



# 大東まちゼミ

開催期間 2024.

7/16火・8/31土

申込開始

6/25

(火)

全 **58** 講座!

受講料無料 販売行為一切なし!  
(材料費が必要な場合があります)

キッズ  
親子

ライフ  
プラン

趣味

まなぶ

美容と  
健康

グルメ

こども  
先生ゼミ

コラボ



カフェやすらぎハウスくまさん家(ち)で  
ボードゲームに真剣に取り組む子ども達

## 大東まちゼミ受講の3ステップ!

①選ぶ!!

パンフレットから  
講座を選ぶ!

②申し込む!!

電話やQRコード等  
から申し込む!

③参加する!!

場所や時間 持ち物等  
お店の人に確認!

## 大東まちゼミとは?

大東市内のお店の方が講師となって、プロならではの  
コツや知識を教えてくれる少人数制のミニ講座です!

お問合せ 大東まちゼミの会事務局 (大東市産業経済室) TEL:072-870-4013

主催/大東まちゼミの会 後援/大東市教育委員会 協力/大東商工会議所・大東市商業連合会・大東市



●申し込み日は6/25(火)からです!

それまではお受けできませんのでご了承ください。

●各講座、定員になり次第募集を締め切らせていただきます。

●場所や駐車場の有無などはお店にお問い合わせください。

●お申込み後のキャンセルは、材料費を頂く場合があります。

●講座日程について、記載

日程以外に追加日程対応

可能な講座もあります。

お問合せください。

各講座右上のマークについて



【無料マーク】  
参加費無料です



【持ち物マーク】  
持ち物や服装指定等  
あり。お申込み時に  
ご確認ください

|    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  |
| 43 | 39 | 15 | 11 | 4  | 1  | 12 | 13 | 5  | 16 | 21 | 1  | 40 | 3  | 25 | 44 |
| 54 | 43 | 21 | 22 | 21 | 6  | 17 | 16 | 7  | 20 | 38 | 4  | 41 |    | 28 | 46 |
|    | 45 | 24 | 27 | 26 | 13 | 19 | 21 | 9  | 32 | 45 | 18 | 48 |    | 52 | 50 |
|    |    | 32 | 33 | 31 | 14 | 20 | 33 | 17 | 42 |    | 23 |    |    | 53 |    |
|    |    | 42 | 57 | 38 | 40 | 28 | 34 | 30 | 47 |    | 25 |    |    |    |    |
|    |    | 53 |    | 39 | 44 |    | 43 | 31 | 48 |    | 44 |    |    |    |    |
|    |    | 58 |    |    | 51 |    | 55 | 43 | 56 |    | 49 |    |    |    |    |

|    |   |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|----|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 1  | 2 | 3  | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 木  | 金 | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 祝  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
| 3  |   | 8  | 1  | 4  | 23 | 2  | 22 | 19 | 1  |    |    |    | 39 |    | 30 | 39 | 11 | 19 | 31 | 2  | 4  | 48 | 10 | 27 | 28 |    |    | 44 |    | 18 |
| 20 |   | 26 | 9  | 24 | 45 | 5  | 32 |    | 31 |    |    |    |    |    |    | 48 | 22 | 37 | 34 | 38 | 12 |    | 15 |    |    |    |    |    |    |    |
| 32 |   | 29 | 14 | 41 |    | 38 | 42 |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 57 | 41 |    |    | 28 |    | 18 |    |    |    |    |    |    |    |
| 35 |   | 47 | 30 | 46 |    |    | 55 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 45 |    | 20 |    |    |    |    |    |    |    |
| 42 |   | 56 | 54 | 49 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 46 |    | 30 |    |    |    |    |    |    |    |
|    |   |    |    | 58 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    | 36 |    |    |    |    |    |    |    |    |

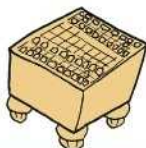
## キッズ親子 -未来を体験-



### 1 アナログゲームで なかよくろう!

無料

盤をはさんで楽しむゲームで、親子・友だちと楽しくなろう! 囲碁・将棋・シャンチー(中国の将棋)・マンカラのほか、回り将棋などもあります。



7/21(日) 7/27(土) 8/4(日) 8/10(土)  
いずれも13:00-16:00

●対象:どなたでも ●定員:5組または10名程度  
●講師:社会教育士 熊野和伸

【会場】カフェやすらぎハウスくまさん家(ち)  
谷川2-3-1

申込 072-381-0507  
またはQRコード

定休日 火祝 受付時間 9:00-16:00



### 2 木工パズルに チャレンジしよう!

家具製作の端材を使用して作られた木工パズル。約400通りある組合せにチャレンジ!



