

かしわざき“まちゼミ”

第10回 かしわざき“まちゼミ”全32講座

開催
期間

5月10日(木)~6月12日(火)

受付
開始

5月8日(火)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840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
少人数のミニ講座です。

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
お間違えの
ないよう
ご参加下さい。



きれいな健康

1 キレイデザイン学! ~自分のカラーを知り、リズム(運氣)を掴もう~



5月10日(木)
5月26日(土)
6月 5日(火)
6月11日(月)

各 **10:30~11:30**
14:00~15:00

あなたの生まれもったカラーを使い、個性・能力を自己分析していきます。12色のカラーとアロマの香りを使って、自分のリズム(運氣)を学んでみませんか? 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 4人
- 材料・教材費 1,000円(分析シート) 当日徴収
- その他 施術中など電話に出られない場合は折り返しご連絡致します。

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ツトムハウス103 予約受付時間: 10:00~18:00 定休日: 木・日・祝祭日

2 5才若く見える眉描き&チークレッスン!!



5月22日(火)
5月23日(水)
5月24日(木)

各 **10:00~11:00**

ポサポサ眉・タレ眉・切れ眉・薄眉...「なりたい眉」「スッキリ眉」で変身! ホホ紅の入れ方しだいで貴方の印象が「グツ」とあがります!

- 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 定休日: 不定休

3 今話題の「ヘアドライヤー」体験!!



6月 8日(金)
6月 9日(土)

各 **10:00~11:00**

髪も頭皮もいたわる風が艶髪と健康的な頭皮を育みます。パサつき、ハネやくせ毛、ねこ毛、スタイリングの長持など悩み解決に役立ちます。

- 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 定休日: 不定休

4 疲れたふくらはぎをメンテナンス! ★初参加



5月16日(水)
6月 6日(水)

各 **10:00~11:30**

デスクワークに立仕事、スポーツで溜まる膝下老廃物の解消方法をレクチャーします。家族はもちろん部活やクラブで疲れたお子様にもオススメです。
※施術中電話に出られません。折り返しご連絡をさせていただきます。

- 対象 女性限定
- 持ち物 フェイスタオル1枚・ジャージまたは膝上まで上がるやわらかいズボン。
- 1回あたり定員 4人
- 材料・教材費 500円(マッサージクリーム代) 当日徴収

リンパケアマッサージ karako 講師: 柄沢 直美

TEL 090-2322-4441 所在地/ 柏崎市西港町3-24 シーサイドビル103 予約受付時間: 9:00~18:00 定休日: 水・日・祝祭日

5 デトックスエステ体験会



5月11日(金)
5月18日(金)
5月25日(金)

6月 1日(金)
6月 8日(金)

各 **10:00~11:00**

本当の美・健康とは? 今、やっているお手入れに1つプラスするだけで、お顔も! ボディも! 若返る! デトックス美容をやってキレイになろう!!

- 1回あたり定員 5人
- 持ち物 当店で用意致します。

スプリーム 講師: 植木みのり

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

6 簡単ボリュームアップウィッグ&エクステ体験



5月11日(金)
5月16日(水)
5月18日(水)
5月23日(水)

6月 8日(金)
6月10日(日)

各 **14:30~16:30**


※この時間内での30分間ずつです
抜け毛や細毛、トップにボリュームが欲しい方へアドバイス。簡単なワンポイント増毛エアーウィッグの体験と、さらに新感覚で付けられる、魔法のデザインカラーエクステも伝授! 体験してみませんか?

