

かしわざき“まちゼミ”

第12回 かしわざき“まちゼミ”全32講座

開催
期間

5月10日(金)~6月13日(木)

受付
開始

5月8日(水)より



昨年のはべ700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。



親子でも参加できる講座です



ナイトまちゼミ(夜間開催)の講座です(一部の日程のものあり)



2つ以上の店が協力してオリジナル講座を企画しています

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。

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。



楽しい講座がいっぱい! 中面をチェック!



親子でも参加できる講座です



ナイトまちゼミ:夜間開催の講座です
(一部の日程のものあり)



2つ以上の店が協力してオリジナル
講座を企画しています



1 脳の若返り♪デトックスヘッドマッサージ講座



5月18日(土) } 14:00~15:00
6月6日(木) }
5月23日(木) } 10:30~11:30
6月12日(水) }

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。

- 対象 女性限定 ●1回あたり定員 3人 ●材料・教材費 500円(当日徴収)
- その他 施術中、電話に出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ツトムハイツ103 予約受付時間: 10:00~18:00
定休日: 木・日・祝祭日

2 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18日(土) } 10:30~11:30
6月6日(木) }
5月23日(木) } 14:00~15:00
6月12日(水) }

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

3 5才若く見える眉描き&チークレッスン!!



5月31日(金) 10:00~11:00
6月1日(土) 13:00~14:00

ボサボサ眉・タレ眉・切れ眉・薄眉...「なりたい眉」「スッキリ眉」で変身! ホホ紅の入れ方次第で貴方の印象が「グッ」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

4 薄着になる前の“くびれづくり教室”



5月13日(月)
5月20日(月)
5月27日(月) 各10:00~11:00
6月3日(月)
6月10日(月)

内臓下垂によるぽっこりおなかを撃退! ゆるみがちな骨盤底筋も鍛えます。おなかと背中をバランスよく鍛えて理想的な「姿勢スタイル」をつくりまします。

- 1回あたり定員 5人
- 持ち物 バスタオル1枚、5本指くつ下をはいていらして下さい。

スプリーム 講師: 植木みのり エステオナー健康体操指導士
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

5 見る・ふれる・自分で読みとく! 楽しいタロット



5月19日(日) 10:00~11:30
5月20日(月) { 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

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/ 柏崎市新田畑地内 予約受付時間: 10:00~20:00
定休日: 不定休

6 アロマテラピー入門 簡単ルームスプレー作り



6月2日(日) 10:00~11:30
6月3日(月) { 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。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
- 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/ 柏崎市新田畑地内 予約受付時間: 10:00~20:00
定休日: 不定休

7 下がった^{まぶた}瞼を二重のパッチリ目に



5月15日(水)
5月16日(木) 各14:00~14:40
5月17日(金)

瞼が下がる。眉がかげない。肌がくすむ。まず、原因を知って3つのお悩みを解決する講座です。

- 対象 61才以上 ●1回あたり定員 3人
- 材料・教材費 500円(当日徴収)

プリムボヌール 講師: 阿部 恭子
TEL 22-2082 所在地/ 柏崎市小倉町11-17 予約受付時間: 9:30~16:30
定休日: 月曜日・第3(日)

8 サツとパツとリセットメイク!!



5月11日(土)
5月19日(日) 各 { 10:00~11:00
13:00~14:00
5月26日(日) 15:00~16:00

いつものメイクにひと手間加え、シワ・くま・たるみを瞬時にリセットするメイクレッスン。

- 1回あたり定員 1人
- その他 普段のメイクでご来店下さい。

定休日により、予約受付は5月9日(木)より受付致します。

サロン・ド・タケダ 講師: 資生堂ビューティーコンサルタント
TEL 22-9323 所在地/ 柏崎市日吉町9-8 ミサビル101 予約受付時間: 9:30~18:00
定休日: 水曜日

9 自宅で簡単ヘッドマッサージ&美肌レッスン



5月21日(火)
5月23日(木) 各10:00~11:30
5月29日(水)

新感覚!専用美容液を使用しながら、自宅で簡単にできるヘッドマッサージをレクチャーします♡頭皮の血行促進感をあじわってみませんか?

- 対象 女性限定
- 1回あたり定員 5人

POLA ESTHE Lunon 講師: 外山 彩香

TEL 41-6290 所在地/ 柏崎市日吉町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

10 メークスキル講座



5月13日(月)
6月10日(月) 各10:00~11:30

立体感。春の新メイクアイテムで、あなたの良い部分を引き出します。普段はなかなか使わない色や塗り方にも挑戦して、メイクを楽しんでみませんか?