8/7(水) 8/21(水)  
いずれも11:00-12:00、13:00-14:00

●対象:小学生以上 ●定員:8名  
●費用:500円(飲料代) ●講師:山田友理奈

【会場】もりねき書店  
北条4-3-9

申込 QRコード

定休日 月火 受付時間 10:00-18:00



### 3 親子で育脳を 体験しよう!

無料

1.フラッシュカード 2.神経衰弱  
3.さがし絵 4.Piks(写真) 5.ラッシュアワー

親子で賢くなる秘密を見つけにきてね!



7/29(月) 8/1(木) いずれも10:30-11:15

●対象:3歳~10歳のお子様(保護者様同伴)  
●定員:4組 ●講師:岩崎貴子

【会場】トミタの家づくり舎  
大野1-5-31

申込 TEL 090-5647-2560

育脳教室 脳make

またはQRコード

定休日 土日祝 受付時間 9:00-15:00



### 4 小学生のやってみたいを 出来たに変わるピアノレッスン

人気のアニメからJ-POPまで、好きな曲が弾けるようになります。初めてのお子様大歓迎!基礎から学べるピアノレッスンを体験しよう!



7/20(土)10:30 7/27(土)11:00  
8/5(月)15:00 8/22(木)16:00

●対象:小学生 ●定員:1名 ●費用:500円(楽譜代)  
●講師:大東楽器ピアノ科講師

【会場】大東楽器ヤマハ大東センター  
住道2-2-401 サンメイツ2番館4階

申込 TEL 072-871-3063

定休日 祝

またはQRコード

受付時間 10:00-21:00(日曜日は17:00まで)



### 5 キラキラポンポンで 楽しくチアダンス

無料

持ち物

自分も周りも笑顔にできるチアダンス!キラキラのポンポンを持って元気と笑顔いっぱい楽しみましょう!男の子も大歓迎!



①7/24(水)16:00-16:30 ②8/7(水)16:00-16:30

●対象:①3歳~年長 ②年長~小6  
●定員:6名 ●講師:yuri

【会場】まいはあとKダンススタジオ  
浜町11-45

申込 QRコード

PRIZEチアダンスクラブ

定休日 不定休 受付時間 10:00-18:00





## 6 LEGO®で自分だけの動く生き物を作ろう

無料

LEGO®のロボットキット「マインドストームEV3」を使って、個性豊かな生き物を作ってプログラミングで動かそう。どんな面白い生き物ができるかな？



7/21(日)10:00-11:00、11:30-12:30

●対象:年長〜小学3年生 ●定員:6名  
●講師:細川雄樹

【会場】プログラボ住道  
住道2-2-2305 サンメイツ2番館3階

申込 QRコード

定休日 月火  
受付時間 水-金 14:00-20:30、土日 9:30-17:00



## 7 アイシングクッキー講座

親子で夢になる!!夏の生き物アイシングクッキー作り。ジンベイザメ2枚、珊瑚2枚を作ります。



7/24(水)10:00-11:00、13:00-14:00

●対象:幼稚園児1人から親子 ●定員:8名  
●費用:800円(材料費) ●講師:merry.cooking 井上美里

【会場】ライブラリーBAR昭和Factory  
水野1-15-6

申込 QRコード

定休日 なし 受付時間 9:00-19:00



## 8 エフちゃんのアイスンクッキーを作ろう!

藤本産業のキャラクターであるエフちゃんを、アイシングクッキーでつくみましょう。エフちゃんキーホルダープレゼントつき。  
※材料に小麦粉・卵・乳製品を使用します



8/3(土)11:00-12:00、14:00-15:00

●対象:小学6年生以下(保護者様同伴) ●定員:6名  
●費用:1,000円(材料費) ●講師:HAPPINESS 小林由加子

【会場】もりねき書店  
北条4-3-9

申込 TEL 072-877-6005

主催 藤本産業(株)  
定休日 日祝 受付時間 8:30-17:40

## 9 かわいい小物入れ一緒に作りませんか!!

クラフトバンドを使ってかわいい小物入れを作ります。夏休みの宿題にもぴったり。指先を使うことは脳にもとても良いですよ!



