

得する街のゼミナール

毎日の暮らしに、ちょっとした知識のスパイスを加えましょう!

2/8日受付開始!

開催期間

2021年2月12日(金)~3月14日(日)



全24講座

受講料
無料



「まちゼミ」とは?

お店の方が講師となって、プロならではの知識や情報、コツを無料で教えてくれる少人数のミニ講座です!

安心して受講していただくために、お店からの販売・勧誘はございません。

グーグル
マイマップで
参加店の検索が
できます



▲QRコードを読み込んでください。

お申し込みの手順

●各講座の詳細はチラシをご覧ください。



ゼミを選ぶ

① チラシを見て受講したい講座をお選びください。

お店へ直接申し込む

② 受けたい講座のお店へ「まちゼミの申し込みです」とお電話ください。

参加する

③ 時間、場所をお間違えないようにご参加ください。

最新情報は
コチラ!

鹿沼まちゼミ
公式フェイスブック

<https://www.facebook.com/kanumamachizemi>



●定員になり次第締め切らせていただきます。●申し込みは、各店の受付時間内をお願いします(受付初日は、電話回線の混雑が予想されます)。●受講者対象者が限定されている講座があります。お子様連れの方は、電話受付時に同伴可能かどうかを確認してください。●各講座ともに、お申し込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。●小学生以下の方は保護者同伴でご参加をお願いします。●講座内容によっては材料費がかかります(講座当日に会場で徴収)。材料費の詳細は、お申し込みの際に各店舗にてご確認ください。●講座会場にて、他の受講者に対する営業活動や勧誘はご遠慮ください。

新型コロナウイルス 感染予防対策 受講者の 皆様へのお願い



安心・安全 講師店の 予防対策



新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、予告なく講座内容の変更や中止、延期をする場合がありますのでご了承ください。



各講座は4つに色分けされています

New! は新規参加店です

キレイ
beauty

美容を追求する講座です

健康
health

健康を追求する講座です

つくる・たべる
make & eat

作品製作や飲食に関する講座です

まなぶ
learn

知識や知恵を学ぶ講座です

ナイトまちゼミ
18時以降に開催される講座です。

お申し込み・各講座についてのお問い合わせはお気軽に各お店へ直接お電話ください

ご注意ください

●受付時間と営業時間が違う場合があります。●主催店と会場が異なる場合があります。

1 脱毛の話とノンストレス脱毛体験



脱毛についてのお話しと、痛くない・熱くない、早い、のノンストレス脱毛体験。キッズからシニアまで体験することが出来ます。

おうち Salon Sourire

☎090-4131-4142

【受付/10:00~20:00】・【定休日/日曜・祝日】

●住所/鹿沼市坂田山14丁目161-2F

2 マスク美人の作り方



目元を制するだけで美人度が増す! 目まわりのシワ・くすみケアテクニックご紹介いたします。

しんかわ化粧品店

☎0289-62-3594

【受付/9:30~19:00】・【定休日/日曜】

●住所/鹿沼市下横町1301-1

3 まくらの悩み解決します



枕の正しい選び方をお話しします。

すいーとほーむいせも

☎0289-65-2265

【受付/10:00~19:00(予約)】・【定休日/水曜】

●住所/鹿沼市西茂呂2-7-26

4 第5回 姿勢からみる肩こり



姿勢からみた肩凝りについてお話しします。受講者様の要望にこたえ、施術体験もいれます(体験のため10分少々となります)!

肩こり専門整体 ももとほくしのとんぼ

☎080-6887-5408

【受付/10:00~22:00】・【定休日/不定休】

●住所/鹿沼市貝島町5028-25

5 ハンドケア講座

2月18日(土)・25日(土)
各日10:00~11:30
会場:店舗
講師:鈴木洋子
●対象/どなたでも
●定員/4名または2組
●持ち物/ハンドタオル2枚
●材料費/500円(オイル代)

お疲れご家族に自宅で簡単ハンドケア講座!
手首までの施術にlet's try!!お持ち帰りオイル有り!

