

平成26年度 第2回



全24講座

お店の人が教えてくれる 得するまちの ゼミナール

受講者募集

開催期間

8/20(水)~9/20(土)

<http://www.oneseye.net/machizemi/>

「まちゼミ」って?

お店の人が講師となって、専門店ならではの専門知識や情報、コツを無料で教えてもらえる、まちの中のゼミナール、略して「まちゼミ」です!

共催：阿南まちゼミの会・阿南商工会議所・
株全国商店街支援センター
後援：阿南市 協賛：阿南信用金庫

受講料無料!

販売・勧誘はありません

※内容によっては材料費がかかるものもあります。

- 材料費は原則として講座当日に会場で徴収いたします。
- お申込後のキャンセルは、材料費をちょうだいする場合がありますのでご了承ください。

受講受付開始! 申込は各店へ

8/7(木)~

受付時間は店舗により異なります。記載の内容をご確認ください。

「まちゼミの申込です」とお電話ください。

- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- 申込は、各店の受付時間内をお願いします。
- 受講対象者が限定されている講座もあります。
- 各講座ともに申込の際に受講時の持ち物をご確認ください。
- 小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いします。

要予約

まちゼミ開催会場ご案内

徳島県オンリーワン補助事業

講座の色にご注目!
4つの種類に分かれています。

- きれい** 美容・きれいを追求する講座
- 健康** からだや健康についての講座
- 体験** つくったり、体験する講座
- 学ぶ** 知識や知恵を学ぶ講座



1 貴女に合った眉描き



お客様に似合った眉スタイリングのアドバイス、眉の色選びをお客様とお話しながらお教えいたします。

8/28(木) 11:00~11:40
9/7(日) 14:00~14:40
9/10(水) 15:00~15:40

- 会場:店舗内
- 定員:各回2名
- 対象:女性

サチ化粧品店
☎0884-22-1158
受付時間10:00~18:00 定休日:不定休

2 髪の毛のボリュームとヘアアレンジ



簡単にボリュームアップができる裏ワザと、簡単素敵なヘアアレンジをお教えます。

8/28(木) 14:00~15:00
9/3(水) 14:00~15:00
9/12(金) 15:00~16:00

- 会場:店舗内
- 定員:各回5名
- 持ち物:くし・ブラシ・ピン
- 対象:女性

パール美容室 講師:柳本和子
☎0884-22-2840
受付時間10:00~16:00 定休日:月曜・第1日曜

3 そして、綺麗に



食べない方が痩せると思っている方はいませんか?食べ方や座り方など日常のちょっとした動作を変えるだけで、無理なく心も身体も綺麗になります。

8/24(日) 14:00~15:30
9/2(火) 14:00~15:30
9/13(土) 14:00~15:30
☆年齢・性別問いません

- 会場:店舗内
- 定員:各回3名

お好みはうす樹樹 講師:酒井 陽
☎0884-22-8591
受付時間11:30~14:00 17:00~22:00 定休日:水曜

4 初めてのクレイセラピー



クレイってなに?見て触れて、パックも少しだけ、手の甲に乗せてみて、クレイを体験してみましょう!

8/26(火) 14:00~15:00
9/13(土) 14:00~15:00

- 会場:タブチ写真館
- 定員:各回3名
- 持ち物:ハンドタオル1枚・筆記用具
- 対象:20歳以上

アロマ&クレイ ペパーミント 講師:柳澤珠美
☎090-2890-4421 講師:柳澤珠美
受付時間8:00~18:00 定休日:不定休

5 50代からの若返りメイク



普段のメイクでお越し下さい!ちょっとしたアレンジで、キレイ&若さアップ!明日からのメイクがもっともっと楽しくなりますよ!

