

かしわざき“まちゼミ”

第6回 かしわざき“まちゼミ”全46講座

開催期間 **4月27日(水)~6月12日(日)**

受付開始 **4月23日(土)より**

かしわざき“まちゼミ”に参加すると……

- 👑 手軽にプロの技術・裏技が学べます
- 👑 非日常の体験で楽しめます
- 👑 同じ興味を持つ人と交流できます

受講料
無料

※内容によっては
材料費がかかる
ものもあります。

去年はのべ970人の方が参加!

まちゼミって何?

お店の方が講師となって、プロならではの“コツ”や“知識”を無料で教えてくれる少人数のゼミ講座です。

楽しい講座がいっぱい!
中面をチェック!

きれい・健康



キレイになる・健康に過ごす知識や技術を学びます

食べる・飲む



おいしく飲食しながら、専門店の技術・知識を伝えます

学ぶ



各店の専門性を活かしたノウハウ・教養を学びます

申込方法

- 楽しく学ぶことが好きな方、お待ちしております
- 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

お申込は各店へ!

1 選ぶ

チラシの内容をよく見て講座をお選び下さい。



2 申し込み

受けたい講座のお店へ直接電話でお申込み下さい。

- 「まちゼミ申込です。」とお声をかけて下さい。
- 受講内容や持ち物、材料費、駐車場などの詳細もお気軽にお問い合わせ下さい。



3 当日

時間、場所をお間違のないようご参加下さい。



10 筋肉運動をして健康寿命をのばしませんか!



4月27日(水) 13:00~13:30, 13:30~14:00
 5月11日(水) 14:00~14:30, 14:30~15:00
 5月18日(水) 15:00~15:30, 15:30~16:00
 5月25日(水) 16:00~16:30
 6月1日(水)
 6月8日(水)

健康寿命とは? 介護を必要としない毎日が送れる事! 加齢と共に骨・関節・筋肉が動かさずくならない為に筋肉運動で大事な筋肉をキープ! 体の気になる部分に、ぶるぶるするパットをはり、寝ながら筋肉運動を体験しましょう。

●1回あたり定員 1人 13:00~16:30の間、お1人づつ30分

スプリーム 講師：植木 雄太

TEL 24-7872 所在地／ 柏崎市穂波町 1-33 予約受付時間：10:00~19:00 定休日：日・祝祭日

11 美肌と健康は腸が決め手 腸のことを学んで見ませんか



4月27日(水) 各10:30~11:30
 5月11日(水)
 5月25日(水)
 6月8日(水)

今! 「腸」の重要性が着目され「腸活」が話題になっています。知ってほしいのはっきり知らなかった「腸」の事、楽しく知識を学んでみませんか?

●対象 女性 ●1回あたり定員 3人 ●持ち物 筆記用具

NATUR 野ばら 講師：村山幸枝・浅賀紀子

TEL 24-8955 所在地／ 柏崎市東本町 2-5-5 予約受付時間：10:00~18:00 定休日：日曜日・月曜日

12 お顔のシワと栄養



5月12日(木) 各10:00~11:30
 5月19日(木)
 5月26日(木)

皮膚のシワが深くなる、ひどくなるということは、栄養がたりていないということです。栄養不足から老化が始まるということ、ご存知ですか?

●1回あたり定員 3人 ●持ち物 筆記用具

ノースカイプラクティック かしわざきみなみ 講師：山口しおみ 他

TEL 32-7300 所在地／ 柏崎市常盤台3-1 予約受付時間：9:30~17:00 定休日：日曜日

13 快眠のための寝具選びについて



5月12日(木) 各11:00~12:00
 5月21日(土)
 6月5日(日)

予防医学の見地から睡眠が注目されています。疲労の原因は眠りにあるかも! 快眠チェック、快眠の為のふとんと枕について考えてみませんか!