7/24(水)13:30-14:30 8/4(日)13:30-14:30

●対象:どなたでも ●定員:5組  
●費用:300円(材料費) ●講師:白井京子 他

【会場】就労継続支援B型事業所ギフト  
住道1-1-10

申込 TEL 072-870-0843

定休日 土日祝 受付時間 9:00-17:00

## 10 夏まつり出店お手伝い体験

野崎参道商店街恒例の夏まつり。出店お手伝い体験してみませんか?ドリンク販売、ヨーヨー釣り、スーパーボールすくいなど。



8/24(土)15:00-16:30、16:30-18:00、  
18:00-19:30

●対象:どなたでも(小さいお子様は保護者同伴)  
●定員:10名程度 ●講師:野崎参道商店街振興組合

【会場】NPO法人大地の会にて受付  
野崎1-5-8

申込 TEL 072-812-2187

主催 野崎参道商店街振興組合 またはQRコード  
定休日 不定休 受付時間 9:00-17:00



## 11 インターネットラジオだいたうFM収録体験

夏休みをテーマに、番組と一緒に話してみませんか?記入式の簡易台本を使用。収録した音声は編集した後、聴くことができます



7/19(金) 8/18(日)  
いずれも15:00-16:00

●対象:どなたでも  
●定員:3名程度 ●講師:だいたうFMパーソナリティ

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 072-812-2187

またはQRコード  
定休日 不定休 受付時間 9:00-21:00



## 12 身近なもので実験してみよう!

実験キットは使わず百均などで買える物を使って実験します。準備から片付けまで一緒にに行い、楽しく学びます。



7/22(月)14:00-15:00  
8/22(木)13:00-14:00

●対象:小学生程度 ●定員:5名程度  
●講師:るぎ(システムステラ)&ともこ(夢コミ)

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 072-812-2187

またはQRコード  
定休日 不定休 受付時間 9:00-21:00



## 13 子どもの脱毛についての相談お茶会

脱毛って気になるけど勇気がいりますよね?まずは気軽に悩み等を相談しながらお茶しませんか?ご希望の方にワンポイント脱毛無料体験付き



7/21(日) 7/23(火) いずれも11:00-12:00

●対象:小学生以上(保護者様同伴) ●定員:2組4名  
●費用:100円(お茶代) ●講師:パーソナルセラピスト 川上栄美

【会場】salon the hideaway  
大野1-7-6

申込 QRコード

定休日 祝  
受付時間 施術中等返信遅れることあり



## 14 5歳から身に付けよう!!アート思考術。

コレからの時代を生きぬくために必要な力=アート思考術。広大なキャンパスに〇〇や△△を使って思いっきりアートしてみよう。



7/21(日) 8/4(日) いずれも14:00-15:00

●対象:4〜6歳の親子 ●費用:500円(材料費)  
●定員:10組 ●講師:parallel village 村長 T/M

【会場】parallel village  
野崎1-9-5 隅田マンション1階

申込 QRコード

定休日 なし 受付時間 10:00-17:00



# ライフプラン

-明日を考える-



## 15 突然、不動産を相続して困ってるあなたへ

わかりやすく事例の紹介やモデルケースでのシミュレーションで説明させていただきます。相続した人もこれからする予定の方も是非ご参加ください



7/18(木) 8/24(土) 10:00-11:30

●対象:どなたでも ●定員 12名  
●講師:くらし快適研究所

【会場】大東市立市民会館 203会議室  
曙町4-6

申込 TEL 072-871-1419

(三住建設内)またはQRコード  
定休日 土日祝 受付時間 10:00-17:00



## 16 コミュニケーションスキルup!

コミュニケーションが苦手な方もコツを覚えて楽しく話しましょう。就職や毎日の生活に役立つコツが身につきます。



7/23(火) 7/25(木)  
いずれも13:00-14:30、15:00-16:30

●対象:大東市民・就労相談したい方 ●定員:3名  
●講師:臨床心理士・社会福祉士・精神保健福祉士 杉山萬千子

【会場】大東市地域就労支援センター  
住道2-2 サンメイツ2番館407号

申込 TEL 072-870-5370

定休日 土日祝 受付時間 10:00-18:00

キッズ  
親子

ライフ  
プラン

趣味

まなぶ

美容と  
健康

グルメ

こども  
先生ゼミ

コラボ

3



## 17 高次脳機能障害について 知りませんか?

無料

事故や病気で脳にダメージを受けて  
働けなくなった方、それは高次脳機能  
障害かも知れません。どうすればよい  
か、一緒に考えましょう。



7/22(月)、7/24(水)

いずれも13:00-14:30、15:00-16:30

●対象:大東市民・就労相談したい方 ●定員:3名  
●講師:社会福祉士・精神保健福祉士:松葉義尋

【会場】大東市地域就労支援センター  
住道2-2 サンメイツ2番館407号

申込 TEL 072-870-5370

定休日 土日祝 受付時間 10:00-18:00

## 趣味 -「好き」を増やす-



## 19 青春時代の名曲で 歌って踊ろう♪

持ち物

懐かしの名曲をハモリや簡単なス  
テップをつけて楽しく歌って踊りま  
しょう♪動きやすい服装・靴でお越  
しください!グループでの参加も大  
歓迎いたします。



7/22(月)11:30-12:30 8/9(金)11:30-12:30  
8/19(月)13:00-14:00

●対象:どなたでも ●定員:8名  
●費用:500円(歌詞カード代) ●講師:西田祥子

【会場】大東楽器アミューズ住道  
住道2-2-301 サンメイツ2番館3階・4階

申込 072-874-0086

定休日 不定休・祝 またはQRコード

受付時間 10:00-21:00 (日曜日は18:00まで)



