

まちゼミ

第36回

開催期間

岡崎まちゼミ

得する街のゼミナール

2020.9/17(木)~10/31(土)

受講料無料
全100講座

※講座によっては異なる場合があります。ご注意ください。

安心して受講して頂くために、お店からの販売・勧誘はありません。

※講座によっては異なる場合があります。ご注意ください。

受講料無料
全100講座

「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！

お申し込みの手順

各講座の詳細はチラシをご覧ください

①ゼミを選ぶ

チラシを見て受講したい講座をお選びください。

②お店へ直接申し込む

受けたい講座のお店へ「まちゼミの申し込みです」とお電話ください。

③参加する

時間、場所をお間違えのないようにご参加ください。

このアイコンのある講座がオンライン講座です。

グーグルマイマップで参加店の検索ができます

QRコードを読み込んでください。

新型コロナウイルス感染予防対策

入場の際は消毒をお願いします

マスクを着用しましょう

発熱のある方は入場はご遠慮ください

安心・安全

講師店の予防対策

マスクを着用しています

定期的に消毒をしています

換気をしています

まなぶ073 withコロナ 免疫って何？高めるには？

免疫力を高める方法や下げる原因、自宅でできる対処法を健康管理士がお伝えします。(体験有り)

9月20日(日)・10月4日(日)・31日(土)

10:00~11:30/14:00~15:30

10月3日(土)16:00~17:30/18:00~19:30

会場：市民会館 リーサル控室3(9/20)、リーサル控室2(10/3、10/4、10/31)

講師：鈴木利夫 持ち物：運動のできる服装、タオル 定員：各4名 対象：小学生以上

カイトプラクティクToshi Tosh

岡崎市六甲町字三ツ岩57

TEL 090-5873-0003

受付/10:00~19:00 定休日/不定休

まなぶ074 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をいたします。

9月21日(月)・10月13日(火)

10:00~11:30/14:00~15:30

会場：市民会館 中会議室B

講師：優秀A級カイロプラクター 加納純正 定員：各4名

カイトプラクティク光輝 岡崎病院

岡崎市井田町字西田35

TEL 0564-65-2580

受付/10:00~21:00 定休日/日

まなぶ075 お子さんの姿勢は大丈夫？

良い姿勢で集中力が上がり成績up。子供さんと一緒に出来る運動を覚えて帰って来ませんか？骨盤調整します。

9月30日(木)・10月17日(土)

10:00~17:00

会場：市民会館 リーサル控室2(9/30)、小会議室A(10/17)

講師：片桐真理子 定員：各6名 持ち物：フェイスタオル

カイトプラクティクにこり

岡崎市百々西町16-2

TEL 0564-24-5496 FAX 0564-24-5496

受付/10:00~20:00 定休日/不定休

まなぶ076 認知症にそなえて安心「家族信託」入門講座

家族の介護療養でお金に困らないための「家族信託」の仕組み、活用事例を専門家がやさしく解説します。

9月27日(日)・10月6日(火)

13:30~15:00

10月17日(土) 10:00~11:30

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

岡崎市湖町字西五位里1-1

TEL 0564-47-8558

受付/9:00~18:00 定休日/水・祝

まなぶ081 初めての補聴器体験～試聴もできます～

補聴器の役割や種類についてご説明します。試聴体験もできますので、お気軽にご参加ください。

9月18日(金)・19日(土)・20日(日)

14:00~15:00

会場：自分のお店 持ち物：筆記用具

講師：天野慎一・近藤若菜 定員：各2名または1組

株式会社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

受付/10:00~17:00 定休日/水

まなぶ082 空き家は困るが役に立つ！解決策はこれの3つ

コロナで生じた空き家時間について、空き家の片付けをしますか？個々に合った空き家対策を伝授します！

9月26日(土)

10:00~11:00

会場：りぶら 102A 持ち物：筆記用具

講師：小橋彬 定員：各10名

株小橋建設・岩津の不動産屋

岡崎市岩津町宇新町121-1

TEL 0564-45-2910

受付/9:00~18:00 定休日/水

まなぶ083 エアコン1台で年中快適「コロナ対策の家」

エアコン1台で24時間冷暖房の家。3密に耐えつつ換気が十分にできる安心で！後日見学が可能です！

9月26日(土)