●1回あたり定員 4人

花田屋 講師：三宅 洋子

TEL 20-0038 所在地／ 柏崎市東本町1丁目15-5 フォンジエ1階 予約受付時間：10:00~18:00 定休日：なし

14 見る・ふれる・自分で読みとく!楽しいタロット



5月16日(月) 10:00~11:30 初参加
 5月16日(月) 18:30~20:00
 5月29日(日) 10:00~11:30

占い? いえ、マルセイユ・タロットは「心の鏡」となって隠れた想いを映し出します。実際にカードにふれながら自分の心を読み取っていきましょう。

●1回あたり定員 2人 ●持ち物 筆記用具

L'HERMITE BLEU ハーミットブルー 講師：青山あすか

TEL 090-2886-4344 所在地／ 柏崎市新田畑 11-30 予約受付時間：10:00~20:00 定休日：不定休

15 トップピースと増毛の2大体験会



5月17日(火) 14:00~15:00
 5月27日(金) 10:00~11:00
 6月1日(水) 10:00~11:00

つむじが割れる、ボリュームがなくなつづれる、白髪が気になる。見た感じとつけ心地を体験してみたい方へ、増毛とウィッグ専門の体験会です。

●1回あたり定員 5人 ●材料・教材費 500円 当日徴収

PIACERE やよい 講師：高橋桂太郎・砂塚幸代

TEL 23-5084 所在地／ 柏崎市土合 735 予約受付時間：9:00~17:00 定休日：月曜日・第1(火)・第3(日)

16 アロマスパ & 炭酸泉



4月27日(水) 13:00~14:00
 5月12日(木) 13:00~14:00
 5月24日(火) 10:00~11:00
 6月3日(金) 10:00~11:00

アロマ体験で疲れやストレスを解消!! 眠りスバに使うアロマの香りや効能を体験。炭酸の効果で毛穴の汚れを浮かし、臭いの元をなくします。

●1回あたり定員 3人 ●材料・教材費 500円 当日徴収

PIACERE やよい 講師：石田あかり・入沢明音

TEL 23-5084 所在地／ 柏崎市土合 735 予約受付時間：9:00~17:00 定休日：月曜日・第1(火)・第3(日)

17 実年齢より若く見える変身術



5月10日(火) 10:00~11:00
 5月20日(金) 13:00~14:00
 6月9日(木) 14:00~15:00

60歳70歳になっても誰でも見た目年齢を若く見えるようにできます。実際に参加された方は自分もこんなに変わるの! と驚かれています。

●対象 55歳以上の方限定 ●1回あたり定員 5人 ●材料・教材費 500円 当日徴収

PIACERE やよい 講師：吉川綾子・新貝麻友・横山八重子

TEL 23-5084 所在地／ 柏崎市土合 735 予約受付時間：9:00~17:00 定休日：月曜日・第1(火)・第3(日)

18 身体にやさしいナチュラルフード講座



5月14日(土) 各10:30~11:30
 5月15日(日)
 5月18日(水)

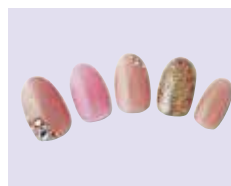
アレルギーの原因といわれる卵・乳製品・肉を控えた玄米菜食「マクロビオティック」入門編です。当日は自然の甘みスイーツをご紹介します。

●1回あたり定員 6人 ●持ち物 筆記用具 ●材料・教材費 100円(食材費) 当日徴収

ビューティーサロン悠遊 講師：與口 諭子

TEL 32-5539 所在地／ 柏崎市東本町 1-3-24 予約受付時間：10:00~18:00 定休日：日・月・祝祭日

19 ジェルネイル体験



4月28日(木) 各13:00~16:00
 5月1日(日) の間お1人づつ60分
 5月20日(金)
 6月3日(金)

毎回好評なジェルネイル体験です。爪をキレイにして女子力UPしましょう!! 初めての方にもぜひ体験していただけたらと思っています。

●対象 ワンカラーorグラデーション ●1回あたり定員 3人 ●材料・教材費 1,000円

美容室ラヴィ 講師：矢川 範子

TEL 21-3884 所在地／ 柏崎市新田畑 1-24 予約受付時間：10:00~15:00 定休日：月曜日・第1(火)・第3(日)

きれい 健康

1 肩コリ予防コンディショニング



5月19日(木)
5月24日(火) 各10:00~11:00
6月 8日(水)

「肩コリにならない身体」への第一歩。お家でできるコンディショニングをご紹介します。

- 1回あたり定員 6人
- その他 4月29日~5月5日は定休日となっております。

運動あそび塾 しらさん家 講師：田中 琴美

TEL 32-2075 所在地／ 柏崎市東本町 1-6-12 モーリエⅢ1F 予約受付時間：13:00~19:00 定休日：日・月

2 ISD個性心理学講座 ~楽しく自己分析~



4月29日(金) 14:00~15:00
5月 1日(日) 14:00~15:00
5月12日(木) 10:30~11:30
6月 2日(木) 10:30~11:30
6月11日(土) 10:30~11:30

