

まちゼミ

第2回

豊橋まちゼミ

～得する街のゼミナール～

開催期間 11/1火～12/4日

お店の人が
教えてくれる!
全33講座

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。安心して受講し
て頂くため販売行為一切なし

10/20(木)から
受付スタート

受講者募集!

申込は
各店へ

まちゼミとは??

まちゼミは、お店の店主やスタッフが講師となり、お店が持っている
専門的な知識や技術を活かして、プロならではのコツやテクニック、
情報等をお客様に無料でお教えするミニ講座です。

申込方法

1 選ぶ

チラシの内容をよく
見て講座をお選びく
ださい。

2 申し込む

受けたい講座の
お店へ直接電話で
お申し込みください。

3 参加する

時間、場所を
お間違えのないよう
にご参加ください。

注意
事項

■材料費が発生する場合は、講座当日に会場で徴収します。■お申し込み後のキャンセルは材料費を
頂戴する場合がありますのでご了承ください。■定員になり次第締め切らせていただきます。■お申
込みは各店営業時間内をお願いします。■受付対象に制限がある場合があります。■各講座ともに、
申込の際に受講者の持ち物をご確認下さい。■小学生以下は保護者同伴での参加をお願いします。

開催店舗・会場マップ

地図表記は目安となっております。



お問い合わせ先 豊橋まちゼミの会 事務局 ☎0532-55-8101

※ホームページ「豊橋まちなか情報ステーション」HP <http://www.1484machinaka.jp/> でも内容をご覧いただけます。

主催：豊橋まちゼミの会 後援：豊橋発展会連盟・(株)豊橋まちなか活性化センター・エフエム豊橋・豊橋市

講座ジャンル 定員は各回的人数を表記しています。 **まなぶ** 知識や知恵を学べる講座 **つくる** 作ったり、体験する講座 **たべる** 飲食に関する講座 **健康** 健康に関する講座

1 知って得する!!婚活の選び方!
意外と知らない!?婚活サービスの種類や選び方を教えちゃいます。お子様が心
配な親御様も聞いてみませんか。婚活適正チェックも行います!

11/6(日) 11/13(日) 11/20(日)
各日:14:00～15:00、
18:00～19:00

■会 場:結婚相談所Cheers
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:講座1回あたり 1名もしくは1家族
■講師名:丸山 紘輝
■持ち物:—

結婚相談所Cheers(チアーズ)
☎0120-60-1151

住 所:豊橋市大橋通1-91 稲垣ビル6F
受付時間:10:00～17:00
定休日:年中無休

2 美しいダイヤモンドの見分け方講座!
1回目ゼミでも大好評!美しいダイヤモンドの見分け方を米国宝石学会鑑定士
が実際にダイヤモンドをご覧いただきながら、やさしく伝授いたします!

11/1(火) 10:00～11:00
11/10(木) 18:00～19:00

■会 場:ジュエリー&ウォッチ 太陽堂
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:4名
■講師名:中野 彰
■持ち物:お手持ちのダイヤモンドリング等
(あれば)

ジュエリー&ウォッチ 太陽堂
☎0532-52-8825

住 所:豊橋市松葉町1-7 ときわ通り
受付時間:10:00～19:00
定休日:水曜日

3 プロが教えるコーヒー器具の選び方講座!
いろいろなコーヒー抽出器具の違いについてご説明します。美味しいコーヒーを
飲みながら、美味しく作るコツを学んでみませんか?

11/13(日) 10:30～11:30
11/22(火) 14:00～15:00
11/24(木) 10:30～11:30

■会 場:ワルツ豊橋トキワ店
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:4名
■講師名:屋敷 徹
■持ち物:筆記用具

ワルツ豊橋トキワ店
☎0532-53-2802

住 所:豊橋市松葉町1-17 ときわ通り
受付時間:10:00～16:00
定休日:水曜日

4 上手な自動車保険の使い方
そんな時にも使えるの!?自動車保険の使い方をクイズ形式で楽しくお伝えし
ます。

11/9(水) 11/10(木) 11/15(火)
各日:10:30～11:30

■会 場:穂の国とよはし芸術劇場 創造活動室C
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:5名
■講師名:福井 洋太
■持ち物:筆記用具

大樹保険事務所
☎0120-025-189

住 所:豊橋市菰口町3-80-1
受付時間:9:30～17:00
定休日:土・日・祝日

5 生命保険加入前にこれだけは知っといて!!
いい保険って何でしょうか?押さえておきたいポイントがあります。
手作り資料で楽しく説明します!!