11:00~12:00

会場：りぶら 102A 持ち物：筆記用具

講師：小橋彬 定員：各10名

株小橋建設

岡崎市岩津町宇新町121-1

TEL 0564-45-2910

受付/9:00~18:00 定休日/水

まなぶ084 楽しい！まち歩き＆お店巡り観光ツアー

話題のタウン誌を片手にお店巡り。まちの楽しみ方を観光ツアー体験！再発見できます。まちゼミプチ体験！

9月22日(火)・10月11日(日)

10:00~11:30

会場：まちなか会議室(旧まざりん) みどりや2階

講師：松井一彦とまちゼミ店主 定員：各4名

(株)まちづくり岡崎

岡崎市康生通東1-21

TEL 0564-21-0985

受付/10:00~18:30 定休日/水

まなぶ085 元気なうちに知っておきたい相続の事

突然の相続で慌てないように、知っておきたい相続の手続きの流れ、相続税を分かりやすくお伝えします。

10月3日(土)・7日(水)・12日(月)

10:00~11:30

会場：市民会館 中会議室A 持ち物：筆記用具

講師：木下佐代乃 定員：各15名

木下佐代乃行政書士・税理士事務所

岡崎市桂2丁目6-4

TEL 0564-83-7890

受付/9:00~17:30 定休日/土・日・祝日

まなぶ086 知って安心!! 障害年金ゼミナール

障害年金って知っていますか？今年専門士が複雑な障害年金のしくみを楽しくわかりやすくお話しします！

9月19日(土)14:00~15:30

9月27日(日)10:30~12:00/14:00~15:30

会場：市民会館 小会議室B(9/19)、小会議室A(9/27) 持ち物：筆記用具

講師：桑原佐利・坂口晶子 定員：各6名 対象：20代~65歳未満の男女

桑原社会保険労務士事務所/坂口社会保険労務士事務所

岡崎市速町字新築路6番地10

TEL 090-4186-7679

受付/9:00~19:00 定休日/土・日・祝

まなぶ087 今からでも遅くない！メルカリデビュー!!

捨てる前にちょっと待って、それ売れるかも！フリマアプリ、メルカリにチャレンジしてみませんか！

9月23日(木)・30日(木)・10月11日(日)

10:30~11:30/13:30~14:30

会場：自分のお店 持ち物：ご自分のスマートフォン

講師：康隆 定員：各2名 対象：メルカリを始めてみたい方

サザン館明大寺店

岡崎市明大寺町24-2

TEL 0564-28-6252

受付/10:00~18:00 定休日/水

まなぶ088 ガーデンコンサート

秋の庭、色づく木々の中でのミニコンサートです。観しやすいつ曲や優しい音色でリラックスしてください。

10月11日(日)・18日(日)14:00~15:00

10月23日(木)・29日(火)・27日(日)は除く

9月25日(木)~10月1日(土) 10:30~12:30

会場：自分のお店 対象：附属小学校に興味のある方・受験をお考えの方

講師：中村素子 定員：各10名くらい

中村素子ピアノ教室

岡崎市康生通東1-21 みどりやビル2F

TEL 0564-66-0322

受付/14:00~18:00 定休日/日・祝 受付は9月14日(月)14:00より

NEW 001 正しい姿勢で免疫力アップ

姿勢の専門家がおあなたの身体の痛みや内臓不調などの原因を根本から解決！講座・体験あり！

9月20日(日)

10:00~11:00/14:00~15:00

10月18日(日) 19:00~20:00

会場：りぶら 和室 対象：15~60歳の方

講師：杉浦由紀 定員：各3名 持ち物：メモ

KCSセンター おかざき

岡崎市宮地町東町8-1

TEL 0564-73-4523

受付/10:00~17:00 定休日/水・木・日

NEW 002 目で、美人みせテクニック？

まゆげ、アイメイクの仕方など。

9月25日(金)・30日(木)・10月5日(月)・9日(金)

10月15日(木)・22日(木)・26日(月)・27日(火)

13:30~14:00

10月1日(木)・24日(木)・8日(木)・21日(木)

10月30日・11日 10:00~11:30

会場：オンラインまちゼミ 持ち物：普段使いのメイク品

講師：佐藤美奈・牧清子 定員：各10名 対象：女性

POLAセラフィLien

岡崎市羽根町字池下46-5

TEL 0564-47-8720

受付/10:00~20:00 定休日/日・祝

NEW 003 セルフマッサージでお顔スッキリ？

POLA独自のエステの手技を取り入れた簡単ステップです。この機会に一緒にキレイになりましょう。

9月18日(金)・28日(月)・29日(火)