自分の本質を知ることができる、自己分析シートを使って楽しく自分と向き合う講座です。生年月日が必要になりますので、予約の際にお知らせ下さい。

- 1回あたり定員 3人
- 材料・教材費 1000円(自己分析シート)当日徴収

Eclat エクラ 講師：西方万紀子

TEL 080-3256-6528 所在地／ 柏崎市豊町1-79第2ツトムハイツ103 予約受付時間：10:00~18:00 定休日：木・日・祝祭日

3 脳の若返り♪デトックスヘッドマッサージ講座



4月29日(金) 10:30~11:30
5月 1日(日) 10:30~11:30
5月12日(木) 14:00~15:00
6月 2日(木) 14:00~15:00
6月11日(土) 14:00~15:00

スリランカ産、アーユルヴェダーに基づいて、体内に蓄積された不要な老廃物を排出させます。ご自宅で簡単に毎日解毒するセルフケアをお伝えします。

- 1回あたり定員 3人
- 材料・教材費 500円(ハーブティ&オイル代)当日徴収

Eclat エクラ 講師：西方万紀子

TEL 080-3256-6528 所在地／ 柏崎市豊町1-79第2ツトムハイツ103 予約受付時間：10:00~18:00 定休日：木・日・祝祭日

4 5才若く見える眉描きレッスン♪



6月 2日(木)
6月 3日(金) 各10:00~11:00
6月 4日(土)

ボサボサ眉・タレ眉・切れ眉・薄眉貴女の眉を大変身。「なりたい眉」「スッキリ眉」に挑戦しませんか?

- 対象 女性
- 1回あたり定員 3人
- 持ち物 ご自分の眉手入れセット一式

エステイン み和 講師：栗原としえ

TEL 23-2908 所在地／ 柏崎市横山 2212-8 予約受付時間：平日9:00~15:00

5 『エアウィーヴ』寝心地体感会



5月12日(木)
5月13日(金) 各10:00~11:00
5月14日(土)

美と健康の為に質の高い眠りを追求した「ハイブリットエア」是非、寝て!見て!あなたの「心・技・体」を支える布団を探しませんか? 参加特典あります。

- 1回あたり定員 3人

エステイン み和 講師：栗原としえ

TEL 23-2908 所在地／ 柏崎市横山 2212-8 予約受付時間：平日9:00~15:00

6 健康は美姿勢から ~脱むくみで見ためも姿勢もお肌も若返り。~



5月 9日(月) 6月 6日(月)
5月16日(月) 6月11日(土)
5月23日(月) 各10:00~12:00
5月28日(土)

歪みを正して体も肌も若く美姿勢に!更に脱むくみで見ためも美肌と美ボディへ!男女共に見ためより若くステキに魅せたい&見られたいですよ?

- 対象 どなたでも
- 1回あたり定員 約5人

カイロプラクティック イリス柏崎 講師：内山篤 77歳女性カイロプラクター達

TEL 21-5199 所在地／ 柏崎市日吉町 9-5 1F 予約受付時間：10:00~19:00 定休日：日曜日(臨時休有)

7 五月晴れのもと一緒にポールウォーキングをしませんか?



5月16日(月) 10:30~12:00
5月17日(火) 10:30~12:00
5月19日(木) 10:30~12:00
5月21日(土) 13:30~15:00

日頃のウォーキングを更に効果をあげるポールウォーキング。膝や腰に負担がかからないポールを使って歩きましょう。

- 持ち物 歩きやすい靴・服装
- 1回あたり定員 10人
- その他 雨天中止

北野屋スポーツ 講師：遠藤 聡子

TEL 23-2345 所在地／ 柏崎市東本町 1-16-33 予約受付時間：10:00~19:00 定休日：期間中(5月)無

8 親子でヘアアクセサリ作り



5月 5日(木) 10:00~11:30
5月 5日(木) 13:00~14:30
5月 8日(日) 9:00~10:30
5月 8日(日) 11:00~12:30