11/8(火) 11/24(木) 11/30(水)
各日:10:30～11:30

■会 場:穂の国とよはし芸術劇場 創造活動室C
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:5名
■講師名:土本 和敬
■持ち物:筆記用具

大樹保険事務所
☎0120-025-189

住 所:豊橋市菰口町3-80-1
受付時間:9:30～17:00
定休日:土・日・祝日

6 コワーキングスペースって何?その活用方法
仕事に、勉強に、とても便利なスペース。
コワーキングスペースの魅力と活用方法をお話します。

11/9(水) 13:00～14:30
11/11(金) 18:00～19:30
11/19(土) 13:00～14:30

■会 場:トライアルビレッジ
■対 象:起業に興味がある方
■材料費:—
■定 員:10名ほど
■講師名:柴田 篤
■持ち物:—

トライアルビレッジ
☎0532-35-9666

住 所:豊橋市広小路1-18 ウェルプラザユメックス5階
受付時間:9:00～21:00
定休日:年中無休

7 南向きの家は建てるな
従来の常識を覆す、新しい暮らしについて解説。冬の寒さに潜む危険性から家
族を守るには?トイレの窓は開けないで!

11/6(日) 12/3(土)
各日:13:30～15:00

■会 場:株式会社夏目デザイン
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:6名
■講師名:夏目 学
■持ち物:—

株式会社夏目デザイン
☎0532-55-6341

住 所:豊橋市湊町121
受付時間:7:00～19:00
定休日:不定休

8 自転車活用講座「脂肪燃焼編」
自転車に乗りながらダイエット!自転車をこぐことを生理学で紐解きながら、ど
のようなペースで走ればいいのか、わかりやすく、仕組みを学びます。

11/1(火) 11/2(水) 11/4(金)
各日:10:00～11:00

■会 場:グローリーバックカーズ 湊町自転車店
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:4名
■講師名:鎌刈 恒太
■持ち物:筆記用具

グローリーバックカーズ 湊町自転車店
☎0532-74-8497

住 所:豊橋市湊町144
受付時間:9:00～21:00
定休日:水曜日

9 インターネットで不動産を探そう!
土地探しを中心に、ネットで不動産を探す方法や専門用語をやさしく解説し
ます!

11/16(水) 17:30～19:00
11/26(土) 13:30～15:00
12/4(日) 13:30～15:00

■会 場:開発ビル1階イベントスペース
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:3名
■講師名:石原 慎彦・山田 隆介
■持ち物:—

(株)総合開発機構
☎0532-55-3136

住 所:豊橋市駅前大通2-33-1
受付時間:9:00～17:00
定休日:土・日・祝日

10 知って安心!着物のお手入れ、たたみ方
着たくても扱い方が分からない。そんなお悩み解決しましょう。
基本的な着物の扱い方の講座です

11/3(木) 11/12(土) 11/25(金)
各日:14:00～15:00

■会 場:丸善呉服店
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:3名
■講師名:岡本 美穂
■持ち物:—

丸善呉服店
☎0532-52-4486

住 所:豊橋市花園町51
受付時間:10:00～19:00
定休日:水曜日

11 大切な着物の活用法
タンスの中に眠っている寸法が合わない、色柄が派手になった着物等。
再生すれば新しく生まれ変わります。

11/4(金) 11/13(日) 11/26(土)
各日:14:00～15:00

■会 場:丸善呉服店
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:3名
■講師名:岡本 美穂
■持ち物:—

丸善呉服店
☎0532-52-4486

住 所:豊橋市花園町51
受付時間:10:00～19:00
定休日:水曜日

12 家族葬のメリット・デメリット
最近よく耳にする「家族葬」。普通のお葬式とどこが違うの?
様々な疑問に1級葬祭ディレクターがお答えします。

11/4(金) 11/16(水) 11/22(火)
各日:10:00～11:00

■会 場:トヨソーホール
■対 象:どなたでも
■材料費:—
■定 員:5名
■講師名:澤根 徹
■持ち物:—

トヨソーホール
☎0532-52-4717

住 所:豊橋市魚町108
受付時間:24時間
定休日:年中無休

13

能楽と佃煮?そこに潜む魚町の凄い歴史

平安時代に遡る魚町の歴史を紐解き、魚町と名付けられた意味から能楽との関わり、それに伴う佃煮の成り立ちから試食までを楽しみ勉強します。



11/5(土) 11:00~12:00
11/5(土) 14:00~15:00
11/12(土) 14:00~15:00

■会 場:合資会社 濱金商店 魚町本店
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名くらい
■講師名:高坂 泰弘
■持ち物:ー