10月6日(火)・16日(金)・21日(水) 13:30~14:00

9月23日(木)・24日(木)・10月5日(月)・15日(木)

22日(木)・26日(月)・27日(火) 10:00~10:30

会場：オンラインまちゼミ 持ち物：動きやすい服装・飲み物・ヨガマット・タオル

講師：サトミ・ミズノ 定員：各10名 対象：女性 限定 20-70代まで。

TOKYOZA 岡崎スタジオ

岡崎市松本町1-34 安宝ビル3F

TEL 080-5290-7926

受付/10:00~21:00 定休日/不定休

NEW 004 リフレッシュヨガ

心も身体もリフレッシュできるヨガクラス。ヨガが初めての方も安心して参加できます。

9月18日(金)・25日(金)・10月2日(金)・9日(金)

12:00~13:00

会場：自分のお店 持ち物：動きやすい服装・飲み物・ヨガマット・タオル

講師：サトミ・ミズノ 定員：各10名 対象：女性 限定 20-70代まで。

TOKYOZA 岡崎スタジオ

岡崎市松本町1-34 安宝ビル3F

TEL 080-5290-7926

受付/10:00~21:00 定休日/不定休

オンライン 017 **初級 ご自宅で簡単! 時計宝石の取扱い講座**

時計や宝石の保管や扱い方。ご自宅でできる、簡単なメンテナンス方法やお困りごとを含めたオンライン相談会を行います。
9月25日(金) 11:00~12:00

■会場: オンラインまちゼミ ■定員: 4名
■講師: 佐谷 菜

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

オンライン 018 **今からでも遅くない!! メルカリデビュー!!**

捨てる前にちょっと待って、それ売れるかも! プリマアプリ、メルカリにチャレンしてませんか!
9月27日(日)・10月7日(水)・25日(日) 18:00~19:00

■会場: オンラインまちゼミ ■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
受付/10:00~18:00 定休日/水

オンライン 019 **元気の出る占い、占いの好きな方集まれ。**

占いの好きな方、こんなこと教えてと質問できる!。ひとつの。オンライン苦手な方連絡して下さい。
9月18日(金)・10月21日(水) 10:00~11:00/11:30~12:30
9月30日(火)・10月16日(金) 13:00~14:00/14:30~15:30

■会場: オンラインまちゼミ ■講師: 林ひかる ■定員: 各4名 ■対象: オンライン講座できる方

山幸不動産
岡崎市中国町宮前35
TEL 090-2181-6703
受付/10:00~19:00 定休日/不定休

オンライン 020 **初めてのオンライン「メイクレッスン」**

オンラインが初めての方でも安心して体験できる「貴女に合ったメイク法」をアドバイザーいたします(^^)
9月20日(日)・10月17日(土) 18:30~19:30

■会場: オンラインまちゼミ ■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
受付/10:00~18:30 定休日/水

健康 045 **目で見ても実感 血流測定**

あなたの血流が当店の測定器でリアルに確認。機械に指をのせるだけで。血流改善のコツも学べます。
10月8日(木)・12月(月)・21日(水)・30日(金) 13:00~15:00

■会場: 自分のお店 ■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
受付/9:00~20:00 定休日/日・祝

健康 046 **歯ぐきに注目 健康な歯ぐきが一番**

歯ぐきブラシ(スマートボインター)を使ったお口のケアで歯ぐきのやな症状をとりましょう!
9月17日(木)・24日(木)・10月8日(木)・18日(日) 13:30~15:00

■会場: りぶら 102A (9/17・24)・102B (10/8)・103 (10/18)
■講師: 清水康行 ■定員: 各7名 ■材料費: 1,200円(スマートボインター、資料代)

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

健康 047 **やってみよう スパイラルテピング!**

メタリストも使用しているスパイラルテープを自分で貼って、バランスを整えてスポーツ日常生活を快適に。
9月26日(土)・10月3日(土) 13:30~14:30

■会場: 自分のお店 ■持ち物: 軽装でおこしください ■材料費: 300円(テープ代金)

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

健康 048 **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」。この機会にチェックしてみませんか? 食生活を見直してあげてください。
10月23日(金) 13:30~14:00/14:30~15:00/15:30~16:00
10月24日(土)・26日(月) 11:00~11:30/13:30~14:00/14:30~15:00/15:30~16:00