親子でヘアゴムやヘアピンを作りませんか? 作った後は、ヘアアレンジも。※都合により4月25日(13:00~)より受付開始とさせていただきます。

- 対象 親子2組(小学生以上)
- 1回あたり定員 3人~4人
- 材料・教材費 1つ300円~

ココンフワット ヘアルーム 講師：渡辺 明子

TEL 28-0028 所在地／ 柏崎市幸町 8-20-201 予約受付時間：9:30~16:00(4/25以降) 定休日：日曜、その他

9 若見せメイクテクニック 第二弾



5月 3日(火) 各 10:00~11:00
5月19日(木) 各 13:30~14:30
6月 9日(木) 各 15:30~16:30

大好評第二弾!! あなたの目もと口もと眉の老けポイントをプロ直伝の簡単解決策で大変身

- 1回あたり定員 2人

サロン・ド・タケダ 講師：資生堂ビューティーアドバイザー

TEL 22-9323 所在地／ 柏崎市駅前2-3トリーロード一丸大柏崎店1F 予約受付時間：9:30~20:00 定休日：なし

29 初級編 お茶の種類と煎茶の淹れ方



5月12日(木) } 各 10:30~11:30
 5月14日(土) } 13:30~14:30
 5月12日(木) 19:30~20:30

お茶の種類を知る事は、おいしいお茶を楽しむ第一歩。急須を使ってお茶を淹れるポイントをお伝えします。

- 持ち物 筆記用具
- 1回あたり定員 6人
- 材料・教材費 300円(お茶・お菓子・テキスト代) 当日徴収

年頭屋茶舗

講師：増田 恵子

TEL 22-2293

所在地／
柏崎市半田 1-2-33

予約受付時間：9:00~18:00
定休日：水曜日

30 はじめての抹茶 美しく点てるコツ



5月23日(月) } 各 10:30~11:30
 5月29日(日) } 13:30~14:30
 5月23日(月) 19:30~20:30

おうちで気軽に抹茶を楽しみませんか。美しく点てるコツと豆知識をお伝えいたします。

- 持ち物 筆記用具
- 1回あたり定員 6人
- 材料・教材費 300円(抹茶・お菓子・テキスト代) 当日徴収

年頭屋茶舗

講師：増田 恵子

TEL 22-2293

所在地／
柏崎市半田 1-2-33

予約受付時間：9:00~18:00
定休日：水曜日



31 ガムテープで作るバッグ



5月 4日(水) } 各11:00~12:00
 5月11日(水) }
 5月18日(水) }
 5月25日(水)

カラフルなガムテープを使って簡単なバッグを作ります。

- 1回あたり定員 5人
- 材料・教材費 300円(ガムテープ代) 当日徴収

eぶんぐクリック

講師：北村 香織

TEL 21-4998

所在地／
柏崎市東本町 1-15-5 フォンジェ 2F

予約受付時間：13:00~17:00
定休日：なし

32 海遊びのプロ直伝! 柏崎の海の魅力と遊び方



5月 9日(月) 10:00~11:00

初参加

海の男二人が、ほとんど知られていない絶景の海域「福浦八景」を徹底解説。大人も子供も楽しめるシーカヤックとSUPの遊び方も教えます(陸上)

- 1回あたり定員 10人

小竹屋旅館

講師：坂堀耕一(ゲスト: DAIGO)

TEL 090-7407-5962

所在地／
柏崎市鯨波 2-3-6

予約受付時間：10:00~21:00
定休日：なし

33 ガラス屋の紅茶話



5月11日(水) } 各10:00~11:30
 5月12日(木) }
 6月 1日(水) }
 6月 2日(木)

ティーポットで紅茶をいれるコツ。意外と知らない器具といれかたの関係。フルーツティーを飲みながらどうぞ。

- 1回あたり定員 4人

硝子工房 クラフト・ユ一

講師：徳間 保則

TEL 21-4287

所在地／
柏崎市上田尻 951-26

予約受付時間：8:00~12:00
定休日：不定期

34 浴衣の種類 ~いろいろな浴衣~



5月10日(火) } 各10:30~12:00ごろ
 5月23日(月) }
 6月 8日(水)

比較的、身近で手を通す機会がある浴衣。この浴衣にも幾つかの種類があります。いろいろな浴衣について座談会形式で分かりやすくお話しします。

- 1回あたり定員 4~7人程度

きものと帯 三宅

講師：三宅 林子

TEL 22-3385

所在地／
柏崎市諏訪町4-8

予約受付時間：9:00~18:00
定休日：日曜日

35 写真をステキにデコレーションしてみよう!



