

三雲・嬉野

第1回

お店の人が教えてくれるから納得!

まちゼミ

得するまちのゼミナール

主催：松阪北部商工会 伴走型小規模事業者支援推進事業

2019/11月1日(金)~30日(土)

まちゼミって何?

お店の人が講師となって、そのお店ならではの情報や技術など、知ってトクする内容を講座形式で皆さんにお教えするものです。講座といっても難しいものではありません。どうぞお気軽にご参加ください。

全22講座

受講料無料!!

★講座によって材料費がかかるものがあります。

- 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頂戴する場合がございます。

お申込みは各店へ!!

★「まちゼミの申込みです」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。
- お申込みは、明記されている受付時間内をお願いいたします。
- 申込み初日は、申込みが集中し電話に出られない場合があります。
- 受講対象者が限定されている講座もあります。ご了承ください。
- 各講座ともに、申込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。

受付開始10月25日(金)~

★小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いいたします。



開催店マップ



各講座が色分けで分類されています。気になる講座にお電話ください。

- きれい**
★自分磨きでレベルアップ!
- つくる**
★楽しみながら身に付く!
- まなぶ**
★目からウロコの新発見!

2 自分でできるヘアアレンジ講座

■講師 セラヴィスタッフ

11月 6日(水) [13:00~16:00]
11月 13日(水) [13:00~16:00]
11月 20日(水) [13:00~16:00]

自分でできるヘアアレンジを教えます。巻き髪や編みこみ、おだんごヘアなど自分でやってみたいスタイルをレクチャーします!

【女性限定】

会場 hair&make C'est La Vie (セラヴィ)
定員 各回 2名 持ち物 自分で持つてる、使ってみたいヘアアクセサリー

hair&make C'est La Vie TEL.0598-56-7730
松阪市中林町450-5 (セラヴィ)
予約受付時間/9:00~18:00
定休日/毎週月曜日・第1、4火曜・第2日曜日

3 立つ・座る姿勢でやせる体に!

■講師 倉森 佳奈

11月 11日(月) [10:00~11:30]
11月 13日(水) [13:00~14:30]
11月 17日(日) [10:00~11:30]

芸能人のダイエットを担当する小倉義人直伝のハビットコントロールトレーナーの倉森が正しい姿勢をお伝えします。1回60分の基本編メソッド

会場 エステサロン C-ANA (シアナ)
定員 各回 5名

エステサロン C-ANA TEL.0598-48-3372
松阪市嬉野須賀領町510 (シアナ)
予約受付時間/10:30~20:30
定休日/毎週月曜日・隔週日、火曜日

4 誰でも簡単!タイ式のストレッチ【肩こり編】

■講師 佐藤 悦子

11月 15日(金) [13:00~14:00]

受ける側と行う側を体験してみませんか?今回は、肩こりのストレッチ。気持ちいいストレッチなので、覚えて、身近な人にしてあげてみてはいかがでしょうか?

【女性限定】

会場 わタイ古式整体院 持ち物 動きやすい服装、タオル
定員 3名

わタイ古式整体院 TEL.0598-31-1472
松阪市中林町449
予約受付時間/9:00~20:00
定休日/不定休

1 自宅シャンプーでリフトアップを目指そう!

■講師 多賀 明子

11月 6日(水) [11:00~12:00]
11月 13日(水) [11:00~12:00]
11月 20日(水) [11:00~12:00]

