

まちゼミ

店主に学ぶ **得する街のゼミナール**

第6回 **しばたまちゼミ**

健康 美容 作る 食べる その他
全10講座

開催期間 3月1日月～3月31日水

受講者大募集!



2月19日(金)受講受付スタート! お申込は各店へ!

ご注意ください

- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- 申込は各店舗の受付時間内をお願いします。
- 申込初日は電話が混み合っている可能性がありますのでご了承ください。
- 受講対象者が限定されている講座もありますのでご注意ください。
- 講座によっては受講時に必要な準備物がありますのでご確認ください。
- 小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いします。

1 選ぶ
チラシの内容をよく見て講座をお選びください。

2 申込
受けたい講座のお店へ直接電話でお申込みください。
● 「まちゼミ」申込みですと声をかけてください。
● 受講内容や持ち物、材料費など詳細もお気軽に問い合せください。

3 当日
時間・場所をお間違えないようご参加ください。

受講料無料
・ 内容によって材料費がかかるものもあります。材料費は講座当日に各店でお支払いください。
・ キャンセルは材料費を頂戴する場合がありますのでご了承ください。

「まちゼミ」とは?
お店の人が講師となって、専門店ならではの知識や情報・コツを無料で教える、少人数制のミニ講座です。
安心して受講していただくため、お店からの販売は一切ありません!

1 作 **スタンドグラスでMy写真立てを作ろう!**
MAISON DE Marucho
新発田市大手町1-2-18
3月13日(土) 13:00～15:00
3月20日(土) 13:00～15:00
3月27日(土) 13:00～15:00
季節の絵はがきなどを飾る素敵なスタンドグラスの写真立てを作ります。ぜひご参加ください。
● 会場 / MAISON DE Marucho ● 参加費 / 1,500円(材料費)
● 講師 / 大森、安藤 ● 持ち物 / エプロン、汚れてもいい服
● 定員 / 2名(中学生以上)

2 作 **板金折り紙教室「カブトを作ろう!!」**
(株)椎谷板金工業
新発田市切梅618
3月12日(金)・3月13日(土)
3月26日(金)・3月27日(土)
13:30～15:30
銅板葺きの道具を使って5月の節句にぴったりのカブトを作ります。屋根や外壁、採光のご相談もお気軽にどうぞ!
● 会場 / 椎谷板金工業 ● 参加費 / 500円(材料及び加工代)
● 講師 / 椎谷・池田 ● 定員 / 8名(小学生以上) ● 持ち物 / 手袋・内履き

3 食 **いつものお茶をワンランクアップ**
お茶の松屋
新発田市中央町3-6-15
3月21日(日) 14:00～15:00
3月28日(日) 14:00～15:00
ちょっとしたコツで、いつものお茶をおいしくいれることができる!
● 会場 / お茶の松屋 ● 定員 / 2名
● 講師 / 飯沼龍平 ● 参加費 / 無料

4 食 **南米・アフリカ・アジア世界のコーヒー飲み比べ**
Stone Wood Cafe
新発田市新富町1-1-3
3月3日(水) 14:30～15:30
3月17日(水) 14:30～15:30
専門店では選ぶのが難しい、と思っている方へ! 普段当店で扱っていない世界のコーヒーもご紹介いたします!!
● 会場 / Stone Wood Cafe ● 講師 / 松永渉
● 参加費 / 300円(コーヒー豆代) ● 定員 / 5名

5 美 **ソニックエステで5年前の私に!**
山尾薬店
新発田市住吉町1-8-1
月曜日～日曜日、毎日します
10:00～16:00
1講座 約1時間
毎日受付けています。お一人様1時間でエステ体験が出来ます。お気軽にお電話下さい。
● 会場 / 山尾薬店 ● 参加費 / 550円(エステ体験)
● 講師 / 見田・鈴木・内山 ● 定員 / 1時間1名(成人女性)

6 美 **炭酸筋膜エステで美肌体験(1講座60分(エステ40分))**
マリープラチーナ(株)
新発田市小舟町1-2-15
3月1日(日)・4日(水)・9日(水)・12日(土)・17日(水)・22日(土)・25日(水) 10:00～13:00
肌診断機で現在のお肌の状態を確認し、高濃度炭酸パックと筋膜リリースを融合させた独自のエステが体験できます。(国家資格者監修エステです)
● 会場 / マリープラチーナ ● 定員 / 1名(女性)
● 講師 / 小林千佳子 ● 参加費 / 500円

7 健 **ノルディックウォーク体験**
(有)浮惣福祉用具サービス
新発田市諏訪町2-4-27
3月13日(日) 11:00～12:00
二本のポールを使ってのウォーキングで、簡単にできる全身運動です。ぜひ体験してみてください。ポールウォーキングされている方もアドバイス致します。
● 会場 / 浮惣福祉用具サービス ● 定員 / 5名
● 講師 / 浮島丈宣 ● 参加費 / 無料

8 健 **腰痛には〇〇を押し!**
整体すった家
新発田市富塚町1-5-19
3月7日(日) 13:00～15:00
3月14日(日) 13:00～15:00
3月21日(日) 13:00～15:00
自分でできる体の改善方法を教えます。実際に施術を受けながら、自分の体で実験してみてください。
● 会場 / 整体すった家 ● 定員 / 3名
● 講師 / 鈴木健士 ● 参加費 / 無料

9 健 **運動するとカラダに良いこといっぱい!**
ボディメクススタジオ renovate
新発田市東新町1-9-10
3月7日(日) 13:30～14:30
3月15日(日) 10:00～11:00
3月21日(日) 13:30～14:30
健康のため、体型維持のために運動をしますが、カラダにとっても良いことばかりです。今回はいろいろな運動の良いことを説明します。
● 会場 / ボディメクススタジオ renovate ● 講師 / 更科聖太
● 定員 / 2名(18才以上) ● 参加費 / 無料

10 他 **全国47都道府県旅した話**
セキカワカナモノ
新発田市大手町1-1-1
3月10日(水) 11:00～12:00
全国旅した体験談をご紹介します。皆様と旅の体験を語り合う会です。一緒に妄想旅を楽しみましょう!
● 会場 / セキカワカナモノ ● 定員 / 5名
● 講師 / 新保裕也 ● 参加費 / 無料