5月19日(木) } 各10:00~11:30
 6月 7日(火)

引き出しに眠ったままの思い出の写真...撮った時の楽しかった気持ち・嬉しかった気持ちをカラフルなペーパーやポップで素敵に飾るコツ教えます!

- 1回あたり定員 4人
- 持ち物 切っても良い写真1~2枚
- 材料・教材費 500円(デコレーション素材費) 当日徴収

酒の新茶屋 & ぎゅらりいショップ BOR

講師：Rumy

TEL 26-2522

所在地／
柏崎市青海川 872

予約受付時間：10:00~18:00
定休日：水曜日

36 触ってみよう! 初めてのiPad



5月12日(木) 14:00~15:00
 5月13日(金) 10:30~11:30

話題のiPadでインターネットやカメラ、便利なアプリ等を楽しんで体験しましょう! 知って得するiPadの小技巧も紹介します。

- 1回あたり定員 4人

小林文英堂

講師：箕輪 徹

TEL 24-3360

所在地／
柏崎市西本町 2-2-11

予約受付時間：9:00~17:00
定休日：第2土曜日・日曜日・祝祭日

37 初めての絵てがみ



5月12日(木) 10:30~11:30
 5月13日(金) 14:00~15:00

下手でいい、下手がいい。季節のご挨拶、旅の思い出、心に浮かんだ言葉など自分の好きなものを自由に描いてみましょう。

- 1回あたり定員 5人

小林文英堂

講師：河端 郁子

TEL 24-3360

所在地／
柏崎市西本町 2-2-11

予約受付時間：9:00~17:00
定休日：第2土曜日・日曜日・祝祭日

20 貴女に合ったお顔のお手入れ、メイク勉強会



5月14日(土)
5月17日(火) 各10:00~11:30
5月26日(木)

春はお肌も敏感になり、いろいろなトラブルが起きやすくなります。お肌の免疫力を高めすこやかに！化粧品サンプルもプレゼント。

- 対象 女性
- 1回あたり定員 4人
- 持ち物 タオル1本
- 材料・教材費 500円

フルベール新橋販売店 講師：奈良澤正美

TEL 22-2245 所在地／ 柏崎市新橋 13-13 予約受付時間：7:00~20:00 定休日：日曜日・祝祭日

21 女子の髪育レッスン欲ばり講座



5月 5日(木)
5月19日(木) 各14:00~14:50
6月 2日(木)

シャンプーの正しい選び方、洗い方、乾かし方を実習。薄毛、透け毛でお悩みの方は発毛・育毛も実習します。

- 対象 女性
- 1回あたり定員 3人
- 材料・教材費 500円(実習品お持ち帰りいただきます。)

プリムボヌール 講師：新沢佳子・阿部恭子

TEL 0120-37-2082 所在地／ 柏崎市小倉町 11-17 予約受付時間：9:00~17:00 定休日：月曜日・第3日曜日

22 テレビCMのオーダーウィッグ無料体験



6月 8日(水) 各10:00~16:00
6月 9日(木) ※上記時間より1時間お申込みください。

自分にピッタリ！簡単！ふんわり！軽いウィッグで、CM女優モデルさんみたい。「悩みをキレイに」。オーダーウィッグを体験してみましよう。

- 定員 (1時間あたり) 1人

プリムボヌール 講師：スタッフ全員

TEL 0120-37-2082 所在地／ 柏崎市小倉町 11-17 予約受付時間：9:00~17:00 定休日：月曜日・第3日曜日

23 スタイルクラブ for you



5月 6日(金)
5月11日(水) 各13:30~14:15
5月20日(金)

マンネリ！いつも同じスタイルになっちゃうとお悩みなら、スタイルテクニックでスタイリングの幅を広げる練習をしましょう。

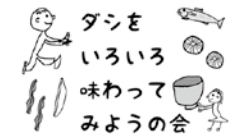
- 対象 女性
- 1回あたり定員 3人

プリムボヌール 講師：笹川佳子・太田豊子・本間千恵子

TEL 0120-37-2082 所在地／ 柏崎市小倉町 11-17 予約受付時間：9:00~17:00 定休日：月曜日・第3日曜日



24 ダシの体験会



5月11日(水) 6月 4日(土)
5月18日(水) 6月11日(土)
5月25日(水) 各10:30~11:30

乾物でとる「ダシ」はうま味が凝縮しています。代表的な乾物のダシの味の体験と、ダシの取り方、活用法についてお話しします。

- 1回あたり定員 4人
- 持ち物 筆記用具
- 材料・教材費 150円(材料資料費)当日徴収

今井商店 講師：若林奈穂子

TEL 23-0211 所在地／ 柏崎市茨目1-9-28 予約受付時間：10:00~19:00 定休日：日曜日・祝祭日

25 あんこスイーツを作ろう！



5月14日(土) 各10:30~12:00
5月21日(土)

