

第1回 まちゼミ

全27講座

受講料無料!

- 講座によっては材料費がかかるものがあります。
- 材料費等は講座当日会場にてお支払いください。
- 申込み後、直前でキャンセルされた場合、材料費をいただく場合もありますのでご承知置きください。

お申込みは各店へ、お電話でご予約ください!

各店の受付時間をご確認の上、「まちゼミの申込みです。」とお店にお電話ください。

- 定員になり次第、締め切らせていただきます。
- 申込みは各店の受付時間内をお願いします。
- 受講対象者を限定している講座もあります。
- 各講座ともに、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参加をお願いします。

★今回「たかおか得するまちのゼミナール」にご参加された方にもれなく、「得するまちゼミクーポン」を差し上げます。

○商店主の皆さまへ
 次回、講師としてご参加いただけるお店を随時募集しています。詳しくは、
高岡市商店街連盟事務局
TEL. (0766) 23-5000
 (高岡商工会議所内)
 までお問い合わせください。

主催/高岡市商店街連盟
 高岡商工会議所
 高岡市商工会
 後援/高岡市
 事務局/高岡市商店街連盟
 高岡商工会議所 地域振興課
 高岡市丸の内1-40 TEL (0766) 23-5000

店主が先生、お店が教室になりました。 お店の人が教えてくれる!

たかおか得するまちのゼミナール

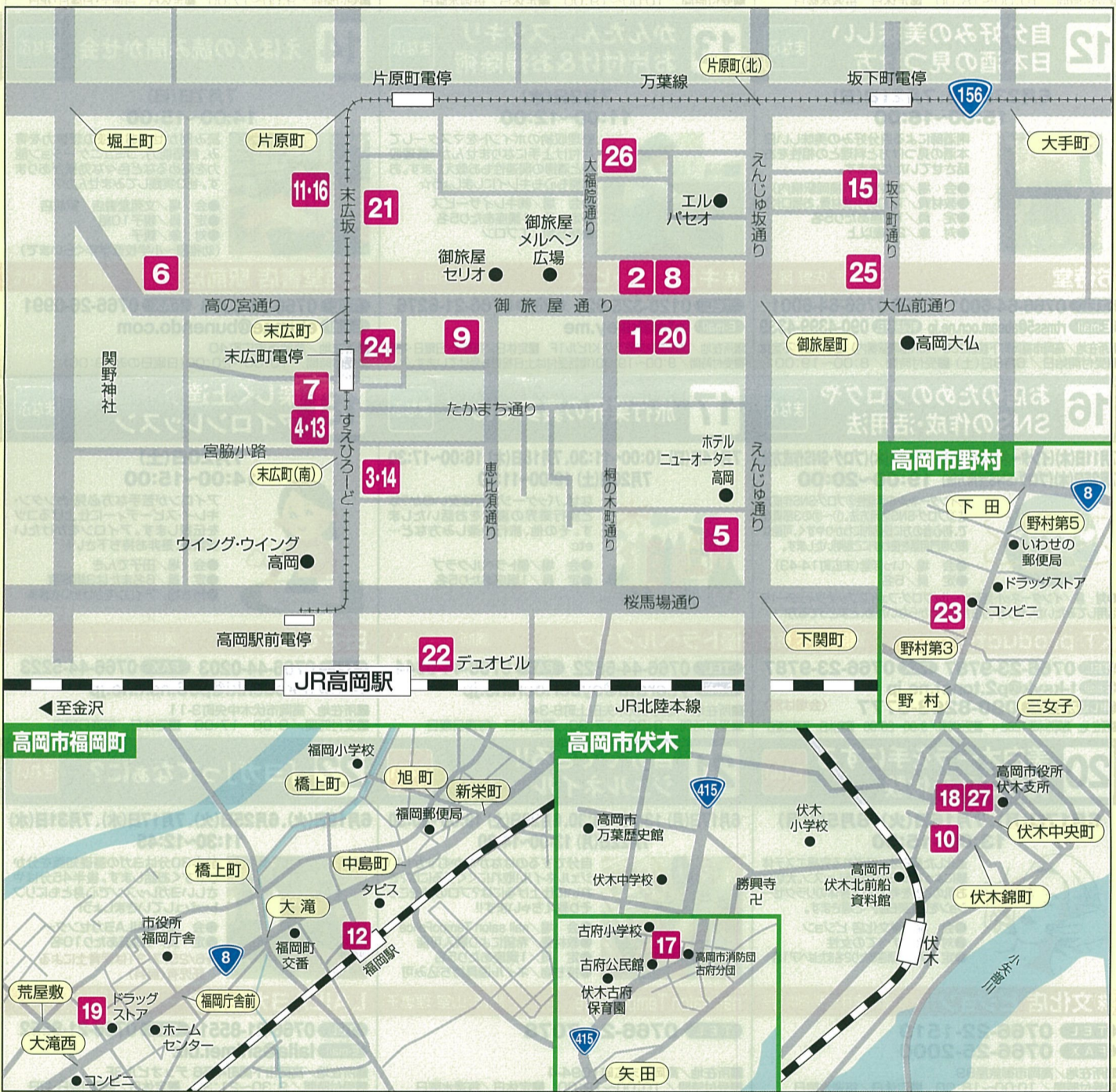
開催期間 6月15日(土) ▶ 8月10日(土)

