は？
実例を写真で詳しくご紹介致します。
9/1(日) 14:00～15:00

■会場：りふら 会議室 101 ■講師：小幡百合 ■定員：20 名

小幡リフォーム (小幡建設)

岡崎市岩津町字新城 121-1
090-45-2910
受付 19:00～18:00 定休日/水・木

まなぶ59

終活セミナー・そろそろ
終活始めませんか？

葬儀、お墓、お片付け、遺品整理…何から手を付けたらいいの？終活の無いよう説明します。
7/31(水)・8/1(木)・8(木)・29(木)・9/6(金) 15:00～16:00
8/17(土) 14:00～15:00

■会場：市民会館 小会議室 B (8/22)・小会議室 A (その他の日) ■持ち物：筆記用具 ■講師：渡辺利子 ■定員：各 8 名

石屋のあすか

岡崎市小呂町新志 5-40(石の公園園地) ■講師：近藤隆 金原朋香 ■定員：各 4 名

いちよし証券

岡崎市明大寺町 1-34 岡崎センタービル
0564-77-9601
受付 18:00～17:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ60

お墓どうする？お墓専門
の終活講座

子や孫に迷惑をかけたくない。遠くにあるお墓…後悔しない墓じまい。今どきのお墓事情をお話します。
7/31(水)・8/7(水)・22(木) 14:00～15:00
8/17(土) 13:00～14:00

■会場：市民会館 小会議室 B (8/22)・小会議室 A (その他の日) ■講師：渡辺利子 ■定員：各 2 名

石屋のあすか

岡崎市小呂町新志 5-40(石の公園園地) ■講師：近藤隆 金原朋香 ■定員：各 4 名

いちよし証券

岡崎市明大寺町 1-34 岡崎センタービル
0564-77-9601
受付 18:00～17:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ61

相続登記義務化と
家族信託

9・3・0～相続登記義務化セミナー
1・1・0～家族信託入門セミナー
8/20(火) 9:30～10:30/11:00～12:00

■会場：りふら 会議室 103 ■持ち物：筆記用具 ■講師：池田千恵 ■定員：各 20 名

池田千恵司法書士事務所

岡崎市羽根町字池 6-1 K Nビル 2 0 2 号
0564-54-6330
受付 19:00～18:00 定休日/土・日・祝日

まなぶ62

新 NISA の疑問に
お答えします。

今年から始まった新 N