濱金商店・魚町本店
☎ 0532-52-4116

住 所 豊橋市魚町91
受付時間 10:00 ~ 18:00
定休日 日・祝日

14

お庭 花壇をキレイに保つ技

初心者の方でも簡単!
お花を毎年咲かせる方法やキレイに保つ方法を実践しながらお伝えします。



11/14(月) 11/18(金)
各日:10:00~11:00

■会 場:LE PRINTEMPS
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:川西 晴香
■持ち物:筆記用具

LE PRINTEMPS
☎ 0532-55-8739

住 所 豊橋市駅前大通3-31
受付時間 10:00 ~ 18:00
定休日 水曜日

15

ずっと美しく使いたい大切な宝石のお手入れ

どのようにお手入れしたらいいのか、お手入れを考えていなかった方もそれぞれの特徴を知っていただき安心して使ってください。



11/6(日) 11/7(月)
各日:14:00~15:00

■会 場:宝石時計西川 店内
■対 象:女性
■材料費:ー
■定 員:3名
■講師名:野末 京子
■持ち物:ー

宝石時計 西川
☎ 0532-54-2751

住 所 豊橋市大手町138
受付時間 10:00 ~ 19:00
定休日 水・第一火曜日

16

マンション管理組合運営の重要ポイント

役員の輪番制の弊害を解消し、自主性のある管理組合作り、安心・安全・快適なマンション住まい造りのための「規約・細則」の整備のアドバイス



11/2(水) 11/13(日) 11/24(木)
各日:10:30~11:30

■会 場:南ベストコンサルト
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:井伊 弘
■持ち物:筆記用具

(有)ベストコンサルト
☎ 0532-53-6810

住 所 豊橋市札木町117-3
受付時間 10:00~20:00
定休日 水曜日

17

ゲームで知ろう!世界のお金の流れ

毎日変動する為替や株式、自分で勉強しようとしても難しいその仕組み。それをゲームを通じて知って頂く企画です。知識が全くなくても大丈夫!



11/2(水) 11/19(土) 11/27(日)
各日:10:30~11:30

■会 場:ライフ・プラネット(P有り)
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:原田 康裕
■持ち物:電卓・筆記用具

ライフ・プラネット
☎ 0532-55-9722

住 所 豊橋市東松山61
受付時間 9:00 ~ 16:00
定休日 不定休

18

ファイナンシャルプランナーと話そう!

老後の資金準備、資産運用の方法、保険の見直し、相続など、誰かに相談したいと思ったことはありませんか?日頃のご相談事例などをお話します。



11/1(火) 11/9(水) 11/12(土)
各日:10:30~11:30

■会 場:ライフ・プラネット(P有り)
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:伴 和憲
■持ち物:筆記用具

ライフ・プラネット
☎ 0532-55-9722

住 所 豊橋市東松山61
受付時間 9:00 ~ 16:00
定休日 不定休

19

あなたの年金足りますか?

人生90年時代。豊かなセカンドライフの柱となるのが年金とご自分の蓄えです。資金計画の立て方と準備の方法をご一緒に考えてみませんか?



11/7(月) 11/16(水) 11/23(水)
各日:10:30~11:30

■会 場:ライフ・プラネット(P有り)
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:山田 ちどり
■持ち物:電卓・筆記用具

ライフ・プラネット
☎ 0532-55-9722

住 所 豊橋市東松山61
受付時間 9:00 ~ 16:00
定休日 不定休

20

聞いて得する羽毛ふとんのウソ?ホントの話

軽くて暖かいのが羽毛ふとん。でもその善し悪しや見極め方は、ホントにナゾだらけです。寝具専門店のプロがわかりやすく解き明かします。



11/3(木) 11/6(日) 11/9(水)
各日:10:00~11:00

■会 場:ふとんの平野屋
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:3名
■講師名:竹尾 巧一
■持ち物:筆記用具