申込開始
6月6日
 木

まちのゼミナールとは?

「つくる」「まなぶ」「きれい」「健康」など知りたい、体験したいテーマをお店の専門知識やプロだからこそ知る情報やコツなどを皆さんに**無料で教えるミニ講座**です。身近にある商店(教室)で新しい発見をしてみたいはかがですか。**講座では販売を一切いたしません。**お気軽にご参加下さい。

気になる講座がありましたら、各店にお気軽にお電話ください!



つくる まなぶ きれい

1 人にやさしい椅子作り つくる

6月15日(土)、7月13日(土)
 10:30~17:00(内、一時間程度)

お年寄りや膝の悪い人用の座椅子を作ります。材料は牛乳パックや、段ボール、新聞等をリサイクルにして作ります。自然と人にやさしい椅子作り。

- 会場/亀屋万年堂
- 教材費/200円(布、その他)
- 定員/1講座あたり5名
- 持ち物/当方で用意

亀屋万年堂 講師:河合 悦子
TEL 0766-25-2408
 ■所在地/高岡市御旅屋町89-5
 ■受付時間/9:30~18:30 ■定休日/毎週水曜日

2 スワロフスキーを使った手作りのストラップ つくる

7月2日(火)、7月9日(火)、7月15日(月)
 11:00~12:00

キラキラした輝きにうっとり!!スワロフスキーを使って手作りストラップを作ります。誕生石カラーを使うのもステキです。簡単な初級コース

- 会場/ステーション干場
- 教材費/400円~800円(スワロフスキー、ストラップひも他)
- 定員/1講座あたり5名

ステーション干場 講師:干場 芳美
TEL 0766-21-5510
FAX 0766-21-5510
 ■所在地/高岡市御旅屋町1207
 ■受付時間/10:00~18:00 ■定休日/毎週水曜日

3 タケコプター工作会 つくる

7月14日(日)
 14:00~15:00

ふるく+まんが+記事で遊びながら科学に強くなる!手回し発電タケコプターと一緒に作成しましょう。

- 会場/文苑堂書店 駅前店
- 教材費/1,500円
- 定員/親子10組
- 対象/小学生

文苑堂書店 駅前店 講師:井波 和代
TEL 0766-21-0333 FAX 0766-26-0991
E-mail ekimae@bunendo.com
 ■所在地/高岡市末広町40
 ■受付時間/10:00~20:00(日曜日のみ19:00)

4 ~自然素材~ ナチュラルお掃除教室 まなぶ

6月15日(土)、8月1日(木) 11:00~12:00

人にも環境にもやさしい重層・クエン酸を使ったオリジナル洗剤の作り方や、お掃除方法をお伝えします。実践を交えた楽しい講座です☆

- 会場/株式会社キレイサービス
- 定員/1講座あたり5名
- 持ち物/エプロン

株式会社キレイサービス 講師:中田 千晶

TEL 0120-325-925 FAX 0766-21-6276
E-mail info@kirey.me

■所在地/高岡市末広町7-7 Kビル1F ■定休日/毎週土・日曜日・祝日
■受付時間/9:00~19:00(電話受付は土日祝日も受けています。)

5 男の価値は「色」で決まる! まなぶ

6月15日(土)、7月13日(土)、8月10日(土) 14:00~15:30

1本のネクタイ、1枚のシャツを選ぶなら、もっと戦略的に「色」を選んでみませんか?