■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名又は1組

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

オンライン 021 **初めてのオンライン「美容カウンセリング」**

オンラインが初めての方でも安心して体験できる。お肌の悩み、きれいにする為のご相談をアドバイスします。
10月4日(日)・17日(土) 10:30~11:30/14:30~15:30

■会場: オンラインまちゼミ ■講師: 松井 ■定員: 各3名 ■対象: 女性

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

オンライン 022 **薬膳ってなあに?**

薬膳って身体に良いの? 素人な質問にお答えしながら薬膳のイロハを学びましょう!
10月2日(金)・3日(土) 10:00~11:00/13:00~14:00/20:00~21:00

■会場: オンラインまちゼミ ■講師: 宮島幸江 ■定員: 各8名
■対象: 薬膳に興味のある方

みやーずキッチンスタジオ
岡崎市明大寺本町2丁目2-2 株MYAビルC
TEL 0564-77-2279
受付/10:00~17:00 定休日/月・日・祝

きれい 023 **自分に似合うカラー判定 &秋メイクレッスン**

自分に似合う色が何かは分かっていない人が多いかも。色彩学的にアドバイス! もっと輝く顔になれる
10月17日(土)・18日(日)・21日(水) 10:00~11:30/13:00~14:30/15:00~16:30

■会場: 市民会館控室2(10/17)・控室1(10/18)・中会議室B(10/21) ■定員: 各3名
■講師: 中井 幸 ■持ち物: 筆記用具・メイク道具(黒・白) ■材料費: 500円(メイク道具・服装等) ■対象: 女性

Beauty studio color
岡崎市稲垣町8丁目190-1 第一三興ビル401
TEL 090-9662-4801
受付/10:00~20:00 定休日/水・第1・3・4日

きれい 024 **まゆげを変えて スッキリ見せよう!**

まゆげを整えてスッキリ顔に見ませんか?? ない!まゆげと一緒に書いてみましょう!
9月17日(木)・10月13日(火)・31日(土) 10:00~11:30
9月22日(火)・10月1日(木) 14:00~15:30

■会場: りぶら 102B (9/17・9/22・10/13)・102A (10/1)・10/31
■講師: 池田若菜 ■定員: 各4名

NAIKA
岡崎市土井町藤ノ木乙-1
TEL 090-2577-5279
受付/9:00~18:00 定休日/不定休

健康 049 **肩、腰、膝、首肩、猫背の症状が1度で改善**

触れて揺らするとスッキリ顔に見ませんか? 肩、首、猫背はトントン療法で改善
9月20日(日)・10月9日(金) 10:00~11:30

■会場: りぶら 会議室 102A ■持ち物: タオル・動きやすい服装 ■材料費: 300円(オイル、資料代)
■講師: 高宮文治 ■定員: 各4名

高宮治療整体
岡崎市西大寺町宇津花35-3
TEL 0564-31-0986
受付/9:00~18:00 定休日/水

健康 050 **TV、看護テキストで紹介の「撫でるケア」**

(病気で不安を抱えている人、体へ) オキシシンゲンと体を包みます。 スキューン発祥のタッチケア。
9月29日(火)・10月1日(木)・15日(木) 10:00~11:30/13:00~14:30
10月22日(木) 13:00~14:30

■会場: 岡山県 青葉の間 ■持ち物: マスク・タオル2枚・飲み物 ■材料費: 300円(オイル、資料代)
■講師: 宮島幸江 ■定員: 各2名 ■対象: 各々、うつ等病気を抱えている女性

タクト・ル・ケア【おん】
岡崎市宇野町山44
TEL 080-3615-5622 FAX 0564-31-4965
受付/9:30~20:30 定休日/不定休

健康 051 **気ままに薬膳茶話会**

薬膳を通して、秋に起こりやすい身体のトラブルについて学びましょう!(薬膳茶葉子付)
9月18日(金) 10:00~11:00/13:00~14:00
10:00~11:30/13:00~14:30
9月19日(土) 14:00~15:00/16:00~17:00/18:00~19:00

■会場: 自分のお店 ■持ち物: 筆記用具 ■対象: 薬膳に興味のある方
■講師: 宮島幸江 ■定員: 各3~4名 ■材料費: 300円(テキスト・薬膳茶・薬膳茶子付)