ふとんの平野屋
☎ 0532-52-6449

住 所 豊橋市呉服町55
受付時間 9:00 ~ 19:00
定休日 年中無休

21

1本の糸から世界中に広がる手づくり文化

世界各地で伝承され、作られたニットの歴史、特徴、あみ方と色々な毛糸の作品に手をふれていただき、編み物を愛し、楽しむことを感じ取っていただけたらと思います。



11/2(水) 10:30~11:30
11/8(火) 10:30~11:30
11/13(日) 10:00~11:00

■会 場:世界の毛糸 アトリエ・マルエス
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:3名
■講師名:佐藤 一行
■持ち物:ー

世界の毛糸 アトリエ・マルエス
☎ 0532-52-8603

住 所 豊橋市広小路1-24
受付時間 9:00 ~ 18:00
定休日 水曜日

22

世界のかawaii編み物が簡単に出来る講座

手編みの魔術師Pierre・cazuが棒針、かぎ針を使って作品をつくりながらプロの技を使い初心者にも簡単に出来る方法をお教えします。



11/10(木) 11/19(土) 11/20(日)
各日:13:30~14:30

■会 場:世界の毛糸 アトリエ・マルエス
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:3名
■講師名: Pierre・cazu
■持ち物:ー

世界の毛糸 アトリエ・マルエス
☎ 0532-52-8603

住 所 豊橋市広小路1-24
受付時間 9:00 ~ 18:00
定休日 水曜日

23

はじめての野菜づくりとおもしろ野菜

種のまき方、育て方のコツ等をお話します。思わず育てたくなる?おもしろ野菜も紹介!



11/13(日) 11/27(日) 12/2(金)
各日:14:00~15:00

■会 場:川西種苗店
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:4名
■講師名:小林 香織
■持ち物:筆記用具

川西種苗店
☎ 0532-54-3201

住 所 豊橋市駅前大通り3-31
受付時間 9:00 ~ 18:00
定休日 水曜日

24

布作家が教えるヨーヨーキルトのコースター

可愛い雑貨屋でハンドメイドコースター作りましょう。初心者でも大丈夫!布作家のオーナーが優しく丁寧に教えます。



11/4(金) 11:00~12:00
11/14(月) 13:00~14:00
11/24(木) 18:00~19:00

■会 場:Pianissimo(ピアノシモ)
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:4名
■講師名:仲神 昌美
■持ち物:ー

Pianissimo(ピアノシモ)
☎ 080-3280-0906

住 所 豊橋市神明町9-6
受付時間 10:00~18:00
定休日 土・日曜日

25

カフェで旅するコーヒーの世界

世界中から輸入されているコーヒー豆は特徴も様々。その違いを比べながら各国の文化や風土に触れる旅をしましょう!



11/3(木) 11/12(土)
11/18(金)
各日:16:00~17:00

■会 場:cafe&gateaux knohd
■対 象:どなたでも
■材料費:500円(食材費)
■定 員:10名
■講師名:河合 伸行
■持ち物:ー

cafe&gateaux knohd
☎ 070-6533-6664

住 所 豊橋市駅前大通り1-111
受付時間 8:00 ~ 18:00
定休日 水曜日

26

自宅でもできるラーメン簡単アレンジ術

冷蔵庫の中のものや手軽に手に入る食材を使っていつものラーメンをより美味しくするためのアイデアを提案します。試食もあります。



11/1(火) 11/9(水) 11/17(木)
11/25(金) 12/3(土)
各日:15:00~15:45

■会 場:ラーメン食堂&ラーメンカフェ カドワラ
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:4名
■講師名:木村 充伯
■持ち物:ー

ラーメン食堂&ラーメンカフェ カドワラ
☎ 0532-56-2332

住 所 豊橋市札木町39
受付時間 11:30 ~ 14:00/17:00~21:00
定休日 日曜日

27

薬剤師によるサプリメントの選び方講座

サプリメントでお悩みの方へ。サプリメントアドバイザーの資格を持つ薬剤師が選び方のポイントをお話します。



11/10(木) 11/17(木)
各日:10:00~11:30、
12:00~13:30

■会 場:アザレア薬局
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:8名
■講師名:柳澤 吉輝
■持ち物:筆記用具