- 対象 女性 20代~70代
- 1回あたり定員 3人
- 持ち物 普段お使いのメイク道具

POLA クルール 講師: 阿部真粧江

TEL 32-4510 所在地/ 柏崎市田塚1-1-24 予約受付時間: 9:30~17:00
定休日: 日曜日・祝祭日

11 簡単、軽いウィッグ体験



5月10日(金) } 14:00~15:00
5月21日(火) }
5月16日(木) 10:00~11:00

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とウィッグの併用で-3歳、-5歳になりましょう。

- 対象 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)

12 アロマスパ & 炭酸泉



5月15日(水) } 10:00~11:00
6月12日(水) }
5月23日(木) } 14:00~15:00
5月28日(火) }

アロマ体験で疲れやストレスを解消!!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!毎回人気があるのでお早めにお電話下さい!

- 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)

13 アロマとメイクの力でもっときれいになる講座



5月27日(月) 10:00~11:30
5月28日(火) 18:30~20:00

オリジナルアロマスプレー作りと、春色メイクをお試しできます。内と外からのアプローチで、本来の美しさへと導きます。

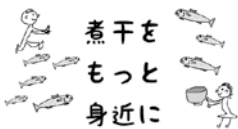
- 対象 女性限定
- 1回あたり定員 4人
- 材料・教材費 1,000円(持ち帰り用アロマスプレー材料費代) 当日徴収

会場・申込先 エステイン み和 L'HERMITE BLEU ハーミットブルー

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



14 煮干をもっと身近に



5月11日(土) 5月29日(水) } 各10:30~11:30
5月22日(水) 6月 8日(土) }
5月14日(火) } 各19:30~20:30
6月11日(火) }

煮干でダシをとった事がない方も、毎日煮干でダシをとっている方も、下ごしらえ、だしの飲み比べ、ダシからレシピと試食も行います。

- 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11日(土) 10:30~11:30
5月20日(月) 18:30~19:30

今話題の即席みそ汁ができる味噌玉作りしていただけますか?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: 朽堀 佳倫

TEL 090-2159-3190 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 プチコーヒーセミナー



5月19日(日) 10:00~11:00
5月20日(月) { 15:30~16:30
20:30~21:30
5月27日(月) 20:30~21:30

世界のコーヒーを飲み比べ。ハンドドリップデモンストラーション。美味しく抽出するためのアドバイス。

- 1回あたり定員 8人
- 持ち物 筆記用具
- 材料・教材費 500円(当日徴収)

cafe confine 講師: 坂井 智昭

TEL 47-7781 所在地/ 柏崎市桜木町13-4-2 予約受付時間: 14:00~18:00
定休日: 水曜日

17 “古い”が新しい、日本酒の熟成酒講座



5月17日(金)
5月24日(金) 各19:00~20:00
5月29日(水)
6月 6日(木)

実は日本酒には賞味期限がありません。3年熟成の市販酒から20年以上冷蔵管理した自家熟成酒まで、試飲しながら熟成酒の魅力に触れる講座です。

- 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(試飲酒代) 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

学 ぶ

18 簡単!コインランドリーでの敷布団の洗い方



5月13日(月)5月15日(水) } 各11:00~12:30
5月17日(金)

5月12日(日)5月18日(土) } 各14:00~15:30
5月20日(月)5月22日(水)
5月24日(金)

柏崎初!ふとん洗い専用機導入!今まで洗えなかった敷ふとん・綿ふとんが約2時間でふんわり仕上がります。簡単に洗濯する方法をお伝えします。

●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:中村 裕也

TEL 45-2811 所在地/ 柏崎市柳橋町10-36 予約受付時間:9:00~18:00
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12日(日) } 各 9:30~11:00
5月26日(日) } 13:30~15:00
5月29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)

池嶋板金 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 キレイな髪と頭皮のためのセルフケア方法



5月20日(月) 10:00~11:30
6月 7日(金) 13:00~14:30

正しいシャンプーの仕方や疲れた頭皮のマッサージなど、髪と頭皮と頭をご自宅でケアする方法を美容師ヘッドケアセラピストがお伝えします。(体験あり)

●対象 女性 ●1回あたり定員 3人
●材料・教材費 300円(ヘアトニック等)当日徴収

駐車場には限りがございます。近隣の有料駐車場をご利用下さい。

ココソフワット ヘアルーム 講師:ワタナベ アキコ

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

21 触ってみよう!初めてのiPad



5月17日(金) 13:30~15:00
5月18日(土) 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: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(金) 10:00~11:30
5月18日(土) 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 カラフルなテープで作る小物入れ