- 対象 男女(トップの髪が8cm以上ある方) 男性要相談
- 1回あたり定員 2人(1人所要時間30分)
- 材料・教材費 800円(エクステに使う形状記憶ファイバー毛代金) 当日徴収

セカンドコロナ 講師: 田中紀恵子・清水一臣

TEL 24-7077 所在地/ 柏崎市柳橋町10-41 予約受付時間: 9:30~17:30 受講希望日の3日前までにご予約ください。 定休日: 月曜・第1(火)・第3(日)

7 貴女に合ったお顔のお手入れ、メイク勉強会



5月17日(木)
5月19日(土)
5月23日(水)

各 **10:00~11:30**

いつもの化粧品も、正しい使い方をすることにより効果倍増! お顔の短所を長所に見せて変身しましょう。化粧品のサンプルもプレゼント!

- 対象 女性
- 持ち物 タオル1枚
- 1回あたり定員 3人
- 材料・教材費 500円(当日徴収)

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

8 見る・ふれる・自分で読みとく!楽しいタロット



5月27日(日)
5月28日(月)

13:00~14:30
10:00~11:30
18:30~20:00

毎回大好評! マルセイユ・タロットは占いではなく、隠れた想いを映し出す「心の鏡」。カードにふれながら、自分の心を読みとってみましょう。

- 1回あたり定員 3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

9 アロマテラピー入門 簡単ルームスプレー作り



6月 3日(日)
6月 4日(月)

13:00~14:30
10:00~11:30
18:30~20:00

不純物を一切含まないアロマオイルで心すっきりリフレッシュ! アロマの香りが直接あなたに語りかけます。お手軽スプレーで今日から始めるアロマ生活!

- 1回あたり定員 3人
- 持ち物 筆記用具
- 材料・教材費 1,000円(持ち帰り用アロマスプレー材料費代) 当日徴収

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

10 気軽にお試しウィッグ体験会



5月11日(金) 14:00~15:00
5月24日(木) 10:00~11:00
5月30日(水) 14:00~15:00

つむじが割れる、ボリュームがない、白髪が気になる。見た感じとつけ心地を体験してみませんか？医療用ウィッグも取り扱っています。

- 1回あたり定員 5人
- 材料・教材費 300円(当日徴収)

ピアチーレ 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

11 アロマスパ & 炭酸泉



5月10日(木) } 10:00~11:00
5月16日(水) }
5月25日(金) } 13:00~14:00
6月 7日(木) }

アロマ体験で疲れやストレスを解消!! 眠りスパ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、臭いの元をなくしてスッキリ!

- 1回あたり定員 2人
- 材料・教材費 800円(当日徴収)

ピアチーレ やよい 講師：石田あかり・入澤明音

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

12 誰でも実年齢より若くなる講習



5月17日(木) 13:00~14:00
5月23日(水) 10:00~11:00
6月 6日(水) 13:00~14:00

いくつになっても見た目年齢を変えられます。やよいの似合わせ術で-3歳、-5歳になりましょう。

- 対象 象 55歳以上の方限定
- 1回あたり定員 3人 ●材料・教材費 500円(当日徴収)

ピアチーレ やよい 講師：新貝麻友・吉川綾子

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

13 ご自分・ご家族を癒せるマッサージ



5月14日(月) 各10:00~11:00
5月15日(火)
5月24日(木)

ご自分でリンパを流せるハンドケア・フットケアをレクチャーします♡肩こり・むくみ・疲れ・冷えなどのお悩みをスッキリ流して解消しましょう♪

- 対象 象 女性限定
- 1回あたり定員 7人 ●持ち物 ジャージもしくは動きやすい服装

POLA ESTHE Lunon 講師：外山 彩香

TEL 080-6555-3465 所在地／ 柏崎市吉町3-35ミヤハチビル201 予約受付時間：9:30~17:30 定休日：日曜日・祝祭日

食べる 飲む



14 煮干をもっと身近に



5月12日(土) 5月30日(水) } 各10:30~11:30
5月23日(水) 6月 9日(土)
5月15日(火) } 各19:30~20:30
6月12日(火)

煮干でダシをとった事がない方も、毎日ダシをとっている方も、ダシの飲み比べをしてみましょう。下ごしらえの方法、新ダシからレシピなどもご紹介。今回は「煮干」推しです。