肩こり専門整体 ももとほぐしのとんぼ
☎080-6887-5408
【受 付/10:00~22:00】【定休日/不定休】
●住所/鹿沼市貝島町5028-25

9 子宝漢方

2月13日(土)・27日(土)
3月13日(土)
各日14:00~15:00
会場:店舗
講師:鳥居英勝
●対象/どなたでも
●定員/1組
●持ち物/なし
●材料費/なし

身体を調えれば、自然と授かりやすくなるものです。
[授かりやすい身体造りのポイントを、お一人お一人に合わせて]
ご紹介させていただきます。

保健堂 鳥居薬局
☎0289-62-3246
【受 付/9:00~19:30】【定休日/日曜】
●住所/鹿沼市上田町1968

13 福を呼ぶ「開運のミニほうき作り体験」

2月13日(土)・14日(日)・23日(火・休)
3月6日(土)・13日(土)
各日10:30~11:30
3月13日(土)のみ14:00~15:00も実施
会場:店舗 講師:鈴木 隆
●対象/女性・親子 ●定員/各6名
●持ち物/なし
●材料費/1,300円(教材代)
★鹿沼映画「ほうきに願いを」春上映
受講者様に映画優待券プレゼント!

ほうき草を使い、開運のミニほうきを楽しく作り、
コロナを掃き出そう!!

大坂屋「夢葉」店
☎0289-62-2076
【受 付/8:00~19:00】【定休日/不定休】
●住所/鹿沼市仲町1703-8

17 コロナ禍で役立つ私の健康和帳づくり

2月12日(金)・13日(土)・19日(金)
20日(土)・26日(金)・27日(土)
3月5日(金)・6日(土)・12日(土)・13日(日)
各日10:00~10:45
会場:店舗
講師:唐紙初枝
●対象/どなたでも
●定員/各1名
●持ち物/なし
●材料費/なし

古くからある和と製本でつくる「私の健康手帳」。今、新型コロナ
からあなたとあなたの家族の健康を守るために役立ててみませんか。

ポップな印刷工房 カラカミ
☎0289-65-4088
【受 付/8:00~17:00】【定休日/日曜・祝日】
●住所/鹿沼市東末広町1940

21 ソーシャルディスタンスでGoTo笑顔

2月18日(土)・25日(土)
3月4日(土) 各日10:45~11:45
3月11日(土) 18:30~19:30
会場:店舗 講師:山市敦子 他
●対象/持病・介護・育児・温泉・旅・
シユーマイ・純米酒、
なんでもOK!女将と語りたいた。
●定員/4名または2組
●持ち物/マスク・飲み物・おやつ
●材料費/なし

定休日のラーメン屋で、笑顔になれること語りましょう!

ラーメン山いち
☎0289-78-4618
【受 付/10:00~11:00・13:00~14:00】【定休日/木曜】
●住所/鹿沼市西茂呂3丁目39-14

6 冷え性でお悩みの方!お試し体験!

3月5日(土)・6日(土)
各日13:30~14:00
会場:店舗
講師:浅野雅子
●対象/女性
●定員/各2名
●持ち物/なし
●材料費/なし

美容機器の体験。冷えやむくみでお困りの方、
ぜひお試しください。

つぼ&リンパマッサージ スキップ
☎0289-62-2475
【受 付/10:00~20:00】【定休日/年末年始】
●住所/鹿沼市万町897-5

10 玉川温泉の10倍以上で湯治と経皮毒のお話

2月13日(土)・18日(土)・25日(土)・27日(日)
3月4日(土)・11日(土)・13日(日)・18日(土)・19日(日)
各日13:30~15:30
会場:店舗 講師:野尻房子
●対象/自己免疫力を上げたい方、
アトピー、香害でお悩みの方。
●定員/各3名
●持ち物/バスタオル1枚・タオル1枚(通常サイズ)
●参加費/500円
2名以上の場合は1200円になります。

半年先まで予約が取れない有名な玉川温泉の10倍以上の濃度!鹿沼で湯治!
免疫力UPと日用品に潜む経皮毒や人間本来の力にDetoxまでのお話。
ご予約・お問い合わせは、10:30~12:30迄とさせていただきます。

隠れ家的サロン・ヒーリングハウス Poloka
☎080-8837-0808
【受 付/10:00~17:00】【定休日/日曜・第3日曜・祝日】
●住所/鹿沼市上殿町1147-25

14 ミモザとユーカリのリースを作ろう!