あんこのムースを作り、ティラミス風にアレンジした簡単カップデザートを作ります。ティータイムで試食もあり、作ったスイーツは持ち帰りできます。

- 対象年齢 16歳以上(小・中学生は親子参加で可)
- 持ち物 エプロン・ハンドタオル
- 1回あたり定員 6人
- 材料・教材費 800円(材料費・コーヒー又は紅茶付)当日徴収

甘味処 館庵 講師：野澤 恵子

TEL 22-3090 所在地／ 柏崎市東本町 1-2-31 予約受付時間：12:00~18:30 定休日：日曜日

26 自作の酒器で日本酒を楽しみましょう。



酒器 5月21日(土) 18:00~20:00
日本酒 6月 4日(土) 18:00~19:30

毎日の晩酌が自分で作った酒器だったら愛着心も湧いて更楽しくなる事でしょう。1日目に酒器を作り2週間後その自作の酒器で日本酒を楽しみます。

- 対象年齢 20歳以上※必ず2日間参加できる方
- 持ち物 ひざ丈のエプロン(又は汚れても良い服装)・下・タオル
- 1回あたり定員 6人
- 材料・教材費 2日分合せて2,000円(酒器製作材料費・試飲用酒代)5/21徴収

平田酒屋 にこいち 講師：酒屋のよっちゃん

TEL 23-6199 所在地／ 柏崎市錦町 4 番 4 号 予約受付時間：17:00~19:00 定休日：日曜日

27 忙しい朝やお弁当に簡単便利なみそ玉の作り方



5月10日(火) 18:30~19:30
5月14日(土) 10:30~11:30

今話題の即席みそ汁ができる味噌玉作りしてみませんか？他にもみそソムリエが教えるちょっとお料理の幅が広がる味噌のまめ知識もご紹介致します！

- 1回あたり定員 6人
- 材料・教材費 150円(食材費)当日徴収

越後みそ西 西本町店 講師：枏堀 佳倫

TEL 21-0039 所在地／ 柏崎市西本町1-3-21 予約受付時間：9:30~18:30 定休日：水曜日

28 旨みをプラス！簡単便利なダシ醤油の作り方



4月27日(水) 18:30~19:30
5月 7日(土) 10:30~11:30

簡単便利なダシ醤油を作ってみませんか？ダシの旨みで一味違うお醤油が、お料理の味を引き立てます！

- 1回あたり定員 6人
- 材料・教材費 300円(食材費)当日徴収

越後みそ西 西本町店 コラボ(今井商店) 講師：若林奈穂子・枏堀佳倫

TEL 21-0039 所在地／ 柏崎市西本町1-3-21 予約受付時間：9:30~18:30 定休日：水曜日

38 一人で着れるって素敵!前結びのすすめ



5月 8日(日) 各10:30~12:00
5月13日(金)

初参加

実演を通して簡単に帯を結ぶ方法をご紹介します。その他きものに関する初歩的な知識講座と、お茶をしながらの着物談義。

- 対象 女性
- 1回あたり定員 6人

きものギャラリー紺太

講師：中村 康夫

TEL 0120-971-181

所在地／
柏崎市東本町2-5-21

予約受付時間：10:00~18:30
定休日：月曜日

40 旅行を楽しく安全に



5月 7日(土) 13:00~14:30
5月16日(月) 17:00~18:30

旅行を楽しく安全に。楽しみ方のポイント、又、不幸なトラブルにあわないために、国内海外を含めてお話し致します。

- 持ち物 筆記用具
- 1回あたり定員 4~5人

第一旅行サービス

講師：田中 茂

TEL 21-1551

所在地／
柏崎市東本町1-1-2

予約受付時間：10:00~18:00(土曜日13:00まで)
定休日：日曜・祝祭日

42 きものの「き」浴衣編



5月18日(水) 10:00~11:30
5月25日(水) 18:00~19:30

夏のおでかけの浴衣を自分で着ます。疑問はその場で解決。実践しながらなので身に付くのも早いです。

- 1回あたり定員 3人 もしくはペア2組
- 持ち物 浴衣・半巾帯・腰ひも2本・コーリンベルト・帯板・タオル2本・筆記用具

ほてい屋

講師：高野 亮子

TEL 24-5698

所在地／
柏崎市東本町3-4-37
(かくれんぼ)