## 20 40代以上のあなたへ! 楽しいピアノレッスンをお届け♪

ピアノ演奏にチャレンジしてみま  
せんか?クラシックやJ-POPの人  
気曲や歌謡曲全8曲から1曲選ん  
で弾いてみよう!申込時に演奏曲  
と希望曜日を選択。



7/22(月)10:30-11:00 7/25(木)10:00-10:30  
8/1(木)15:00-15:30 8/24(土)11:00-11:30

●対象:40代以上の方 ●定員:1名 ●費用:500円(楽譜代)  
●講師:大東楽器ピアノ講師

【会場】大東楽器ヤマハ大東センター  
住道2-2-401 サンメイツ2番館4階

申込 TEL 072-871-3063

定休日 祝 受付時間 10:00-21:00 (日曜日は17:00まで)



## 18 みんなで歌おう♪ エンジョイ・コーラス

無料

未経験大歓迎!おなかの底から  
歌って笑って楽しめましょう♪  
現在活動中の団員が共に歌います  
ので一人様でも安心して体験  
いただけます。



7/27(土) 8/24(土) 8/31(土)

いずれも10:00-11:00

●対象:大人 ●定員:10名 ●講師:李裕瑛(声楽)  
永井美穂(ピアノ)四條郷学園音楽教室講師

【会場】四條郷学園音楽教室  
学園町6-45 総合ホール4階

申込 TEL 072-879-7231

(短期大学事務局) またはQRコード

定休日 日祝 受付時間 月・金 9:00-17:00



## 21 ステンドグラスでかわいい 葡萄ランプを作ってみよう

ステンドグラスを使って葡萄のラ  
ンプを作ってみませんか?ガラス  
の切断からハンダ付けまで体験し  
ていただけます。8月も開催、詳し  
くはお電話で。



7/18(木) 7/20(土) 7/23(火) 7/26(金)  
いずれも14:00-16:00

●対象:小学4年生以上 ●定員:3名  
●費用:1,700円(材料費) ●講師:植村正

【会場】ステンドグラス工房  
北条1-3-4 B3台可

申込 TEL 090-3487-9684

定休日 日祝 受付時間 11:00-17:00

## 22 簡単! 小型ハープ体験♪

無料

小型ハープで簡単な曲を演奏して  
みませんか?譜面が読めなくても、楽  
器未経験でも大丈夫!ミニコンサ  
ートつき。



7/19(金)13:30-14:30 8/8(木)15:00-16:00  
8/18(日)13:30-14:30

●対象:どなたでも ●定員:3組程度  
●講師:ハープ弾き歌いTomoko

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 072-812-2187

またはQRコード

定休日 不定休 受付時間 9:00-21:00



## 23 色あそびで 心もようを描いてみよう

持ち物

ハガキサイズの紙に透明水彩絵の具  
でもようを描きます。気になる色など  
感想をシェア。あなただけのオリジ  
ナルブレンドハーブティー付き。



7/27(土) 8/6(火)  
いずれも11:00-12:00、13:00-14:00

●対象:中学生以上 ●費用:300円(材料・お茶菓子代)  
●定員:4名 ●講師:せんがどう・夏原

【会場】ライブラリー-BAR昭和Factory  
氷野1-15-6

申込 QRコード

定休日 不定休 受付時間 10:00-17:00



## 24 演歌歌手と一緒に ピアノで歌おう!

無料

歌自慢も、そうでない人も!みんな  
で歌えば怖くない!演歌歌手・十川  
ももとピアノの生演奏で演歌・昭  
和歌謡を歌いませんか?



7/18(木)11:30-12:30 8/5(月)10:00-11:00

●対象:どなたでも ●定員:10名  
●講師:十川ももと(ピアノ演奏 中村加那美)

【会場】野崎まいり公園 ホール  
野崎2-6-10

申込 TEL 072-812-2187

またはQRコード

定休日 不定休 受付時間 10:00-17:00



## 25 カフェですが ソロバンしてみませんか?

無料

持ち物

ソロバンを使ってみたい方!カフェ  
へどうぞ!簡単な足し算です。ソロ  
バン持参ください。大人大歓迎!