2月15日(日)・17日(火)・22日(日)
3月5日(金)
各日10:30~12:00
2月26日(日)18:00~19:30
会場:店舗
講師:野口・大森・伏木・渡辺
●対象/どなたでも
●定員/各8名 ●持ち物/なし
●材料費/2,200円(税込)
(ミモザ・ユーカリリース台)

人気のリースをフレッシュなミモザとユーカリで作ります。
ドライフラワーになっていくのを楽しみながら、長く飾れます。

フラワーヒルズ
☎0289-63-6031
【受 付/9:00~18:30】【正月3日休】
●住所/鹿沼市東町3-4-20

18 小・中学生の個別学習塾・分かるを実力に

2月13日(土)・14日(日)・23日(火・休)
3月6日(土)・13日(土)
各日14:00~15:30
会場:大坂屋店舗2階
講師:鈴木 隆
●対象/小・中学生 ●定員/各6名
●持ち物/筆記用具
●材料費/500円(プリント教材代)
★鹿沼映画「ほうきに願いを」春上映
受講者様に映画優待券プレゼント!

個別指導でしっかりとした基礎学力の定着を図り、教科内容により深く
理解させます。作文読解力の繰り返し学習と式・計算・作図の応用を提供。

個別指導の開隆塾 仲町校
☎090-9642-9544
【受 付/17:00~22:00】【定休日/日曜】
●住所/鹿沼市仲町1703-8(大坂屋内2階)

22 寒くならない!快適な換気を知ろう!

2月23日(火・休)・3月1日(日)
各日10:00~12:00
会場:店舗
講師:赤坂・松島
●対象/どなたでも
●定員/1組様限定
●持ち物/なし
●材料費/なし

寒い季節の換気、窓を開けるとせっかく暖めた空気が
逃げてしまいます!暖めた空気を逃さずに換気できたい!と
思いませんか?快適なモデルハウスで換気のアレコレお教えします!

(株)IKホームリフォームかめま
フリーコール ☎0800-080-4118
【受 付/10:00~17:00】【年中無休】
●住所/鹿沼市貝島町5027-1

7 免疫の要!腸を学んで健康にもっと美しく★

2月12日(金)・18日(土)・3月5日(金)
各日10:00~12:00
2月27日(土)・3月13日(土)
各日13:00~15:00
会場:店舗
講師:金子紗織
●対象/20代~60代の女性
●定員/各4名または2組
●持ち物/バスタオル1枚
●材料費/1,000円(運べる腸活グッズ代)

コロナやインフルエンザ、花粉症に腸の不調が関係している!?
すぐに取り入れられる食事やセルフ腸もみ法をお伝えします。

めぐりめぐる
☎0289-78-4520
【受 付/9:00~20:00】【定休日/水曜】
●住所/鹿沼市榎山町418-19

11 つまみ細工でブローチを作ろう

2月22日(日)・23日(火・休)
3月6日(土) 各日13:00~15:00
3月7日(日)10:00~12:00
会場:店舗
講師:林弘美
●対象/どなたでも
●定員/5名
●持ち物/なし
●材料費/300円

成人式や七五三などでご存知のカンザシをデニムやコットン布
で普段使えてくるブローチやストラップに大変身!!
簡単にできますのでお越しください。

串カツ Ju-So
☎090-2252-9969
【受 付/18:30~22:00】【定休日/日曜・月曜】
●住所/鹿沼市久保町1859-3

15 大人気!天然石プレス★プラト!!講座

2月26日(日)10:00~11:00
2月27日(日)13:00~14:00
会場:店舗
講師:若松秀麗
●対象/どなたでも
●定員/各4名
●持ち物/なし
●材料費/1,100円(税込)
(天然石プレスレット製作費)

貴方は才能アリ?それとも凡人?講師が「自分にピッタリな天然石の
組合せ」をご指南した後、実際にプレスを作って競っていただきます!

天然石(有)Bang・Bang
☎0289-63-6708
【受 付/10:00~19:00】【定休日/水曜】
●住所/鹿沼市蓬萊町1396

19 ハーブの香り診断&足体操で美脚立ち!