みやーずキッチンスタジオ
岡崎市明大寺本町2丁目2-2 株MYAビルC
TEL 0564-77-2279
受付/10:00~17:00 定休日/月・日・祝

つくる 052 **万年筆入門講座 (万年筆を組み立てよう)**

部品からご自分で組み立てていただく。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」
10月13日(火)・14日(水) 17:00~18:30

■会場: 自分のお店 ■持ち物: 古い万年筆洗浄します ■定員: 各4名
■講師: 竹内さよ ■材料費: 1,000円(万年筆キット代) ■対象: 中学生以上

PEN'S ALLEY Takeuchi
岡崎市鶴田町36
TEL 0564-21-0864
受付/11:00~19:00 定休日/木

きれい 025 **簡単体操で O脚・外反母趾改善**

O脚・外反母趾の起こる原因と対策を、紐解き、施術します。
10月18日(日) 13:30~16:30

■会場: りぶら 3階和室 ■持ち物: タオル・靴下 ■講師: 伊藤雅夫 ■定員: 4名 ■対象: 女性

いとー健向院
岡崎市宇野町東山1-79
TEL 0564-32-3111
受付/9:00~20:00 定休日/水・日 受付は9月17日(木)より

きれい 026 **化粧のプロが教える まゆ毛整え講座**

自宅で誰でも簡単にまゆ毛を整える方法をプロがレクチャー。ちょっとコツを覚えるだけで、びくびくするくらい印象が変わりますよ。
10月13日(火) 10:00~11:30

■会場: 自分のお店 ■講師: 山口すみ ■定員: 各5名
■対象: 山口市

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

きれい 027 **奇跡の化石珊瑚 ランタナリー講座**

NASAの宇宙飛行士も使っている「奇跡の化石珊瑚」で美白&エネルギーチャージ体験!
9月19日(土)・10月20日(火) 9:30~11:30
10月2日(火) 18:30~20:30
10月8日(木) 13:30~15:30

■会場: りぶら 103 ■持ち物: フェイスタオル1枚 ■材料費: 300円(材料等)
■講師: 大井・加藤 ■持ち物: タオル・動きやすい服装 ■対象: 18歳以上の女性

しずくや
岡崎市八幡北町27-2 江山ビル1階
TEL 0564-64-4570
受付/9:00~18:00 定休日/第1・3土・日・祝

きれい 028 **小顔整体でほうれい線、たるみ、シワを解決**

小顔効果、美肌効果、リフトアップ効果がプチ整形と同じ様に顔が引き締まって若返る。
9月27日(日) 10:00~11:30
10月13日(火)・15日(木) 14:00~15:30

■会場: りぶら 会議室 102A (9/27・10/15)・会議室 102B (10/13) ■定員: 各4名
■講師: 高宮文治 ■持ち物: タオル・動きやすい服装 ■対象: 18歳以上の女性

高宮治療整体
岡崎市西大寺町宇津花35-3
TEL 0564-31-0986
受付/9:00~18:00 定休日/水

つくる 053 **はじめての水引細工**

日々の伝統「水引細工」を楽しく作ませんか?初心者でも安心。心を込めて、結びましょう!
10月9日(金)・16日(日) 13:00~14:30

■会場: 自分のお店 ■材料費: 300円(水引代)
■講師: 吉田恵 ■定員: 各4名 ■対象: 中学生以上

PEN'S ALLEY Takeuchi
岡崎市鶴田町36
TEL 0564-21-0864
受付/11:00~19:00 定休日/木

つくる 054 **天然白檀、アロマを 使った癒しのお香づくり**

家族を愛した香。伝統的な和のお香とハーブの香りでもフレッシュ! お子様の参加もお待ちしております。
10月4日(日)・24日(土)・25日(日) 13:00~14:30/15:00~16:30

■会場: 市民会館 小会議室AまたはB ■材料費: 1,000円(お香の材料)
■講師: 渡辺明子 ■定員: 各6名

石屋のあすか
岡崎市小島町宇野町5-40 石の公園園地
TEL 090-3455-0684
受付/9:00~18:00 定休日/日・祝

つくる 055 **糸かき曼荼羅を 作りませんか?**

身近にある糸や紐を使って意心に返ってぐるぐる書いて見ませんか?
9月29日(火)・10月6日(火)・22日(木) 10:00~11:30/13:30~15:00

■会場: りぶら 会議室 101 (9/2)・会議室 102B (10/6) 会議室 302 (10/22)
■講師: 尾崎幸子 ■定員: 各4名 ■材料費: 1,000円(資料、糸、ピンチ済み紙代) ■対象: 各5名