8/25(月) 13:00~14:30
9/1(月) 13:00~14:30

- 会場:店舗内
- 定員:各回4名
- 対象:50歳以上女性

(有)大津薬局駅前本店 講師:大津薬局スタッフ
☎0884-23-5536
受付時間10:00~19:00 定休日:正月3日間のみ

6 腰痛・肩こり予防に! 真向法体操



座ってできるストレッチング!!たった4つの動作で股関節が柔軟になり、若さが保たれる健康体操です。あなたもお気軽に参加してみませんか。

8/23(土) 11:00~12:00
9/15(月) 11:00~12:00
☆初心者・年配の方大歓迎

- 会場:店舗内
- 定員:各回10名
- 持ち物:体操のできる服装・タオル

ホテル石松 講師:杉本 勝
☎0884-22-0126
受付時間10:00~20:00 定休日:年中無休

7 骨盤矯正講座



身体のさまざまな不具合は骨盤のゆがみからきていることが多いものです。骨盤のゆがみの見つけ方や自分でできる矯正をわかりやすく解説します。

8/20(水) 13:00~14:30
8/24(日) 10:00~11:30

- 会場:院内
- 定員:各回4名
- 持ち物:軽装(スカート不可)

牛岐の森整骨院 講師:荒瀬陽一郎
☎0884-22-0338
受付時間9:00~20:00 定休日:水曜午後・日曜・祝日

8 輸入壁紙でインテリアパネルを作ろう



洗練された海外の美しい壁紙を使って、掛けても置いても素敵なインテリアパネルを作成します。

8/26(火) 10:30~12:00
13:30~15:00

- 会場:店舗内
- 定員:各回3名
- 材料費:1500円(ボードサイズ41×31)

San-ai 講師:吉積晶子
☎0884-22-1451
受付時間10:00~18:00 定休日:水曜

9 デジカメを使って子供をかわいく写しましょう

スマホ、デジカメを使って子供をかわいく写しましょう。自然の光で、おしゃべりに、やさしく写す裏技をアドバイスいたします。

●会場：店舗内
●定員：5名
●持ち物：自分のデジカメ又はスマホ

8/28(木) 13:00~14:30

講師：田淵裕子

☎0884-22-0030

受付時間9:00~19:00 定休日：水曜

10 スマートフォン体験してみよう!

気になるスマートフォン。私にも使えるのかな?とお考えの方に体験講座です。画面タッチや音声入力など実際に体験してみましよう。

●会場：店舗内 ●定員：各回5名

8/23(土) 8/27(水)
9/4(木) 9/12(金) 9/16(火)
10:00~11:00 15:00~16:00

auショップ阿南中央 講師：辰巳 聖

☎090-9775-2070

受付時間10:00~19:00 定休日：年中無休

11 印刷物をデザインしよう!

自分でチラシや名刺・パンフレットを作りたいけど、どうしたらよいかわからない人はいませんか?一緒に考えましょう。

●会場：店舗内 ●定員：2組

9/10(水) 10:30~11:30

米崎印刷(株) 講師：米崎 顕

☎0884-22-2247

受付時間8:30~17:00 定休日：日曜・祝日

12 紙バンドを使って簡単クラフト

細い紙のこよりをつなげてテープ状にした、紙バンドを使っての手芸です。まずは、小物からチャレンジしてみましよう。

●会場：店舗内 ●定員：5名
●材料費：1,000円
●持ち物：クラフト用はさみ・定規・メジャー

9/7(日) 13:00~15:00

太陽高速印刷(有) 講師：三原志保子

☎090-8287-8823

受付時間9:00~17:00 定休日：土曜・日曜・祝日

13 厚紙と布を使って作る、可愛い小物入れ♪

初めての方でも大丈夫!布の貼り方、ボンドの使い方のコツなど、一緒に作りながら楽しく学びましよう。

●会場：店舗内 ●定員：4名
●材料費：1,500円
●対象：小学生以下は保護者同伴

8/23(土) 8/24(日) 9/9(火)
10:30~12:00 13:30~15:00

フランススタイルのプリザーブドフラワー&カルトナージュ教室 BCBG(ベーセ・ページェ) 講師：吉積千代

☎080-3924-2541

受付時間10:00~18:00 定休日：不定休

14 心も体も元気になる!ベビーマッサージ体験

赤ちゃんは抱きしめられ、触れられ、親の愛をたっぷり受けとると心も体も健やかに成長します。子育てに必要な豆知識もお伝えします!