ハーブの香り★診断
2月14日(日)・18日(木)
3月1日(日)・10日(水)
各日13:00~14:30
2月14日(日)19:00~20:30
会場:店舗
講師:荒川栄子・根岸菜子
●対象/40代~
●定員/各3名 ●持ち物/なし
●材料費/500円
(ハーブ3種 お持ち帰り)

ハーブの香りが今の自分を教えてくれる♥心身のメッセージを受けとり、
足体操で体の幹を整えよう。爪先立ち、かかとおとしを覚えて美脚立ちよ。

憩いのぼぼペネ
☎0289-74-7486
【受 付/10:00~17:00】【定休日/金曜・土曜・祝祭日】
●住所/鹿沼市西茂呂1丁目5-10 豊田店舗II-103

23 探究『生活の中のSDGs』

2月28日(日)13:30~15:00
3月6日(土)10:00~11:30
2月26日(日)18:30~20:00
会場:店舗
講師:平野克己
●対象/どなたでも
●定員/各8名
●持ち物/なし
●材料費/なし

テレビでも注目される持続可能な開発目標「SDGs」。世界規模の目標と、
私たちの日常生活の結びつきを、話し合いながら考える講座です。

かめま市民活動広場 ふらっと
☎0289-60-2212
【受 付/9:00~21:00(日祝は19:00まで)】【定休日/水曜・年末年始】
●住所/鹿沼市下横町1302 まちなか交流プラザ1F

8 布ナプキン!知って触って試してみよう!

2月13日(土)・19日(金)・3月7日(日)
各日13:00~15:00
2月25日(土)・3月7日(日)
各日10:00~12:00
会場:店舗
講師:金子紗織
●対象/20代~60代の女性
●定員/各4名または2組
●持ち物/縫い針1本・まち針3本
●材料費/2,000円(布ナプキン材料費)

布ナプキンってなに?使い方、洗い方は?モシタリ臭ったりしない?
みんな不安がいっぱい!まずはご自分で作って触ることからはじめませんか?

めぐりめぐる
☎0289-78-4520
【受 付/9:00~20:00】【定休日/水曜】
●住所/鹿沼市榎山町418-19

12 世界に一つだけのカレンダーをあなたに

2月9日(火)・16日(火)
各日13:15~14:15
会場:社内
講師:阿部真一
●対象/どなたでも
●定員/各5名
●持ち物/カレンダーにしたい写真
及び写真データ1点
●材料費/500円(実費・全額返還券A寄付)

デザインから製版・印刷の一貫工程を説明、見学して頂きます。
日頃見ることがない工場見学を通して印刷の魅力を体感頂け
ましたら幸いです。

晃南印刷株式会社
☎0289-62-4141
【受 付/9:00~18:00】【定休日/日曜】
●住所/鹿沼市緑町3-8-33

16 春の寄せ植え教室

3月4日(木)・5日(金)・11日(木)
12日(金)・13日(土)
各日14:00~15:30
会場:店舗
講師:木嶋一俊
●対象/どなたでも ●定員/各5名
●持ち物/手袋・ハサミ(園芸用)
鉢(店頭でも販売しています)
●材料費/約2,000円位~

春の草花を用いて、季節の寄せ植えを作成します。
店頭よりお好みのお花をお選び頂き、一緒に植え込みましょう!
鉢(直径30cm以内)持参OKです。

(有)大関種苗園
☎0289-62-3666
【受 付/9:00~18:00】【定休日/日曜】
●住所/鹿沼市鳥居跡町1416

20 やさしい年金

2月17日(火)・3月10日(水)
各日9:00~9:50~
10:40~11:30~
12:20~
会場:店舗
講師:竹野井靖之・岡野陽洋
●対象/どなたでも
●定員/各時間帯1名ずつ
●持ち物/筆記用具
●材料費/なし

私の年金は何歳になったらどのように受け取るの?
年金のしくみ・受給年齢・金額などを詳しくご説明します。ぜひご参加ください!

鹿沼相互信用金庫 仲町支店
☎0289-62-7272
【受 付/9:00~15:00】【定休日/土曜・日曜・祝日】
●住所/鹿沼市仲町1700-2

24 散歩気分でまち歩き(一度入ってみたいお店へも!)

3月10日(水)・11日(木)
各日9:30~12:00
会場:集合は旅ペリー
受付9:30予定
(後日連絡いたします)
同行者:小室千鶴子
●対象/どなたでも
●定員/8名
●持ち物/なし
●材料費/御朱印300円(書き置き)

薬王寺さん(3/10のみ)~根本傘屋さん~ブティックソレイユさん
~櫻洲と平商店さん~仲町屋公園台~伝統工芸館にて終了

(有)旅ペリーかめま
☎0289-60-5301
【受 付(平日のみ)9:30~15:00】【定休日/土曜・日曜・祝日】
●住所/鹿沼市石橋町1543