糸かき曼荼羅趣味の会
岡崎市明大寺本町2丁目2-2 株MYAビルC
TEL 090-1239-1913
受付/9:00~17:00 定休日/土・日・祝

つくる 056 **世界で一つの 置き時計を作ろう**

置き時計の文字盤作製をしていただきます。好きな絵などを描いて世界に一つの置き時計を作ります!
9月19日(土) 10:30~12:00
9月20日(日) 13:30~15:00

■会場: 自分のお店 ■持ち物: 描くのに必要なもの(色鉛筆など) ■講師: 佐谷 菜 ■定員: 各4名 ■材料費: 1,000円(置き時計部材)

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

きれい 029 **コロナ太り改善 ダイエット講座**

嵐ごもりのおかげで太って悩んでいる方、元気のむくみがある方、簡単にできる運動をお伝えします!
10月4日(日)・16日(金) 10:00~11:30/14:00~15:30

■会場: 市民会館 中会議室A (10/4)・小会議室A (10/16)
■講師: 渡辺ひとみ ■定員: 各4名 ■持ち物: フェイスタオル・動きやすい服装

トータルケアサロンひとみ
岡崎市細川町南戸35-1
TEL 080-5132-7508
受付/9:00~18:00 定休日/不定休

きれい 030 **5歳若返りメイクレッスン**

見た目年齢はいつだって若々しくと思いませんか?75歳若々しく見せる顔メイク方法をお伝えします!
9月25日(金)・10月14日(木)・31日(土) 13:30~15:00/15:00~16:30
10月3日(土) 10:00~11:30

■会場: 市民会館1階ホール(9/25)・1階ホール3(10/3)・中会議室A (10/31)
■講師: 渡辺ひとみ ■持ち物: フェイスタオル・卓上鏡 ■材料費: 500円(メイク用品) ■定員: 各3名 ■対象: 女性

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

きれい 031 **顔タイプ診断で分かる 貴女を上げる服**

顔タイプ診断士が、貴女のタイプを診断し、推しワンピースを選びます。
10月13日(火)・15日(木) 9:00~10:30/10:30~12:00

■会場: 自分のお店 ■講師: 大井・加藤 ■定員: 各2名 ■対象: 女性

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

きれい 032 **自分でできる 眉描きレッスン会**

お客様自身にて、眉がきれいに描けるようになるレッスンです。カクカクしない描き方、左右の整え方を。
9月17日(木)・19日(土)・22日(火)・10月18日(日) 10月3日(火)・15日(木)・10日(土) 15:00~16:00/17:00~18:00

■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
TEL 0564-21-0985
受付/10:00~18:30 定休日/水

つくる 057 **韓国伝統工芸を 体験してみませんか?**

韓国伝統工芸家のパッチワーク(ボジャキ)のモビールを製作します。
9月23日(木)・26日(土)・30日(水) 10月3日(火)・7日(木)・10日(土) 10:00~12:00/13:00~15:00

■会場: 自分のお店 ■材料費: 500円(布・糸等のキット)
■講師: 鳥居恵子 他2名 ■定員: 各4名 ■対象: 高校生以上

画廊「是」
岡崎市鶴田町2-15
TEL 080-6811-9844
受付/10:00~17:30 定休日/不定休

つくる 058 **ボールペンで 動物イラストを描こう**

身近な動物がボールペンを使って難しい事を考えず、楽しく自由に動物イラストを描きます。
9月18日(金) 10:00~12:00

■会場: 自分のお店 ■講師: 深澤和泉 ■定員: 5名

彩雲堂
岡崎市康生通南1-17
TEL 0564-21-4844
受付/9:30~20:00(火・日・祝は19:00まで) 定休日/月

つくる 059 **魅惑と安らぎのアロマセラピー講座**

免疫力を高め、ストレスを整えるアロマ入門講座。オリジナルブレンドで2種類のクラフトを作ります!
9月19日(土) 13:30~15:00/16:00~17:30/19:00~20:30
9月28日(月) 10:00~11:30
10月1日(木) 10:00~11:30

■会場: りぶら 103 ■持ち物: 筆記用具 ■定員: 各4名
■講師: 柴田千代 ■材料費: 800円(クラフト2種材料費)