- 会場/シェーカー・オム
- 定員/1講座あたり3名

シェーカー・オム 講師:能作 敏克

TEL 0766-26-6161 FAX 0766-26-6161
E-mail shaker@exe.ne.jp

■所在地/高岡市新横町1044-2(えんじゅ通り)
■受付時間/11:00~20:00 ■定休日/毎週水曜日

6 めがねでできる アンチエイジング まなぶ

6月15日(土)14:00~15:30、7月13日(土)19:00~20:30
8月10日(土)19:00~20:30

年齢とともに変化する眼について分かりやすく解説。眼鏡と上手に付き合って快適なアイライフを。

- 会場/めがねのアイ
- 定員/1講座あたり3名
- 持ち物/お持ちの眼鏡をご持参下さい。

めがねのアイ 講師:中島 哲也

TEL 0766-22-3330 FAX 0766-25-1610
E-mail ai223330@agate.plala.or.jp

■所在地/高岡市末広町13-2
■受付時間/10:00~20:00 ■定休日/毎週水曜日

7 パンのおいしい 召し上がり方~試食 まなぶ

6月15日(土)、6月29日(土)、7月6日(土) 13:00~13:40

パンの作り方、パンの説明、パンの召し上がり方をお伝えします。

- 会場/ロマンベール
- 定員/1講座あたり6名

ロマンベール 講師:板倉 隆

TEL 0766-22-3397 FAX 0766-22-3397

■所在地/高岡市末広町7-4
■受付時間/13:00~17:00 ■定休日/毎週水・日曜日

8 快眠枕の選び方 まなぶ

6月16日(日)、7月8日(月)、8月1日(木) 10:30~11:30

眠りの質を左右する枕。理想の枕はひとりひとりの体型や姿勢によって違うものです。枕選びのポイントを実験していただきながらお伝えします。

- 会場/ヌノヤ高岡オタヤ店
- 定員/1講座あたり5名

ヌノヤ高岡オタヤ店 講師:布谷 昌子・杉本 祥子

TEL 0766-21-0632 FAX 0766-29-0632

■所在地/高岡市御旅屋町95
■受付時間/10:00~18:00 ■定休日/毎週水曜日

9 さらに輝くお父さんに する為の靴みがき まなぶ

6月18日(火)11:00~11:50、7月20日(土)15:00~15:50
8月8日(木)14:00~14:50

ビジネスシーンでもレジャーシーンでも自信に満ちた姿になる為に様々な磨き込みをしましょう!ファッションの要な靴を!!

- 会場/ヤナギ屋洋服店
- 定員/1講座あたり7~8名
- 持ち物/靴みがき用の乾いたタオル1枚

ヤナギ屋洋服店 講師:吉岡 清一

TEL 0766-22-2660 FAX 0766-24-6752
E-mail yanagiya@p1.tcnnet.ne.jp

■所在地/高岡市御旅屋町9
■受付時間/10:00~19:00 ■定休日/毎週水曜日

10 楽しい福祉用具講座 まなぶ

6月21日(金)、7月12日(金)、8月9日(金) 15:00~16:00

福祉用具はどこで買いたいのか?どんな福祉用具があるのか?金額の負担が心配なのだけども...そのような不安にお答えする分かりやすい講座です。

- 会場/高木家(まるしん近くの古民家)(高岡市伏木錦町7-16)
- 定員/1講座あたり10名

福祉用具レンタル販売まるしん 講師:塚田 高史

TEL 0766-44-2248 FAX 0766-44-6833
E-mail msk.tak@carrot.ocn.ne.jp (会場は別)