アザレア薬局
☎ 0532-57-6400

住 所 豊橋市大橋通1-90 越知ビル1F
受付時間 9:00~18:00
定休日 木・日・祝日

28

後悔しないための健康寿命術(体験講座)

漢方療法や天然生薬で健康をとり戻そう。無料試飲や体験。伝統の秘薬などアトビーなどの体質改善や体臭除去や便秘・夜の自信UPに



11/3(木) 11/7(月) 11/8(火)
11/21(月) 11/22(火) 11/28(月)
各日:10:15~11:00、11:00~11:45、
11:45~12:30(3日のみ11:45~12:30(木))

■会 場:杉浦薬局
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:1回原則1名(夫婦・親子・アベックは2名可)
■講師名:杉浦 宏治
■持ち物:筆記用具

杉浦薬局
☎ 0532-52-1104

住 所 豊橋市広小路1-38
受付時間 平日 10:15 ~ 13:00
定休日 水曜日

29

これで納得 お口から始まる健康ライフ

歯科医師・歯学博士の専門的な視点から、毎日の生活に取り入れ可能な健康に関するヒントを鼻、口、あご、舌、のどの機能を中心に説明致します。



11/3(木) 10:00~11:30
11/6(日) 13:00~14:30
11/23(水) 10:00~11:30

■会 場:当ビル1階まつばスタジオ
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:8名
■講師名:藤城 直也
■持ち物:筆記用具

まつば藤城歯科医院
☎ 0532-21-6333

住 所 豊橋市松葉町3-59
受付時間 10:00~16:00(月~金のみ)
定休日 日・祝日

30

プロテインを活用し健康な体へ!

プロテインは「アスリートや若い世代の人が飲むもの!」と思っていませんか?実は中高年の方に積極的に摂ってもらいたいのがプロテインです。当日試飲あり



11/16(水) 11:00~12:00
11/24(木) 13:00~14:00

■会 場:カリオンビル 会議室
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:松野 卓矢
■持ち物:筆記用具

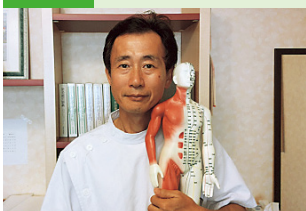
プライム・サービス(スポーツ用品販売)
☎ 0532-87-4885

住 所 豊橋市瓦町通2-151
受付時間 10:00~18:00
定休日 不定休

31

お灸で健康管理 簡単肩こり解消!

お灸に興味のある方を対象に、ツボについての知識を学び、実際に台座のついたお灸や温灸器でツボを刺激して肩こりを解消してみませんか?



11/8(火) 14:00~15:00
11/19(土) 11:00~12:00
11/25(金) 19:00~20:00

■会 場:トリアルビレッジ 会議室
豊橋市広小路1-18 コメックスビル5階
■対 象:中学生以上
■材料費:ー
■定 員:4名
■講師名:川添 登
■持ち物:膝から足先、肘から手先、肩のあたりが露出できる服装。

伝馬町鍼灸院
☎ 0532-63-6093

住 所 豊橋市伝馬町113
受付時間 9:00~20:00
定休日 木曜午後・日曜午後・祝日

32

眼がもつ天然サングラス[ルテイン]量測定

眼の中にあつて有害な光によるダメージを抑制する働きをもつ色素[ルテイン]眼の健康のために大切なこのルテイン色素量を測定してみませんか。



11/8(火) 11/21(月) 11/22(火)
各日:11:00~11:30、13:30~14:00
14:30~15:00、16:00~16:30

■会 場:メガネの杉浦
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:2名
■講師名:小林 好一
■持ち物:ー

メガネの杉浦
☎ 0532-53-5556

住 所 豊橋市広小路2-22
受付時間 10:00 ~ 19:00
定休日 水曜日

33

気軽に楽しく学ぶ!認知症の予防と基礎知識

気になる認知症について、その基礎知識と予防法を気軽に楽しく街の薬剤師がお話します!



11/28(月)・11/30(水)
各日:11:00~12:00

■会 場:神谷薬局
■対 象:どなたでも
■材料費:ー
■定 員:5名
■講師名:神谷 政幸
■持ち物:ー

神谷薬局
☎ 0532-52-3282

住 所 豊橋市駅前大通3-91
受付時間 13:00~19:00
定休日 日・祝日