●会場：タブチ写真館 ●定員：親子5組
●持ち物：バスタオル1枚 赤ちゃんの飲み物(母乳OK)
●対象：親子(子供は0~1歳対象)

8/25(月) 10:00~11:00

Romaly(ロマリイ) 講師：金光梨佳子

☎090-9455-3937

受付時間 9:00~15:00 定休日：日曜

15 わが家でできる省エネ活動

今すぐ出来る省エネ!今すぐ使用電力5%OFF+電化製品の上手な使い方節電についてお話します。省エネについて一緒に考えましよう。

●会場：牛岐城趾館 ●定員：3~5名
●持ち物：筆記用具
●対象：子育て世代、ファミリー

9/6(土) 11:00~12:00

西野建設(株) 講師：石塚優希

☎0884-22-8100

受付時間9:00~18:00 定休日：水曜

16 家の排水をきれいにしよう!下水のあれこれ

あなたの家は下水道派?浄化槽派?一体どちらがいいの?どちらが得なの?きれいな水を未来の阿南に残すことを一緒に考えてみまいませんか?

●会場：光のまちステーションプラザ ●定員：5名又は3組

8/29(金) 10:30~11:30
9/3(水) 13:30~14:30
9/10(水) 16:00~17:00

(株)アズマ四国 講師：吉岡 誠

☎0884-44-5638

受付時間8:00~17:00 定休日：日曜・祝日

17 明日から使える札勘講座!

お札が早く読めると良いこといっぱい!基本を学べば誰でもできちゃいます。いろいろな場面でも活躍できること間違いなし。楽しく一緒に学びませんか?

●会場：店舗内 ●定員：4名

9/11(木) 10:30~11:30

阿南信用金庫 しんきん相談プラザ 講師：上田久子

☎0120-122-631

受付時間10:00~19:00 定休日：土曜・日曜・祝日

18 海外旅行ひとこと英会話

海外旅行の際、簡単な英語のフレーズで役に立つ。そんな英会話を覚えてみませんか?

●会場：店舗内 ●定員：6名
●材料費：514円
●持ち物：ノート・鉛筆・マーカー

9/20(土) 15:00~16:00

喜多旅行(株) 講師：喜多啓吉

☎090-6287-8810

受付時間9:00~18:00 定休日：日曜

19 楽しく、キレイに浴衣を着る方法

自分で浴衣を着てみたいと思いませんか?カントタンに着れる方法をお話します。初めての方でも大歓迎!!

●会場：店舗内 ●定員：各回3名
●持ち物：お手持ちの浴衣・帯・腰ひも2本(あればコーリンベルト1本前版)

9/6(土) 14:00~15:30
9/13(土) 14:00~15:30

(有)松屋呉服店 講師：柴山郁子

☎0884-23-0529

受付時間9:30~19:00 定休日：日曜

20 日本の伝統文化について

創業100年を超す老舗菓子店と文具店からの日本の伝統文化についてお話します。(お菓子とお茶のおもてなしもごさいます。)

●会場：紅葉屋店舗内 ●定員：5名

9/11(木) 14:00~15:00

(有)紅葉屋&(有)三村草切屋商店 講師：岡澤孝浩 三村 治

☎0884-22-0115

受付時間8:30~18:30 定休日：日曜・第3木曜

21 おいしい生ビールの飲み方

生ビールは居酒屋さんで飲むものと思っている方にご自宅でもおいしく飲む方法をお話いたします。※車でおこしは、ご遠慮下さい。

●会場：店舗内 ●定員：10名
●対象：20歳以上

8/22(金) 18:00~19:00

(有)あいや酒店 講師：阿井淳次

☎0884-22-0228

受付時間8:00~21:00 定休日：第1、第3日曜

22 時計の選び方とベルトのお手入れ方法

電波時計、ソーラー時計、何を選んでいいかわからない。素朴な疑問にお答えします。夏こそ清潔に。ベルトのお手入れと調整方法もお話します。

●会場：店舗内 ●定員：3名
●持ち物：金属バンドの腕時計(持っているなくても可)