■所在地/高岡市伏木錦町6-12 ■受付開始日/6月3日(月)
■受付時間/9:00~17:00 ■定休日/毎週土・日曜日・祝日

11 初心者のための ジグソーパズル講座 まなぶ

6月22日(土) 19:00~19:50
6月23日(日)・24日(月) 10:00~10:50

ジグソーパズルとは何か、やり方、仕上げ方、楽しみ方について話をした上で、実際に挑戦していただきます。

- 会場/いっぽ堂
- 定員/1講座あたり4名
- 持ち物/眼鏡を使用の方はご持参下さい。

いっぽ堂 講師:大谷 彰郎

TEL 0766-25-8632 FAX 0766-25-8632
E-mail info@ippodou.com

■所在地/高岡市末広町14-43
■受付時間/11:00~20:00 ■定休日/毎週水曜日

12 自分好みの美味しい 日本酒の見つけ方 まなぶ

6月23日(日)、7月21日(日) 15:00~16:00

嗜酒師による自分好みの美味しい日本酒の見つけ方と料理との相性をお話させていただきます。

- 会場/お待堂(JR福富駅構内)
- 教材費/1,000円(食材費、お猪口付)
- 定員/1講座あたり5名
- 対象/20歳以上

お待堂 講師:佐野 隆一

TEL 0766-64-6001 FAX 0766-64-6001
E-mail rtmss5@abeam.ocn.ne.jp (申し込みTEL) 090-4399-4339

■所在地/高岡市福富町下裏新255-1(JR福富駅構内) ■定休日/不定休
■受付開始日/6月8日(土) ■受付時間/8:00~19:00

13 かんたん☆スッカリ お片付け&お掃除術 まなぶ

7月3日(水) 11:00~12:00

整理収納のポイントをマスターして片付け上手になりませんか?整理収納と清掃の関連性もお教えします。お部屋も心もキレイにしましょう☆

- 会場/株式会社キレイサービス
- 定員/1講座あたり5名
- 持ち物/エプロン

株式会社キレイサービス 講師:中田 千晶

TEL 0120-325-925 FAX 0766-21-6276
E-mail info@kirey.me

■所在地/高岡市末広町7-7 Kビル1F ■定休日/毎週土・日曜日・祝日
■受付時間/9:00~19:00(電話受付は土日祝日も受けています。)

14 えほんの読み聞かせ会 まなぶ

7月7日(日) 14:00~15:00

読み聞かせはお子様の想像力を育み、言語能力、コミュニケーション能力を高めるなど色々な効果があります。ぜひ実践してみませんか?

- 会場/文苑堂書店 駅前店
- 定員/親子10組
- 対象/親子(幼稚園~小学校低学年くらいまで)

文苑堂書店 駅前店 講師:井波 和代

TEL 0766-21-0333 FAX 0766-26-0991
E-mail ekimae@bunendo.com

■所在地/高岡市末広町40
■受付時間/10:00~20:00(日曜日のみ19:00)

15 節句人形店がお教える 掛け軸の扱い方 まなぶ

7月8日(月) 10:00~11:00、7月11日(木) 14:00~15:00
7月13日(土) 11:00~12:00

いつまでも大切にしたい掛軸(天神様・雛人形・五月人形等)の掛け方や収納方法のポイントをわかりやすくお教えします。

- 会場/ベビープラザ サカキヤ
- 定員/1講座あたり5名

ベビープラザ サカキヤ 講師:酒井 敏行・酒井 真佐子

TEL 0766-22-3137 FAX 0766-22-3171
E-mail sakaiya@watch.ocn.ne.jp

■所在地/高岡市坂下町1216 ■定休日/毎週水曜日
■受付時間/10:00~18:00 (10月中旬~5月連休まで定休日なし)

16 お店のためのブログや SNSの作成・活用法 まなぶ

7月11日(木)(インターネットの可能性) 7月18日(木)(ブログ・SNS作成方法) 7月25日(木)(ブログ・SNS活用方法) 19:00~20:00

①インターネットの可能性②ブログ・SNS作成方法③ブログ・SNS活用方法。①~③の3部構成で、初心者の方に段階的にわかりやすく、可能な限り専門用語を使わずにご説明いたします。

- 会場/いっぽ堂(末広町14-43)
- 定員/5名

●対象/インターネット無料ツール(ブログ・フェイスブック・ツイッター)を活用してみたいが、やり方・方法がよくわからないため、とまどっている方!