7/27(土) 7/30(火) いずれも10:00-10:30

●対象:小学2年生以上(中学生以下は保護者同伴)  
●定員:4名 ●講師:ナンバーkiiro店主

【会場】cafeナンバーkiiro  
氷野1-17-21

申込 TEL 072-870-2104

(営業時間中に留守電へ)

定休日 水木日 受付時間 10:00-18:00

## 26 タロットカードで お話会♪

無料

タロットカードで簡易診断します!  
一緒に楽しくお話ししましょう♪  
※個別診断はまちゼミでは行いません



7/20(土) 8/3(土) いずれも13:00-14:00

●対象:どなたでも ●定員:3名  
●講師:ぎびきみちこ

【会場】バラエティショップWin  
新町8-3

申込 TEL 072-870-1140

定休日 日祝 受付時間 11:00-16:00

## 27 夏も楽しむフラワーアレンジ

夏に強い花材と花が長持ちするオア  
シスで作ります。フラワーアレンジ  
でうち時間を楽しみましょう!  
(8/25はzoomレッスンです。)



7/19(金) 8/25(日)  
いずれも14:00-15:00、19:00-20:00

●対象:どなたでも ●定員:5名  
●費用:2,500円(花材、花切りバサミ代) ●講師:谷中智恵

【会場】大東市生涯学習センター アクロス  
末広町1-301

申込 QRコード

レベッカ  
定休日 なし 受付時間 10:00-18:00





# まなぶ -知っているとお得-



## 28 スマホ・PC質問 百人組手

無料 持ち物

スマホやPCのお悩み思い切ってドンと質問しちゃいましょ。お申込時に質問も添えて下さい。内容によってはお受けできない場合もあります



7/22(月)10:00-11:30 7/30(火)10:00-11:30  
8/22(木)10:00-11:30 8/26(月)14:00-15:30

●対象:どなたでも ●定員:4名 ●講師:梶山紀子

【会場】おしよスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 090-4903-4317

主催 システムステラ またはQRコード  
定休日 不定休 受付時間 10:00-13:00, 17:00-20:00



## 29 親子で体験! 高校生とたのしくスイーツ作り

無料 持ち物

お菓子作りの楽しさと魅力を共有する素敵な時間をお過ごしください。私たち太成・ガトー部と一緒にスイーツ作りの世界を体験しませんか。



8/3(土) 10:00-12:00

●対象:中学生親子、友人同士もOK ●定員:10組  
●講師:製菓実習担当 岡本和美 ガトー部員

【会場】太成学院大学高等学校  
諸福7-2-23

申込 TEL 072-871-1921

またはQRコード  
定休日 土日祝 受付時間 9:00-16:00



## 30 6つの顔タイプ診断で 似合うメガネの選び方

無料

自分に似合う眼鏡のタイプって知っていますか?今回は6つの顔タイプ診断を中心に一人一人に似合う眼鏡フレームの選び方をご紹介します。



7/24(水)11:00-12:00 8/4(日)13:30-14:30  
8/16(金)11:00-12:00 8/24(土)13:30-14:30

●対象:13歳以上 ●定員:4名  
●講師:関山聡(メガネスタイリスト)

【会場】Green glass グリーンガラス  
住道1-4-9 1階店舗

申込 TEL 072-812-7518  
またはQRコード



定休日 木 受付時間 10:00-19:30

## 31 パソコン、ワード、 エクセル体験講座

無料

未経験者でも安心!楽しく学びながらデジタル世界への第一歩を踏み出そう!



7/20(土) 7/24(水) 8/10(土) 8/20(火)  
いずれも15:30-16:30

●対象:どなたでも ●定員:5名 ●講師:中村・田畑

【会場】ハロー!パソコン教室 ポップタウン住道校  
赤井1-4-3 ポップタウン住道オペラパーク2階

申込 TEL 072-872-8630

またはQRコード  
定休日 なし 受付時間 月金土日 10:00-18:00, 火-木 10:00-20:00



## 32 スマホを使って 健康管理!!

無料 持ち物

操作もカンタン!スマホで楽しく健康管理してみませんか?au以外の方でもOK!



7/18(木) 7/25(木) 8/1(木) 8/8(木)  
いずれも11:00-12:00

●対象:スマホをお持ちの方 ●定員:3名  
●講師:浜田

【会場】auショップ外環大東  
南津の辺町67-1

申込 TEL 072-863-2001

定休日 第2火 受付時間 11:00-18:00

## 33 自転車は空気が命! 簡単セルフメンテナンス

無料 持ち物

自転車のパンクの原因の70%はタイヤの空気圧不足です。快適に乗っていただくための空気の入力方や自分でできる自転車の安全点検講座です



7/19(金)10:00-11:00  
7/23(火)10:00-11:00, 14:00-15:00

●対象:どなたでも ●定員:3名  
●講師:自転車技師 北野義晴

【会場】サイクルショップミラノ  
新町 16-18

申込 TEL 072-875-1820  
またはQRコード



定休日 火 受付時間 10:00-19:00

## 34 空き家と起業の マッチングセミナー

無料 持ち物

カフェ・駄菓子屋・雑貨屋など空き家を使って起業しませんか?実例をまじえてお話しします。



7/23(火)10:30-12:00  
8/20(火)13:30-15:00

●対象:どなたでも ●定員:6名  
●講師:有田三千子

【会場】株式会社 三住建設  
曙町2-6

申込 TEL 0120-7114-19

定休日 土日祝 受付時間 9:00-17:00

## 35 キャンプ飯で 防災を楽しく!

無料

メスティンで炊飯体験!炊き上がるのは米だけじゃない!?災害時にも役立つキャンプ飯を、親子でつくってみよう!