予約受付時間：10:00~18:00
定休日：月曜日

はしご講座

別々のお店が関連する内容で2講座1セットの講座を開催します。
受講者は2つのお店を“はしご”し、それぞれ講座を受講していただきます。
一方だけの受講はできませんので、ご注意ください。
■申込みは電話番号の記載がある店舗へお申込みください。

39 エアコンが喜ぶフィルターのおそうじ方法



5月 9日(月) 13:30~14:15
5月12日(木) 10:30~11:15

電気屋歴20年 プロの知識教えます。フィルターの外し方。水洗いの方法。気をつけてほしい事。少しの手間をかければ冷房も暖房も節電できます。

- 1回あたり定員 4人

セヌマ電化

講師：瀬沼 洋介

TEL 23-6922

所在地／
柏崎市新橋13-19

予約受付時間：8:30~18:30
定休日：日曜日・祝祭日

41 お母さんの為、子(個)育て応援コミュニケーション講座



4月30日(土) 5月28日(土)
5月 7日(土) 5月29日(日)
5月 8日(日) 6月 5日(日)
5月15日(日)
各10:00~11:00/13:30~14:30

お子さんの個性をスクスク伸ばす!!その為に凄く大切な事。それは、自分とお子さんの違いを知る事。違いを知って察々、楽しい子(個)育て!! PTA必聴

- 対象 親子と一緒にどうぞ。
- 1回あたり定員 6人位
- その他 会場はアルフォーレ。まちゼミのチラシを置いてあります。

For on(フォー オン)

講師：金田 恭明

TEL 090-1731-0345

所在地／
柏崎市四谷 1-8-15

予約受付時間：9:00~17:00
定休日：不定期

43 柏崎の土を使った焼き物について



6月11日(土) 各9:00~11:30
6月12日(日)

土から「焼物」が出来るまで。ロクロの実演。「はし置き」作りの体験。「登り窯風穴窯」の見学。

- 対象 成人
- 1回あたり定員 5人程度
- 持ち物 手拭きタオル

明城焼・恒炎窯

講師：片桐 恒友

TEL 21-2122

所在地／
柏崎市安田 3506-5

予約受付時間：9:00~18:30
定休日：不定期

44 家庭でできるケーキづくり教室



5月29日(日) 13:00~14:30
15:00~16:30

ロールケーキの生地作りから仕上げまでお教えます。プロの技を使ってワンランク上のケーキをご家庭で!

- 1回あたり定員 5人
- 最上屋松波工場(松波4-2-95プルボン様となり)
- 材料・教材費 500円(材料等)当日徴収

最上屋

講師：

TEL 22-4145

所在地／
柏崎市西本町 1-3-22

予約受付時間：10:00~16:00
定休日：

はしご

45 46 浴衣ではしご茶

各自の車にて移動をお願いします



4月27日(水) 10:00~11:30
5月11日(水)

夏のお出掛け着として定着してきた浴衣を自分で着ます。着るだけでもったいないので、茶道体験をプラス。背筋もピン!と、癒しの空間へ。

- 1回あたり定員 3人 もしくは ペア1組
- 持ち物 浴衣・半巾帯・腰ひも2本・コーリンベルト・帯板・くつ下・筆記用具・タオル2本

ほてい屋

講師：高野 亮子

お申し込みは 年頭屋まで

所在地／
柏崎市東本町 3-4-37



4月27日(水) 12:00~13:30
5月11日(水)

茶室にて和装でお茶の世界を体験しませんか?抹茶を点てたり、食事をしたり、知っているとお心するお茶の心得お伝えします。

- 1回あたり定員 3人 もしくは ペア1組
- 材料・教材費 800円(昼食代・抹茶・お菓子)当日徴収

年頭屋茶舗

講師：増田 恵子

TEL 22-2293

所在地／
柏崎市半田 1-2-33

予約受付時間：9:00~18:00
定休日：水曜日