しずくや
岡崎市八幡北町27-2 江山ビル1階
TEL 0564-64-4571
受付/9:00~18:00 定休日/第1・3土・日・祝

つくる 060 **まちゼミde ハスワーク®**

韓国の専用の紙でミニサイズのハスをひとつ作りませう。全10色から好きな色をお水を組み合わせて作れます。
9月29日(火)・10月13日(火) 10:00~11:30

■会場: 自分のお店 ■材料費: 1,000円(ハス紙代)
■講師: 尾崎幸子・杉浦文子 ■定員: 各2名

スギウラメガネ
岡崎市美合町小豆坂56-1(したや緑)/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)
受付/9:30~18:15 定休日/火・第1・3水

きれい 033 **自分でできる プチ若返りセルフエステ**

最新の美容機器を使い、リフトアップと高保湿をお伝えします! スムースアップ特別セット付付き(^^)
9月18日(金)・21日(月)・24日(木)・10月24日(土) 10:30~12:00/13:30~15:00/15:30~17:00

■会場: 自分のお店 ■材料費: 1,000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 FAX 0564-25-2496
受付/10:00~18:30 定休日/水

きれい 034 **自分でできる 「おうちマッサージ」体験**

とっておきの、おうちでできる若返りマッサージをお伝えします! スムースアップ特別セット付付き(^^)
10月5日(日)・24日(木)・10月14日(土) 10:30~11:30/13:30~14:30
15:00~16:00/16:30~17:30

■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
TEL 0564-21-0985 FAX 0564-25-2496
受付/10:00~18:30 定休日/水

きれい 035 **簡単若返り! 初めてのおしゃれウィッグ**

色々なカラーを気軽に試すチャンスです。若々しく自然にかかぶるウィッグ、あなたに似合うカラーをお伝えします。
9月18日(金)・19日(土)・21日(月)・22日(火) 10月5日(日)・25日(金)・10月6日(火) 10:30~12:00

■会場: La Himawari (うみわたり) 連込2-15 ■持ち物: ブラシ(お直しが必要な方のみ)
■講師: 太田 純子 ■定員: 各2名 ■対象: 18歳以上の女性

美来BEAUTE(みらいボーテ)
岡崎市戸崎町宇津田39
TEL 0564-64-6403
受付/10:00~17:00 定休日/不定休

きれい 036 **安心安全の 大満足エステ**

コロナ対策万全、安心安全の某ランキングエステ部門3年連続No.1メナード エステを体験してみませんか?
9月18日(金)・19日(土)・21日(月)・22日(火) 10月5日(日)・25日(金)・10月6日(火) 10:30~12:00

■会場: 自分のお店 ■持ち物: コンタクトの方はケース・洗浄液 ■材料費: 2,200円(化粧品代)
■講師: 杉浦雅子&スタッフ ■定員: 各1名もしくはペア2名 ■対象: 20歳以上

メナードフェイシャルサロンビューアオリティ伝馬
岡崎市伝馬通5-34
TEL 0564-21-4376
受付/10:00~18:00 定休日/日・祝

つくる 061 **開運数秘 アロマ香水講座**

数秘はピタゴラスが発案した貴方の運命数。貴方を癒し高める数秘と同じ波動の香水を創ります。
9月17日(木) 10:30~11:30/13:00~14:00/14:30~15:30/16:00~17:00

■会場: 自分のお店 ■材料費: 1,000円(オイル代等)
■講師: 天野めぐみ ■定員: 各1名

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

まなぶ 062 **高校生が教える スマホ講座**

現役高校生がスマホの使い方を個別でレクチャーします。「やり方がよくわからない」を解決しましょう。
9月24日(木) 10:00~11:00/13:00~14:00/15:00~16:00

■会場: 自分のお店 ■持ち物: スマートフォン ■講師: KTCおそら高等学院生徒 ■定員: 各3名

KTCおそら高等学院岡崎キャンパス
岡崎市明大寺町宇津田19-13 山七東岡崎ビル1F
TEL 090-525-0022
受付/9:00~18:00 定休日/第1土・日・祝

まなぶ 063 **シリウスからの メッセージ**

ここからただを癒し時代の流れに乗っていくヒーリングワーク。明るく柔らかな意識の整え方を伝えます。
9月24日(木)・30日(火) 13:30~14:30/15:30~16:30
9月25日(金) 13:30~14:30/15:30~16:30/19:00~20:00