いつもなんとなくしているシャンプーを少し意識するだけで「リフトアップ」が目指せます。頭皮を動かすと髪もお肌も元気になります。

会場 カットサロン Bee 持ち物 筆記用具
定員 各回 2名

カットサロン Bee TEL.0598-43-2626
松阪市嬉野釜生田町1517
予約受付時間/10:00~17:00
定休日/毎週日曜日

三雲・嬉野「まちゼミ」カレンダー	
11/1 金	
2 土	18 YOURS むとう 21 斎藤商店 ENEOS 松阪西
3 日	10 キャトルウッド
4 月	
5 火	5 嬉野とうふのせ 6 旬前耕房 ごん豆 8 マルミヤ衣料 14 中村書道教室
6 水	1 カットサロン Bee 2 C'est La Vie (レゾイ) 11 マルマンリビング 18 YOURS むとう
7 木	21 斎藤商店 ENEOS 松阪西
8 金	19 いせや
9 土	22 斎藤商店 ENEOS 松阪西
10 日	10 キャトルウッド 11 マルマンリビング
11 月	3 エステサロン C-ANA (ソファ) 12 マルマンリビング 17 清水製茶
12 火	6 旬前耕房 ごん豆
13 水	1 カットサロン Bee 2 C'est La Vie (レゾイ) 13 嬉野タクシー
14 木	20 いせや 22 斎藤商店 ENEOS 松阪西
15 金	4 わたい古式整骨院 19 いせや
16 土	7 好古堂 松阪小津店 11 マルマンリビング 16 不動産相続の相談窓口 マルキ産業
17 日	3 エステサロン C-ANA (ソファ) 10 キャトルウッド 14 中村書道教室
18 月	17 清水製茶
19 火	5 嬉野とうふのせ 8 マルミヤ衣料 13 嬉野タクシー 15 百五銀行 嬉野支店
20 水	1 カットサロン Bee 2 C'est La Vie (レゾイ) 15 百五銀行 嬉野支店 18 YOURS むとう 21 斎藤商店 ENEOS 松阪西
21 木	15 百五銀行 嬉野支店 16 不動産相続の相談窓口 マルキ産業 20 いせや
22 金	19 いせや 22 斎藤商店 ENEOS 松阪西
23 土	7 好古堂 松阪小津店 12 マルマンリビング
24 日	9 三雲天白郵便局
25 月	13 嬉野タクシー
26 火	5 嬉野とうふのせ 6 旬前耕房 ごん豆 14 中村書道教室
27 水	
28 木	
29 金	
30 土	12 マルマンリビング 16 不動産相続の相談窓口 マルキ産業

5 こだわりの豆乳で豆乳ドリンクを作ろう

■講師 野瀬 岩朗・スタッフ

11月 5日(火) [14:00~15:30]
11月 19日(火) [14:00~15:30]
11月 26日(火) [14:00~15:30]

豆乳に入っているイソフラボンなどの女性ホルモンの働きを活性化させる成分について学びながら、果物や野菜を加えた健康に良い飲み物を作ります。

会場 嬉野とうふのせ 持ち物 エプロン、バナナ、タオル
定員 各回 5名

嬉野とうふのせ TEL.0598-42-2521
予約受付時間/10:00~17:00
松阪市嬉野権現前町775 定休日/毎週月曜日

6 野菜を中心に誰でもつくれるヘルシー料理!

■講師 前川・中田・川口

11月 5日(火) [15:00~16:00]
11月 12日(火) [15:00~16:00]
11月 26日(火) [15:00~16:00]

出荷された生産者の野菜を使い無添加で薄味の健康に良い一品をお伝えしたい。高血圧や糖尿病の改善や予防に良いヘルシーなベジ料理教室!

会場 旬前耕房 ごん豆 持ち物 エプロン、バナナ、タオル
定員 各回 5名 材料費 300円

旬前耕房 ごん豆 TEL.0598-42-7137
予約受付時間/10:00~18:00
松阪市嬉野権現前町396-6 定休日/毎週水曜日

7 超オリジナルはんこ「版下づくり」

■講師 河合 規裕

11月 16日(土) [11:00~12:00]
11月 23日(土) [11:00~12:00]

印鑑づくりの最初の工程「版下づくり」を体験! 書いた文字やイラストがそのままハンコになってできあがります。※印鑑のお渡しは1週間後

会場 好古堂 松阪小津店
定員 各回 2名 材料費 500円

好古堂 松阪小津店 TEL.0598-31-3856
予約受付時間/10:00~19:00
松阪市小津町635-4 105 定休日/毎週日曜日・第3水曜日

8 カードケースで学ぶ丸み・角の美しい仕立て方

■講師 山下 千寿子

11月 5日(火) [14:00~15:00]
11月 19日(火) [14:00~15:00]

木綿とレザーシールを用いてカーブや角を美しく仕上げるワンポイントアドバイスを行います。※当日作成するカードケースの柄は異なる場合があります。

会場 マルミヤ衣料 持ち物 針・糸・ハサミ
定員 各回 4名 材料費 300円

マルミヤ衣料 TEL.0598-56-2139
予約受付時間/10:00~18:00
松阪市中道町394 定休日/毎週月曜日

9 スタンプで簡単!お洒落な手紙を作ろう!