- 1回あたり定員 4人
- 持ち物 筆記用具 ●材料・教材費 150円(材料代、資料代) 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

15 忙しい朝やお弁当に簡単便利なみそ玉の作り方



5月17日(木) 18:30~19:30
5月19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：枿堀 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

16 純米酒とアルコール添加酒の日本酒講座



5月12日(土) 各19:00~20:00
5月18日(金)
5月26日(土)
6月 1日(金)

純米酒とアルコール添加酒、それぞれの誤解・真実を説明しつつ、数銘柄を試飲してその意味を楽しく学びます。(終了時間は多少超過する場合があります)

- 対象 年齢 試飲講座のため20歳以上
- 1回あたり定員 4人
- 材料・教材費 500円(当日徴収)

美酒考房西巻酒店 講師：西巻 進(新潟清酒検定・金の達人)

TEL 22-3394 所在地／ 柏崎市諏訪町13-12 予約受付時間：10:00~18:00 定休日：日曜日

17 初級編 お茶の種類と煎茶の淹れ方



5月28日(月) 各10:00~11:00
5月31日(木) 各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。

- 1回あたり定員 6人 ●持ち物 筆記用具
- 材料・教材費 500円(お茶・お菓子) 当日徴収

年頭屋茶舗 講師：増田 恵子

TEL 22-2293 所在地／ 柏崎市藤元町 29-31 予約受付時間：9:30~19:00 定休日：水曜日



学 ぶ

18 羽毛布団の洗い方とカンタンなしみ抜きのやり方



5月11日(金) } 各10:00~11:30
 5月14日(月) } 各13:00~14:30
 5月12日(土) } 各13:00~14:30
 5月13日(日)

羽毛布団の洗い方や注意点、ふんわり仕上げるコツなど分かりやすく説明します。ご家庭でもできるカンタンなシミ抜もお話します。

●1回あたり定員 8人

コインランドリー アクアス柏崎 講師：石垣 隆子

TEL 0257-45-2811 所在地／ 柏崎市柳橋町10-36 予約受付時間：10:00~18:00
 0120-913-846 マイライフ駅南(R8号ガスト柏崎店隣) 定休日：なし

19 簡単 誰でもできる おしゃれなスプーン作り



5月13日(日) } 各13:30~15:00
 6月10日(日) } 各15:30~17:00
 5月16日(水) 19:00~20:30

銅板を切って叩いて、デザートスプーンを作ります。親子で参加も大歓迎！出来上がったスプーンでアイスを食べましょう。

●1回あたり定員 3人 ●持ち物 工場で作るので、安全の為軍手と帽子を持ってきてください。
 ●材料・教材費 1,000円(当日徴収)

池嶋 飯金 講師：池嶋 政浩

TEL 090-5761-3984 所在地／ 柏崎市長峰町10-7 予約受付時間：18:00~20:00
 定休日：土曜日・日曜日

20 ガムテープで作るバッグ



5月16日(水) } 各11:00~12:00
 5月23日(水)
 5月30日(水)
 6月6日(水)

カラフルなガムテープとティッシュボックスを使ってバッグを作ります。

●1回あたり定員 5人
 ●材料・教材費 500円(ガムテープ、ティッシュボックス代)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：11:00~17:00
 定休日：なし

21 触ってみよう! 初めてのiPad



5月17日(木) 13:30~15:00
 5月18日(金) 10:00~11:30

話題のiPadでインターネットやカメラ、便利なアプリ等楽しく体験しましょう! 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：石橋 莉緒

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

22 初めての絵てがみ



5月17日(木) 10:00~11:30
 5月18日(金) 13:30~15:00

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：石橋 莉緒

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

23 エアコンが喜ぶフィルターのおそうじ方法



5月17日(木) 13:30~14:30
 5月21日(月) 10:00~11:00

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

24 IHクッキングヒーター実演で機能紹介



5月15日(火) } 各10:30~12:00
 6月1日(金)