8/1(木)10:00-11:30, 13:00-14:30

●対象:小学生(保護者様同伴)  
●定員:3組 ●講師:藤本産業のスタッフ

【会場】藤本産業株式会社  
南橋の里町14-33

申込 TEL 072-877-6005

定休日 日祝 受付時間 8:30-17:40

## 36 まちゼミ 野崎ハイキング

無料

野崎参道商店街から野崎観音まで、リアルのごきちゃんと一緒に楽しく歩きませんか?お土産付き!



8/24(土)10:00-11:00

●対象:どなたでも ●定員:10名  
●講師:野崎参道商店街振興組合

【会場】NPO法人大地の会にて受付  
野崎1-5-8

申込 TEL 072-812-2187  
またはQRコード



定休日 不定休 受付時間 9:00-17:00

## 37 飲食店開業を考える 前の前を考える事とは!

無料

飲食店を開業したいけど何から始めたら良いかわからない?飲食店開業を考えている方々、お茶を飲みながらお気軽にお話しませんか?



8/19(月)15:00-11:00

●対象:どなたでも ●定員:6名  
●講師:Cafe depotカフェデポ店長 西川房良

【会場】おしよスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 06-6454-3006

主催 Cafe depotカフェデポ(大阪市福島区)またはQRコード  
定休日 なし 受付時間 14:00-23:00



## 38 あなたを確認。 オーラのメッセージ。

無料

ヒーリング音で心身をゆるめま。オーラを診て、インド古来のラージャカードで今のあなたを読み伝えます。お癒しで元気、笑顔になれます。



7/20(土) 7/26(金) 8/7(水) 8/21(水)  
いずれも10:00-11:00

●対象:どなたでも ●定員:4名  
●講師:宮方 齋の函 ゆかりの

【会場】さいざろん  
三箇4-16-3 小林マンション401号

申込 TEL 090-2596-2225

またはQRコード  
定休日 不定休 受付時間 いつでも



キッズ  
親子

ライフ  
プラン

趣味

まなぶ

美容と  
健康

グルメ

こども  
先生ゼミ

コラボ



# 美容と健康

—心も身体も美しく—



## 39 足底板療法で 身体の不調を改善!

無料 持ち物

足の疾患は外反母趾や扁平足、魚の目などたくさんあります。足の構造が崩れると身体のバランスが乱れます。その改善方法を徹底解説!



7/17(水)13:30-14:30 7/20(土)14:00-15:00  
8/14(水)13:30-14:30 8/17(土)14:00-15:00

●対象:どなたでも ●定員:4名 ●講師:中村健作

【会場】T.S.NAKAMURA接骨院  
福町5-6番町ビル1階

申込 TEL 072-300-2267  
定休日 日祝 またはQRコード

受付時間 9:00-20:00 (水12:00まで、土13:00まで)



## 40 パーソナルトレーニングって なあになあに?

無料 持ち物

トレーナーが分かりやすくトレーニングの方法などを教えます! 老化防止やダイエット、たくさん身体にとってメリットがありますので是非体感してみてください!



7/21(日) 7/28(日) いずれも11:00-12:00

●対象:18歳以上 ●定員:3名

●講師:Re:GLOW スタッフ

【会場】Re:GLOW FITNESS  
北橋の里町22-24

申込 QRコード



定休日 なし 受付時間 11:00-21:00

## 42 新時代の自己治癒力を 引き出す生き方

体調不良は病院で、が常識になっていますが、本来、体に備わっている「自己治癒力」を引き出す生き方「健康学」を一緒に検証して自分なりの健康法を見つけてみませんか?



7/18(木)13:30-14:30 7/25(木)10:30-11:30  
8/1(木)10:30-11:30 8/8(木)10:30-11:30

●対象:どなたでも ●定員:5名

●費用:500円(資料代) ●講師:自然療法師 名窪緑子

【会場】宝石温熱元氣快福サロン  
野崎1-6-25-701

申込 TEL 070-5430-7980  
またはQRコード



定休日 不定休 受付時間 9:00-13:00

## 43 ヘッドスパで 首肩のコリをスッキリ解消へ

パソコンやスマホ、仕事や家事、育児で首肩が辛い方におすすめ! 眼精疲労に効果的! お茶を飲みながらヘッドスパの効果についてお話!