■講師 郵便局スタッフ

11月 24日(日) [10:30~11:30]
[13:00~14:00]
[14:00~15:00]

エンボスパウダーを使えば、金箔を貼ったような文字や絵柄が簡単に作れます。いつもと違う、ちょっと豪華なお洒落な手紙を楽しく作ってみませんか。

会場 三雲天白郵便局 定員 各回 2組

三雲天白郵便局 TEL.0598-56-2940
予約受付時間/9:00~17:00
松阪市曽原町669-7 定休日/毎週土・日曜日・祝日

10 アンティークフォトフレームづくり体験!

■講師 倉森 秀和

11月 3日(日) [13:00~15:00]
11月 10日(日) [13:00~15:00]
11月 17日(日) [13:00~15:00]

こちらでご用意するフォトフレームをおしゃれなアンティーク風に加工します。親子での参加も歓迎!!

会場 キャトルウッド 持ち物 エプロン
定員 各回 3組 材料費 300円

キャトルウッド TEL.0598-48-3373
予約受付時間/10:00~17:00
松阪市嬉野須賀領町510 定休日/なし

11 好きな花材で自分だけのボールペン作り体験!!

■講師 久保 加津美

11月 6日(水) [15:00~17:00]
11月 10日(日) [13:00~15:00]
11月 16日(土) [13:00~15:00]

※小学生以下は親子でお願いします。プリザードフラワーやドライフラワー・スパンコールなどを入れるだけ! 初心者やお子様でも簡単に作成できます。

会場 マルマンリビング 持ち物 必要な方はエプロン
定員 各回 6名 材料費 800円

マルマンリビング TEL.0598-56-2043
090-7868-6810
予約受付時間/8:30~18:00
松阪市小津町275-2 定休日/毎週日曜日・祝日

12 クリスマス・お正月に!ハーバリウム作り

■講師 久保 加津美

11月 11日(月) [13:00~15:00]
11月 23日(土) [13:00~15:00]
11月 30日(土) [13:00~15:00]

※小学生以下は親子でお願いします。ピンの中にプリザードフラワーを入れて、ハーバリウム専用オイルを入れます。クリスマス・お正月のインテリアとして楽しんでいただけます。

会場 マルマンリビング 持ち物 必要な方はエプロン
定員 各回 6名 材料費 1,800円

マルマンリビング TEL.0598-56-2043
090-7868-6810
予約受付時間/8:30~18:00
松阪市小津町275-2 定休日/毎週日曜日・祝日

13 タクシーはドラマだ!!

■講師 中川 正光

11月 13日(水) [8:30~10:30]
11月 19日(火) [9:00~11:00]
11月 25日(月) [9:00~11:00]

いろいろな人生を乗せてタクシーは今日も走ります。助手席に乗ってほんの少しお客様の「人生」を覗かせてもらいましょう…。

会場 嬉野タクシー 白いシャツ、ビジネススラックス着装
定員 各回 2名 (20歳以上)

嬉野タクシー TEL.0598-42-1257
予約受付時間/13:00~16:00
松阪市嬉野町1455-6 定休日/なし

14 筆ペンで気楽に実務書道美文字でのし袋!

■講師 中村 京楓

11月 5日(火) [9:30~11:00]
11月 17日(日) [19:00~20:30]
11月 26日(火) [9:30~11:00]

筆ペンを使って、美しくのし袋を書くコツとご自分の名前を美文字に見せるよう一緒に学びましょう。

会場 中村書道教室 持ち物 筆ペン
定員 各回 5名

中村書道教室 TEL.090-5865-9573
予約受付時間/8:00~14:00
松阪市嬉野中川町1857-6 定休日/毎週土・日曜日

15 「人生100年時代」に必要なお金の話

■講師 近藤 真利子・中条 みゆき

11月 19日(火) [13:00~14:00]
11月 20日(水) [13:00~14:00]
11月 21日(木) [13:00~14:00]

ライフイベントにかかるお金の話から、ゆとりある豊かなセカンドライフを過ごすために必要なこと。

会場 百五銀行 嬉野支店 持ち物 筆記用具、電卓
定員 各回 5名

百五銀行 嬉野支店 TEL.0598-42-5215
予約受付時間/9:00~17:00
松阪市嬉野中川新町1-89 定休日/毎週土・日曜日・祝日

16 誰でもできる不動産の査定

■講師 藤村 宏明

11月 16日(土) [13:00~14:00]
11月 21日(木) [13:00~14:00]
11月 30日(土) [13:00~14:00]