代表3メーカーのIHクッキングヒーターをご使用いただき、各メーカーの特徴を実演で説明します。最新のIHクッキングヒーターをご体験ください。

●1回あたり定員 6人
 ●持ち物 エプロン・お手拭

東北電力 柏崎営業所 講師：東北電力ホームアドバイザー

TEL 22-1740 所在地／ 柏崎市東本町2丁目3-20 予約受付時間：9:00~17:00
 定休日：土・日曜日・祝祭日

25 スマホで落札してみたい!byヤフオク!



5月13日(日) } 各14:30~15:30
 5月20日(日)
 5月27日(日)
 6月10日(日)

インターネットオークションで落札するのは難しくありません!! ID登録から落札方法、取引きの流れなどを知って、楽しくお買い物しましょう!

●1回あたり定員 4人
 ●持ち物 スマートフォン

SHOP ナカムラ 講師：中村美也子

TEL 22-4041 所在地／ 柏崎市東本町2丁目7-46 予約受付時間：10:30~18:00
 定休日：月曜日

26 スマホで出品してみたい!byヤフオク!



5月13日(日) } 各16:00~17:00
 5月20日(日)
 5月27日(日)
 6月10日(日)

オークションサイト「ヤフオク!」のフリマ出品と一緒にシュミレーションします。ヤフオク!で落札したことがある人におすすめです。

●1回あたり定員 4人
 ●持ち物 スマートフォン

SHOP ナカムラ 講師：中村美也子

TEL 22-4041 所在地／ 柏崎市東本町2丁目7-46 予約受付時間：10:30~18:00
 定休日：月曜日

27 紙細工の懐紙入れ作りと抹茶で一服



6月 1日(金) 各10:00~11:00
6月 5日(火) 各19:30~20:30

懐紙を入れる袋を紙細工で作ります。持っている
便利な「懐紙」の活用術と実際に使って抹茶とお菓
子をいただいてみましょう。

- 1回あたり定員 6人 ●持 ち 物 はさみ
- 材料・教材費 800円(紙細工の紙・のり・懐紙・抹茶・お菓子・黒文字)当日徴収

年頭屋茶舗 講師：増田 恵子

TEL 22-2293 所在地／ 柏崎市藤元町 29-31 予約受付時間：9:30~19:00
定 休 日：水曜日

28 10年先もスッキリ暮らす整理収納セミナー vol.2



5月16日(水) } 各10:00~11:30
5月17日(木) }
5月19日(土) }
5月18日(金) 13:00~14:30

前回大好評のため初参加の方優先受付いたします。
整理収納コンサルタントによる、すぐに片付けなくなる、
リバウンドしない整理収納術でスッキリ!

- 1回あたり定員 10人 ●持 ち 物 筆記用具
- 材料・教材費 100円(資料・教材費)当日徴収

ぴーすわーく 講師：山岸 道子

TEL 090-8943-7274 所在地／ 柏崎市矢田 1917-1 予約受付時間：10:00~19:00
定 休 日：不定休

29 お宅の水はどんな水? 水のあれこれ伝えます



5月16日(水) 各18:00~19:15
5月17日(木)

浄水?イオン水?水素水?還元水?電解水?
知っている様で知らない水のあれこれ。色んな水の
意味や使い方を、簡単な実験で楽しく紹介します。

- 1回あたり定員 6人 ●持 ち 物 筆記用具
- 会 場 柏崎市文化会館アルフォーレ ミーティングルーム

For on(フォー オン) 講師：金田 良英

TEL 090-1731-0345 所在地／ 柏崎市四谷 1-8-15 予約受付時間：9:00~18:00
定 休 日：不定休

30 「ゆかたの文庫結び」と「着物のたたみ方」



5月23日(水) 各10:30~12:00
5月30日(水)