7/16(火) 7/17(水) 7/23(火) 7/24(水)  
いずれも9:00-9:40

●対象:女性限定 ●定員:1名

●費用:100円(お茶代) ●講師:安田しょう子

【会場】フレイア  
三住町1-32 角谷ハイツ202号

申込 QRコード



定休日 なし 受付時間 9:00-22:00

## 41 <巻き爪・陥入爪>で お悩みの方へ

無料

爪の切り方、靴の履き方、まちがっていませんか? 正しい方法を教えます。痛みがすぐに解消する補正方法もあります。

☆ペディグラスの技術認定者☆



7/28(日) 8/5(月) 8/19(月)  
いずれも10:00-11:00

●対象:どなたでも ●定員:4名 ●講師:川口満男

【会場】平和鍼灸整骨院  
住道1-1-4

申込 TEL 072-812-5435

定休日 日祝 受付時間 9:00-12:00、15:30-19:00

## 44 簡単にきれいになれる お手入れレッスン

クレンジング、ウォッシュはまちがったやり方をしていませんか? ウォッシュ後はしっかりと、もちもち肌へ。



7/21(日) 7/27(土) いずれも13:30-14:30  
7/31(水) 8/29(木) いずれも10:30-11:30

●対象:女性 ●定員:2名

●費用:500円(材料費) ●講師:女性スタッフ

【会場】エステサロンDear  
赤井1-15-13 スミコー赤井ビル4階

申込 TEL 072-870-3997  
またはQRコード



定休日 祝 受付時間 10:00-18:00

## 45 エステを習ってみたい

フェイシャル、エステ、リンパマッサージ、自分がキレイになりたい、人を癒してあげたい。



7/17(水) 7/26(金) 8/6(火) 8/22(木)  
いずれも10:30-12:30

●対象:女性 ●定員:6名

●費用:1,000円(材料費) ●講師:豊田恵子

【会場】エステサロンDear  
赤井1-15-13 スミコー赤井ビル4階

申込 TEL 072-870-3997  
またはQRコード



定休日 祝 受付時間 10:00-18:00

## 46 40代からの 腫ケアのおはなし

腫ケアってどういうこと? なぜ必要な? ケアの方法などをレジュメを使ってお伝えします。女性にしかわからないトラブルを共有しましょう。



①7/31(水)11:00-12:00  
②8/5(月)13:00-14:00 8/22(木)16:30-17:30

●対象:40歳以上の女性 ●定員:4名

●費用:①のみワンドリンク制 ●講師:池原忍

【会場】①もりねき書店(北条4-3-9)  
②おしヤスタ(住道1-6-15)

申込 TEL 090-9118-3931  
またはQRコード



主催 salon shiil 定休日 不定休 受付時間 10:00-18:00

## 47 足裏からのメッセージを 受けとろう!!

無料 持ち物

自分の足をじっくり見たことはありますか? 今まで気づかなかったメッセージが隠れているかも? 足指ほぐしも一緒にしましょう!



7/25(木) 8/3(土)  
いずれも10:00-11:00、13:00-14:00

●対象:女性 ●定員:2名 ●講師:西谷香澄

【会場】puala private salon  
寺川3丁目(詳細お申し込み時)

申込 QRコード



定休日 日祝 受付時間 9:30-15:00

## グルメ

—食べたらわかる  
飲んだらわかる—



## 48 国産小麦と 外国産小麦の食べ比べ

国産と外国産は何が違うの? 数種類の小麦を使ったパンをじっくり味わって体感していただけます。いつものパンライフがより豊かになりますよ!