5月15日(水) } 各11:00~12:00
5月19日(日) }
5月22日(水) }
5月26日(日) }

布ガムテープと建設現場・塗装・梱包などで使用される養生テープ、牛乳パックを使って小物入れを作ります。

●1回あたり定員 5人
●材料・教材費 500円(テープ代、牛乳パック代)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

24 青春の名画を語り合いませんか…



5月13日(月) } 各15:00~16:00
5月23日(木) }

映画大好き店主が営む、映画(特に洋画)のポスター等をパネルにするお店です。「ローマの休日」等、たくさんの名画に囲まれた空間で、名画の思い出や感想など一緒に話しましょう。

●1回あたり定員 4人

パネルショップ パティオ 講師:植木 秀実

TEL 22-3277 所在地/ 柏崎市駅前2-3-11 予約受付時間:10:00~18:00
080-5198-7987 パティオビル2F(大宮ハンコ店2F) 定休日:水曜日

25 ヤフオク!で、モノが売れる仕組みを知ろう!



5月19日(日) } 各 { 10:30~12:00
6月 2日(日) } 14:30~16:00

知らずに捨てたらもったいない!ヤフオク!(ネットオークション)の仕組みと売れそうなモノを楽しくお伝えします。(初心者向き)

●1回あたり定員 6人

SHOP ナカムラ(ヤフオク!代行出品) 講師:中村美也子

TEL 070-1549-9807 所在地/ 柏崎市東本町2丁目7-46 予約受付時間:10:00~18:00
22-4041 定休日:月曜日

26 簡単!!おいしいコーヒーの淹れ方



5月12日(日) } 各 { 10:30~11:30
5月26日(日) } 14:30~15:30

おうちでおいしいコーヒーを楽しみませんか。簡単でおいしい「ペーパードリッパ」の淹れ方を体験できる講座です。

●1回あたり定員 4人
●材料・教材費 300円(当日徴収)

SHOP ナカムラ 講師:中村公彦・中村美也子

TEL 070-1549-9807 所在地/ 柏崎市東本町2丁目7-46 予約受付時間:10:00~18:00
22-4041 定休日:月曜日

27 お茶の種類で変わる淹れ方



5月30日(木) { 10:00~11:00
19:30~20:30
6月 2日(日) 10:00~11:00

お茶の種類を知る事は、おいしいお茶を楽しむ第一歩。
種類で変わる淹れ方の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・テキスト) 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 初夏のグリーンでDIY & 和風ハーブ茶を楽しむ



5月31日(金) 各10:00~11:30
6月 1日(土)

ティーリーフ(お茶の葉)を使うDIYで初夏のインテリアを作ります。和風ハーブ茶を飲みながら、楽しみましょう。

- 材料・教材費 1,000円(DIY材料・お茶) 当日徴収
- 1回あたり定員 8人 ●受講者の持ち物 ハサミ・筆記用具・持ち帰り用袋

会場・申込先 年頭屋茶舗

講師：増田 恵子

Cherish Baby (チェリッシュベビー)

講師：黒崎ゆかり

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

29 10年先もスッキリ暮らす vol.3



6月12日(水) { 10:00~11:00
14:00~15:00
6月13日(木) { 各 17:00~18:00
19:30~20:30

参加者のお悩みにお応えしながら、整理の基本を学ぶ会です。後半はコンサルタントの日々の暮らし方実践をご覧いただき、収納の工夫を提案します。

※駐車場に限りがあるので、できるだけ乗り合わせて来てください。

- 対象 男性の方はお子さんや女性とペアで ●1回あたり定員 8人
- 持ち物 3色ペン ●材料・教材費 500円(整理収納の基本レジュメ代) 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：9:00~21:00
定休日：不定休

30 突然の相続に慌てないために!! 初参加



5月24日(金) 各13:30~14:30
5月26日(日)

相続は突然起こります。万が一の時慌てないように手続きの流れを勉強しておきませんか!? 皆さんと楽しい雰囲気の中で講座にしたいと思います。

- 1回あたり定員 3人

間島行政書士事務所

講師：間島 博英

TEL 38-9029

所在地/
柏崎市鏡町 8-11

予約受付時間：10:30~19:00
定休日：なし

31 家でできるケーキづくり教室



6月 9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します。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 エコカラットを使って、オリジナルコルクボード作り



5月18日(土) { 10:00~11:00
13:30~14:30

うれしい空気、暮らしを作る壁材、エコカラット。かわいい、おしゃれなオリジナルコルクボードを作ります。

- 1回あたり定員 6人

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 (阿部建設となり)

予約受付時間：9:00~17:00
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8日(水)~6月30日(日)

所在地/柏崎市学校町2番47号 TEL 22-2928



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

“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>



FBコード



twitterコード

かしわざき まちゼミ で検索