KT products 講師:高木 啓祐

TEL 0766-23-9787 FAX 0766-23-9787
E-mail t-ksyk@p2.tcnnet.ne.jp (申し込み先TEL) 090-8263-6777 (会場は別)

■所在地/高岡市末広町1282-4 ■受付時間/9:00~20:00 ■定休日/毎週日曜日

17 旅行業界の裏表 etc... まなぶ

7月14日(日) 10:00~11:30、7月18日(木) 16:00~17:30
7月20日(土) 10:00~11:30

なぜ、パッケージ旅行は安いのか?など旅行業界の裏表をお話いたします。その他、旅行の楽しみ方など...etc

- 会場/優トラベルクラブ
- 定員/1講座あたり5名

優トラベルクラブ 講師:新多 勇人

TEL 0766-44-6822 FAX 0766-44-6844
E-mail yt.arata@cyber.ocn.ne.jp

■所在地/高岡市伏木矢田上町8-34
■受付時間/9:30~17:30 ■定休日/毎週日曜日

18 楽しく上達♪ アイロンレッスン まなぶ

7月20日(土) 14:00~15:00

アイロンが苦手な方必見!カンタン・キレイ・スピーディーに仕上げのコツを伝授します。アイロンをかけた衣類等、是非お持ち下さい!

- 会場/田子でんき
- 定員/6名または3組程度
- 持ち物/アイロンをかけた衣類等

田子でんき 講師:田子でんきスタッフ

TEL 0766-44-0203 FAX 0766-44-5223
E-mail takodenki@po6.msk.ne.jp

■所在地/高岡市伏木中央町3-11
■受付時間/9:00~17:00 ■定休日/毎週日曜日

19 初心者の為の ネイルケア、カラー講座 きれい

6月15日(土)、6月17日(月)、6月25日(火) [1日3回]

①10:00~11:30 ②13:00~14:30 ③16:00~17:30

自分でできる簡単なケアや爪の正しい塗り方や修正の仕方をお教えします。

- 会場/NailSpace COVO
- 教材費/500円(ファイル、ウッドスティック、リムーバー他)
- 定員/1講座あたり2名

NailSpace COVO 講師:山崎 宣子

TEL 090-3887-1229
E-mail nailspacecovo@yahoo.co.jp

■所在地/高岡市福富町荒屋敷115
■受付時間/10:00~19:00 ■定休日/不定休

20 美白オーラを手にする 究極エステ体験 きれい

6月17日(月)、7月16日(火)、8月5日(月) 13:00~15:00

進化した美白オーラ溢れる究極エステ体験によってシミの原因をレッスン。大切なお肌のことを考え、心と身体のリラクゼーションをして美白肌へと導きます。

- 会場/株式会社ピジョン
- 対象/すべての女性
- 定員/1講座あたり2名またはペア1組

株式会社ピジョン 講師:奥村 明美・田中 陽子

TEL 0766-22-1519 FAX 0766-25-2000

■所在地/高岡市御旅屋89
■受付時間/10:00~18:00 ■定休日/毎週水曜日

21 自分でできる!! ジェルネイル きれい

6月17日(月) 13:00~14:30、6月29日(土) 19:00~20:30
7月22日(月) 13:00~14:30

自分でするのはなかなかむずかしいジェルネイル。取れにくくなるには?きれいに仕上げるには?プロの技をコツコツお伝えいたします!!