7/25(木) 28(日) 8/17(土) 23(金)  
いずれも15:00-16:00

●対象:どなたでも ●定員:10名

●費用:400円(材料費) ●講師:笹尾真弓

【会場】農家のパン屋 めだかぱん  
氷野3-7-4

申込 TEL 080-6803-3819  
または店舗でお申込み

定休日 月火水 受付時間 8:00-18:00



## 49 割烹店主が教える！ 鯛の潮汁の作り方

鯛のあらを使っておいしい潮汁を作ってみませんか？下処理のコツなどを分かりやすくお伝えします！



7/27(土) 8/5(月) いずれも14:00-15:00

●対象:どなたでも ●定員:8名  
●費用:200円(材料費) ●講師:田中宏和

【会場】割烹 秀  
住道2-2 サンメイツ2番館1・2階

申込 TEL 050-5485-6495

定休日 日祝 受付時間 11:30-14:00, 17:00-21:00

## 第6回 こども先生ゼミ

こどもたちが先生になって  
特技やこだわりの遊び  
勉強などを教えます！



## 50 チアダンスを 踊ってみよう！

キッズチアリーダーたちと一緒に  
楽しくチアダンスを踊りましょう！



7/31(水)16:00-16:30

●対象: 年中～小学生 ●定員:6名  
●講師:BRUSH キッズチアリーダー

【会場】まいはあとKダンススタジオ  
浜町11-45

申込 QRコード

PRIZEチアダンスクラブ  
定休日 不定休 受付時間 10:00-18:00



## 51 シャカシャカマラカス 作って遊ぼう月

無料

カラフルビーズや、モフモフを自由  
に組み合わせて可愛いマラカスを  
作りましょう！できたらピアノに合  
わせて皆で合奏するよ！



7/21(日)11:00-11:45

●対象:どなたでも ●定員:5名 ●講師:ユイ・ハル

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 090-3289-9713

主催 中村piano音楽教室 北条6-7-2  
定休日 不定休 受付時間 10:00-20:00

## 52 夏休みの工作にも☆ 空きケースリメイク

化粧品の空きケースをかわいくリ  
メイクしてオリジナル宝箱を作り  
ませんか？



7/30(火)10:00-11:00, 11:00-12:00

●対象:どなたでも ●定員:4名  
●費用:300円(材料費) ●講師:とうり

【会場】salon the hideaway  
大野1-7-6

申込 QRコード

定休日 祝  
受付時間 施術中等返信遅れることあり



## コラボ -2倍の楽しみ、お得な新企画-



## 53 ACP(人生会議) × 禅タロット

無料

自身を内観する禅タロットのセッ  
ションを通じ、自分は何を思い、何  
を大切にしているのか考えてみま  
せんか



7/18(木) 7/30(火) いずれも14:00-15:30

●対象:大人 ●定員:6名  
●講師:みなみなおみ(禅タロット師)

【会場】ライブラリーBAR昭和Factory  
氷野1-15-6

申込 QRコード

主催 高濱祐也(慶生会訪問看護ステーション)  
マキブ(PCPセンター)



## 54 ACP(人生会議) × もしバナゲーム

無料

「余命半年」という縁起でもない設  
定で、自分にとって何が大切なか  
をカードの取捨選択で考える「もし  
バナゲーム」を体験してみませんか



7/16(火) 8/4(日) いずれも14:00-15:30

●対象:大人 ●定員:8名  
●講師:井川京子(ジェロントロジー実践家)

【会場】ライブラリーBAR昭和Factory  
氷野1-15-6

申込 QRコード

主催 マキブ(PCPセンター)



## 55 タロットで 占い合っこしましょう☆

無料

自分のタロットやオラクルカード  
を持ち寄り、それぞれの感覚で楽  
しく占い合いませんか？初心者大  
歓迎！きらりの開運チャームプレゼ  
ント付き。



7/23(火) 8/8(木) いずれも13:30-15:00

●対象:どなたでも ●定員:3名程度 ●費用:300円(材料費)  
●講師:きらり(羊毛フェルト)&みなみ(禅タロット)

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 072-812-2187

またはQRコード

定休日 不定休 受付時間 9:00-21:00



## 56 韓国伝統菓子の型抜き体験と 水引ラッピング

韓国の伝統菓子パラムトック(餅)を  
丸めて型抜き体験！ケースに入れたら  
水引飾りを作ってラッピングしてみ  
ましょう。お子さまでもできますよ！



7/24(水) 8/3(土)  
いずれも10:30-12:00, 13:30-15:00

●対象:どなたでも ●定員:6名 ●費用:800円(材料費)  
●講師:イェップダふくちゃん・Sow.ju まい

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 072-812-2187

またはQRコード

定休日 不定休 受付時間 9:00-21:00



## 57 ハープとピアノの 生演奏で歌おう月

無料

たくさん歌って笑って、一緒に楽し  
い時間を過ごしましょう！発声法の  
レクチャーもします。  
ティータイム付き☆  
オンライン対応可



7/19(金) 8/18(日) いずれも10:30-11:30

●対象:どなたでも ●定員:6名  
●講師:ハープ弾き歌いTomoko 中村加那美(中村piano音楽教室)

【会場】おしゃスタ(大東夢づくりコミュニティ)  
住道1-6-15

申込 TEL 072-812-2187

主催 中村piano音楽教室(北条6-7-2) またはQRコード

定休日 不定休 受付時間 9:00-21:00



## 58 オーラのこころ体験会

無料

癒しの時間、取れていますか？ピア  
ノの音色に合わせてゆらぎ、心と身  
体をリラックス♪オーラを診断しな  
がらのティータイム有り♪



7/18(木) 10:00-11:00 8/5(月)11:30-12:30

●対象:どなたでも ●定員:10名  
●講師:中村加那美(ピアノ) 宮方 薫之画 ゆかりの(ヒーラー)

【会場】野崎まいり公園 ホール  
野崎2-6-10

申込 TEL 090-2596-2225

またはQRコード

定休日 不定休 受付時間 いつでも