■会場: 市民会館 小会議室B ■講師: 柴田千代 ■定員: 原則各4名

Sinfoniaシンフォニア
岡崎市八幡北町27-2 江山ビル1階
TEL 090-9197-4570
受付/9:00~18:00 定休日/第1・3土・日・祝

まなぶ 064 **幸せになる「お墓参り・供養」の方法**

お墓参りを承継するって大変ですよね。プロ仕様のお墓掃除のコツや正しい「墓じまい」の供養の方法をお話します。
10月3日(土) 10:00~11:30/13:00~14:30/15:00~16:30

■会場: 市民会館 小会議室AまたはB ■持ち物: 筆記用具 ■講師: 渡辺明子 ■定員: 各6名

石屋のあすか
岡崎市小島町宇野町5-40 石の公園園地
TEL 090-3455-0684
受付/9:00~18:00 定休日/日・祝

健康 037 **すっきり軽い ふくらはぎに変身**

ちょっとしたことで疲れたためないほっそり脚になるセルフマッサージ*希望者はフットマッサージ体験付
10月18日(日) 9:30~10:30/11:00~12:00/12:30~13:30
14:00~15:00/15:30~16:30

■会場: 市民会館 小会議室B ■持ち物: ひざ下が出せる服装 ■対象: 女性
■講師: 渡辺ひとみ ■定員: 各1組(定員まで) ■材料費: 500円(ローション代)

gratias(グレイシアス)
岡崎市真伝吉2-12-20
TEL 090-9171-4487
受付/10:00~18:00 定休日/不定休

健康 038 **誰でもできる「美腸ヨガ」**

腸を整えて、便秘・冷え性・肩こり・不眠・ストレスを解消し、自ら免疫力を高める体験をしてみませんか?
10月1日(木)・6日(火)・13日(火)・15日(木) 14:30~16:00
10月11日(日) 10:30~12:00

■会場: 自分のお店 ■持ち物: 動きやすい服装 ■講師: 磯部真枝 ■定員: 各3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
受付/10:00~20:00 定休日/月・祝

健康 039 **自分で行う頭皮ケア**

ご自分でローションを頭皮に入れてもらい毛皮をキレイにしていきます。髪の毛のボリューム、ツヤ、体調良し!
9月29日(火)・10月7日(木)・10日(土) 13:30~15:00
10月3日(土) 13:30~15:00/15:00~16:30
10月24日(土)・26日(月) 10:00~11:30

■会場: 市民会館 小会議室A (9/29・10/10)・小会議室B (10/3・8・24・26)
■講師: 井上 純子 ■材料費: 800円(ローション代) ■持ち物: タオル3枚 ■定員: 各4名

one's heart
岡崎市日名西町2-3 クリイティYSK405
TEL 090-3303-3815
受付/9:00~18:00 定休日/日

健康 040 **ガチガチの背中を ゆるめませんか♪**

首肩・肩こり・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験トレーニング
10月9日(金)・30日(金) 10:00~11:30/14:00~15:30
10月15日(木) 14:00~15:30
10月23日(火) 19:00~20:30

■会場: 市民会館 小会議室B (10/9)・りぶら101 (10/15)・市民会館 小会議室A (10/23・30)
■講師: 板倉圭子 ■定員: 各3名 ■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
岡崎市真伝吉瑞境37-61
TEL 0564-54-6330
受付/9:00~20:00 定休日/不定休

まなぶ 065 **家族信託で親の 老後対策を!**

認知症による預金凍結や実家の空き家対策に、家族信託をご紹介します!
9月27日(日) 10:00~11:30
10月18日(日) 13:30~15:00

■会場: りぶら 103 (9/27)・302 (10/18) ■持ち物: 筆記用具 ■講師: 天野めぐみ ■定員: 各10名

池田千恵司法書士事務所
岡崎市羽津町字池田6番地 KNビル202号
TEL 0564-54-6330
受付/9:00~18:00 定休日/土・日・祝 9月14日(月)より

まなぶ 066 **カラダがスッと軽くなる 1分瞑想のすすめ**

慢性的なコリや痛みは辛いですが! いっつでもどこでもできる1分間の瞑想を、最新の瞑想法を楽しく学びましょう!
9月24日(木) 10:00~11:00/13:00~14:0