自分や親の所有している土地・建物・アパートはいくらぐらいの価値があるの?建物の解体費用は?チェックしておきたいポイントをお伝えします。

会場 不動産相続の相談窓口 マルキ産業 定員 各回 4名

不動産相続の相談窓口 マルキ産業 TEL.0598-56-7191
予約受付時間/9:00~19:00
松阪市久米町1150-1 定休日/毎週水・日曜日

17 美味しい緑茶が飲めるひと工夫教えます

■講師 清水 哲夫

11月 11日(月) [10:00~11:30]
11月 18日(月) [14:00~15:30]

日本茶インストラクターが、あなたが普段飲んでいるお茶の葉と急須で美味しくお茶を入れる方法を教えます。お茶に関する相談にも応じます。

会場 松阪北部商工会 嬉野支所 持ち物 普段使っているお茶、急須、ふきん
定員 各回 5名 材料費 100円

清水製茶 TEL.0598-35-0110
予約受付時間/9:00~17:00
松阪市嬉野小原町1435-1 定休日/不定休

18 切れてますか?包丁!包丁砥ぎ講座

■講師 無藤 雅彦

11月 2日(土) [9:00~10:00]
11月 6日(水) [9:00~10:00]
11月 20日(水) [13:30~14:30]

普段使っている包丁を実際に砥ぎながら、正しく砥ぐコツを教えます。切れ味の違いを実感してください。

会場 YOURS むとう 持ち物 包丁(1本)
定員 各回 3名

YOURS むとう TEL.0598-56-2138
予約受付時間/8:00~19:00
松阪市曽原町221-1 定休日/毎週日曜日・祝日

19 もう臭わない!タオルの干し方

■講師 飯田 貴彦

11月 8日(金) [14:00~15:00]
11月 15日(金) [14:00~15:00]
11月 22日(金) [14:00~15:00]

タオルの洗濯で一番悩みの多い臭い。ちょっとしたポイントで部屋干しでも臭わなくなる方法教えます。

会場 いせや 定員 各回 4名

いせや TEL.0598-56-3017
予約受付時間/9:00~19:00
松阪市小野江町384-3 定休日/毎週火曜日

20 簡単!紙袋で作るクリスマスラッピング!

■講師 飯田 貴彦

11月 14日(木) [14:00~15:00]
11月 21日(木) [14:00~15:00]

お店の包装ではもの足りないあなたに、茶色の紙袋を使っておしゃれにラッピングする方法をこっそり教えます。

会場 いせや 定員 各回 4名

いせや TEL.0598-56-3017
予約受付時間/9:00~19:00
松阪市小野江町384-3 定休日/毎週火曜日

21 自分の車、下から見上げてみよう!

■講師 斎藤 健司

11月 2日(土) [14:00~15:00]
11月 7日(木) [14:00~15:00]
11月 20日(水) [14:00~15:00]

リフトで上げて、普段見れない自分の車を下から見上げてみよう! 簡単な日常点検も一緒にしてみよう。

会場 斎藤商店 ENEOS 松阪西 持ち物 車(改造車不可)
定員 各回 2名もしくは2組

斎藤商店 ENEOS 松阪西 TEL.0598-56-2768
予約受付時間/9:00~19:00
松阪市上ノ庄町1987-4 定休日/毎週日曜日

22 気になるQRコード決済

■講師 斎藤 健司

11月 9日(土) [14:00~15:00]
11月 14日(木) [14:00~15:00]
11月 22日(金) [14:00~15:00]

キャッシュレス時代! 話題のQRコード決済。気になる、はじめてみたいけど…。そんな疑問にお答えします。

会場 斎藤商店 ENEOS 松阪西 持ち物 スマートフォン
定員 各回 3名 ※お支払いの端末によっては、ご利用になれない場合がありますので、申込時に確認させていただきます。

斎藤商店 ENEOS 松阪西 TEL.0598-56-2768
予約受付時間/9:00~19:00
松阪市上ノ庄町1987-4 定休日/毎週日曜日