ゆかたの帯結びの定番「文庫結び」。アレンジしやす
いので基本をしっかりと学びましょう。&実は知らな
かった「着物のたたみ方」。基本中の基本ですよ〜♪

- 1回あたり定員 5人
- 持 ち 物 半巾帯・着物

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 予約受付時間：10:30~18:00
(F兼、かくれんぼ) 定 休 日：月曜日

31 家でできるケーキづくり教室



5月27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 ●材料・教材費 500円(材料等)当日徴収
- 会 場 最上屋松波工場(松波4-2-95ブルボン様となり)

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：

32 オリジナルインテリアフォトフレーム作り



5月19日(土) { 10:00~11:00
14:00~15:00
6月 2日(土) 10:00~11:00

空気を美しく整えるインテリア壁材をご存知ですか?
リフォーム番組内で紹介されたエコカラットを使って
オリジナルフレームを作ります!

- 1回あたり定員 6人
- 会 場 LIXILリフォームショップSANKYO店内(阿部建設となり)

LIXIL リフォームショップ SANKYO 講師：藤澤 宣子

TEL 22-5456 所在地／ 柏崎市比角 2-3-26 予約受付時間：8:00~17:00
定 休 日：第2,4土曜日・日曜日・祝祭日

柏崎市立図書館(ソフィアセンター)が あなたのまちゼミをサポートします!

まちゼミの予習や復習をしたい!
まちゼミで得た知識をさらに深めたい!

そんな皆様へ
ソフィアセンター内にて、まちゼミ講座に関する本を集めた
「まちゼミ関連本コーナー」が設置されました。
まちゼミに関する本を多数ご用意しております!ぜひご利用下さい。



写真はイメージです

場 所 柏崎市立図書館(ソフィアセンター)
1F特設コーナー

展示期間 5月1日(火)~6月30日(土)

所在地/柏崎市学校町2番47号 TEL 22-2928



5月		27日		8	25	26	31
10	木	1	11	28	月	8	17
11	金	5	6	10	18	29	火
12	土	14	16	18	30	水	10
13	日	18	19	25	26	31	木
14	月	13	18	6月			
15	火	13	14	24	1	金	5
16	水	4	6	11	19	20	28
17	木	7	12	15	21	22	23
18	金	5	6	16	21	22	28
19	土	7	15	28	32	5	火
20	日	25	26	6	水	4	12
21	月	23	7	木	11	8	金
22	火	2	8	金	3	5	6
23	水	2	6	7	12	14	20
24	木	2	10	13	9	土	3
25	金	5	11	10	日	6	19
26	土	1	16	11	月	1	11
				12	火	14	12

“三方よし”のまちゼミは、まちの人みんなが元気になる取組みです!

三方よし…

「売り手よし」「買い手よし」「世間よし」の江戸～明治時代に活躍した近江商人の考え方です。

お店にとって“よし”

- ▼お店を知ってもらうきっかけとなり、新しいお客さまとの出会いに繋がります!
- ▼お客さまからの生の声をお聞きする事ができ、普段から相談に行ける間柄(信頼性)が築けます。



お客さまにとって“よし”

- ▼普段悩んでいた事や知りたかった知識を無料で学んでいただけます!
- ▼新しいお店・信頼できるお店の発見、共通の興味をもったお仲間に出会えます。

地域にとって“よし”

- ▼地域にある多くのお店を紹介することができ、地元での買いまわりに繋がります!
- ▼お店とお店の繋がりも強くなり、安心・信頼できる街づくりに繋がります。

最新情報は
こちらで
公開中!

かしわざきまちゼミに関するお問い合わせ先: soudan@kashiwazakicci.or.jp TEL22-3161

フェイスブックページ: <https://www.facebook.com/kashiwazakimachizemi/>
Twitter はじめました: <https://twitter.com/matizemikcci>



かしわざき まちゼミ で検索