- 会場/nail salon TempoFelice
- 教材費/希望により購入可能
- 定員/1講座あたり5名
- 持ち物/ネイル道具持ち込み可

nail salon TempoFelice (フタバファミリー) 講師:山室 理恵子

TEL 0766-21-7078

■所在地/高岡市末広町1094-4
■受付時間/10:00~19:00 ■定休日/毎週水曜日

22 「ヨガ」ってなに? きれい

6月18日(火)、6月25日(火)、7月17日(水)、7月31日(水) 11:30~12:45

前半30分はヨガの基礎知識を分かりやすくお話しします。後半45分はやさしいヨガレッスンで心身ともにリフレッシュしていきましょう!

- 会場/LAILAヨガセンター
- 定員/1講座あたり10名
- 6/25、7/31は保育士による託児有(無料)

LAILAヨガセンター 講師:柴田 由真(産学) 南林 裕香(レッスン)

TEL 0766-21-8551 FAX 0766-21-8552
E-mail laila@shimei.biz

■所在地/高岡市下関町4-56 デュオビル3F
■受付時間/9:30~21:30 ■定休日/毎週月曜日・祝日

23 リフトUP!! お肌再生アンチエイジング きれい

6月19日(水)、6月26日(水)、7月3日(水) 15:00~16:00

ノーベル賞成分、お肌再生型EGFを高配合!若返り効果大!!のバックを使用しおススメのコースをご紹介します。

- 会場/T's HAIR INAGAKI
- 教材費/600円
- 定員/1講座あたり3~4名
- 対象/女性限定

T's HAIR INAGAKI 講師:稲垣 美代子、中野 愛

TEL 0766-24-0095 FAX 0766-24-0095
E-mail ts-hair@h8.dion.ne.jp

■所在地/高岡市野村777-1
■受付時間/9:00~18:00 ■定休日/毎週月曜日、第1・第3火曜日

24 体型変化に合わせた 下着の選び方 きれい

6月23日(日) 10:00~11:00

体型を整えるファンデーション。ブラジャーやガードルは、それぞれの年代に合わせたものづくりをしています。快適に過ごせる下着の選び方を紹介します。

- 会場/ランジェリー パル
- 定員/1講座あたり5名

ランジェリー パル 講師:吉富 敦子

TEL 0766-22-5088 FAX 0766-22-5088

■所在地/高岡市末広町1007
■受付時間/10:30~19:00 ■定休日/毎週水曜日

25 花嫁体験! 歩き方レッスン&ブチマナー講座 きれい

6月27日(木) 14:30~16:00
7月9日(火)・22日(月) 10:30~12:00

ウエディングドレスを着て歩いてみませんか?なんちゃって花嫁体験で婚式マナーや普段の歩き方もソラソラに、もちろん本場の花嫁様も参加OK。

- 会場/ブライダルハウスひまわり
- 定員/1講座あたり6名
- 対象/女性(お子様からおばあ様まで、親子参加もOK)
- 持ち物/ストッキング

ブライダルハウスひまわり 講師:板坂 玲伊子

TEL 0766-22-3660 FAX 0766-22-3672
E-mail bridal@himawari-b.co.jp

■所在地/高岡市坂下町1201-1
■受付時間/9:30~19:00 ■定休日/毎週水曜日

26 おしゃれな ストールの巻き方 きれい

7月8日(月) 10:30~11:30

一年を通して、ストールは大活躍。ファッションであり、紫外線からも守ってくれます。おしゃれな巻き方でストールを楽しんでみましょう。

- 会場/おしゃれの店 なかのや
- 定員/1講座あたり5名
- 持ち物/ストール

おしゃれの店 なかのや 講師:中野 尚子

TEL 0766-22-4633 FAX 0766-22-4633

■所在地/高岡市中央町82(大福院通り)
■受付時間/10:00~17:00 ■定休日/毎週水曜日

27 アンチエイジング セルフエステ講座 きれい

7月26日(金) ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 ③15:00~16:30

アンチエイジング対策を自分でできるお手入れ方法をお教えいたします。

- 会場/タカハタ化粧品店
- 定員/1講座あたり2名
- 対象/女性

タカハタ化粧品店 講師:高畑 まき子

TEL 0766-44-0149 FAX 0766-44-0149

■所在地/高岡市伏木中央町3-9
■受付時間/10:00~19:00 ■定休日/毎週日曜日