8/21(木) 10:30~11:30
8/28(木) 10:30~11:30

(有)石川時計店 講師：小泉和代

☎0884-22-0342

受付時間9:00~19:00 定休日：日曜

23 お得な電気料金の話(オール電化・太陽光)

夜間の電気代が6割引きになり、毎月の電気代も更に10%OFFしてくれるオール電化の話と、話題の太陽光発電のお話を街の電器店が行います。

●会場：店舗内 ●定員：各回5名
●持ち物：筆記用具

8/23(土) 14:00~15:00
9/6(土) 10:00~11:00
9/13(土) 14:00~15:00

新居電器(有) 講師：新居正司

☎090-3186-3972

受付時間9:00~19:00 定休日：日曜

24 相続・遺言・なんでも相談会

相続・遺言が気になる方、どなたでもお気軽にお越しくださいませ。

●会場：店舗内 ●定員：30分につき1組

8/23(土) 10:00~15:30
9/6(土) 10:00~15:30
9/20(土) 10:00~15:30

ひまわり合同事務所 講師：平瀬正明 松浦 弘

☎0884-22-1257

受付時間8:30~17:00 定休日：土曜・日曜

まちゼミ講座カレンダー 8/20~9/20

講座の色にご注目! 4つの種類に分かれています。 きれい 健康 体験 学ぶ

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			8/20 7 骨盤矯正講座	21 22 時計の選び方とベルトのお手入れ方法	22 21 おいしい生ビールの飲み方	23 6 腰痛・肩こり予防に!真向法体操 10 スマートフォン 体験してみよう! 13 厚紙と布を使って作る、可愛い小物入れ♪ 23 お得な電気料金の話(オール電化・太陽光) 24 相続・遺言・なんでも相談会
24 3 そして、綺麗に 7 骨盤矯正講座 13 厚紙と布を使って作る、可愛い小物入れ♪	25 5 50代からの若返りメイク	26 4 初めてのクレイセラピー 8 輸入壁紙でインテリアパネルを作ろう	27 10 スマートフォン 体験してみよう!	28 1 貴女に合った眉描き 2 髪の毛のボリュームアップとヘアアレンジ 9 デジカメを使って子供をかわいく写しましょう 22 時計の選び方とベルトのお手入れ方法	29 16 家の排水をきれいにしよう!下水のあれこれ	30
31	9/1 5 50代からの若返りメイク	2 3 そして、綺麗に	3 2 髪の毛のボリュームアップとヘアアレンジ 16 家の排水をきれいにしよう!下水のあれこれ	4 10 スマートフォン 体験してみよう!	5	6 15 わが家でできる省エネ活動 19 楽しく、キレイに浴衣を着る方法 23 お得な電気料金の話(オール電化・太陽光) 24 相続・遺言・なんでも相談会
7 1 貴女に合った眉描き 12 紙バンドを使って簡単クラフト	8	9 13 厚紙と布を使って作る、可愛い小物入れ♪	10 1 貴女に合った眉描き 11 印刷物をデザインしよう! 16 家の排水をきれいにしよう!下水のあれこれ	11 17 明日から使える札勘講座! 20 日本の伝統文化について	12 2 髪の毛のボリュームアップとヘアアレンジ 10 スマートフォン 体験してみよう!	13 3 そして、綺麗に 4 初めてのクレイセラピー 19 楽しく、キレイに浴衣を着る方法 23 お得な電気料金の話(オール電化・太陽光)
14	15 6 腰痛・肩こり予防に!真向法体操	16 10 スマートフォン 体験してみよう!	17	18	19	20 18 海外旅行ひとこと英会話 24 相続・遺言・なんでも相談会