

# まちゼミ

第3回

# 豊橋まちゼミ

得する街のゼミナール

開催期間 9/1(金)～10/1(日)



## 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。

## 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は一切ありません。

8/24(木)から  
受付スタート

受講者募集!

全36講座開催  
お申込は各店へ

### 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込みください。

### 3 参加する

時間、場所をお間違え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下さい。
- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- お申込みは各店記載の受付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。

駐車場の有無は各店舗にてご確認ください。



## まちゼミの開催日をチェック

9月1日(金)	19
9月2日(土)	05 08 14 15 18 20 26 31
9月3日(日)	06 10 12 16 17 28 34
9月4日(月)	07 21 26 36
9月5日(火)	02 13
9月6日(水)	03 06 17 19 27
9月7日(木)	08 09
9月8日(金)	
9月9日(土)	15 19 20 25 30
9月10日(日)	03 05 10 11 14 16 24 27 28 34
9月11日(月)	22
9月12日(火)	08 13 21 26 33 35
9月13日(水)	07
9月14日(木)	14
9月15日(金)	17 22 23 30
9月16日(土)	15 18 23
9月17日(日)	02 10 16 23 24 29 34
9月18日(月)	07 28
9月19日(火)	05 27 35
9月20日(水)	09 22 26 32 33
9月21日(木)	02 12
9月22日(金)	03 09 36
9月23日(土)	13 30
9月24日(日)	01 04 10 11 34
9月25日(月)	35
9月26日(火)	
9月27日(水)	
9月28日(木)	21 26
9月29日(金)	01 26 31
9月30日(土)	01
10月1日(日)	04 34

お問い合わせ先 豊橋まちゼミの会 事務局

トライアルビレッジ 豊橋広小路1丁目18 ウェルプラザユメックスビル 5F 担当 柴田  
TEL:0532-35-9666 FAX:0532-35-9741 MAIL:machizemi@trialvillage.net

### 03 マンション大規模修繕工事の適正な進め方

大規模修繕工事を行う目的はマンションの資産価値を維持することです。その重要な大規模修繕工事を適正に進めるための方法をアドバイスします。



9月 6日(水) 10:30~11:30  
 9月 10日(日) 10:30~11:30  
 9月 22日(金) 13:30~14:30

■会場:自分のお店  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:— ■講師名:井伊 弘  
 ■定員:4名 ■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:12:00~21:00  
 定 休 日:水曜日

### 04 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!



9月24日(日) 10:00~11:30  
 10月1日(日) 10:00~11:30

■会場:自分のお店  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:— ■講師名:夏目 学  
 ■定員:6名 ■持ち物:—

株式会社夏目デザイン  
 ☎ 0532-55-6341

住 所:豊橋市湊町121番地  
 受付時間:8:00~18:00  
 定 休 日:不定休

### 07 じぶん年金を作りましょう!

「人生90年時代」を安心して迎えるために、老後資金を準備しましょう。誰でも簡単に「貯める」「ふやす」仕組みを分かりやすくお話しします。



9月 4日(月) 10:00~11:30  
 9月 13日(水) 10:00~11:30  
 9月 18日(月) 10:00~11:30

■会場:自分のお店 (P有り)  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:— ■講師名:山田 ちどり  
 ■定員:5名 ■持ち物:電卓・筆記用具

ライフ・プラネット  
 ☎0532-55-9722

住 所:豊橋市東松山町61  
 受付時間:9:00~16:00  
 定 休 日:日曜・祝日

### 08 最新の医療保険・がん保険の選び方

昔は入院して治すのが当たり前、でも今は?治療に合わせた役に立つ保険選びが大切です。保険選びのポイントをわかりやすくお話しします。



9月 2日(土) 10:30~11:30  
 9月 7日(木) 10:30~11:30  
 9月 12日(火) 10:30~11:30

■会場:自分のお店 (P有り)  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:— ■講師名:伴 和憲  
 ■定員:5名 ■持ち物:筆記用具

ライフ・プラネット  
 ☎0532-55-9722

住 所:豊橋市東松山町61  
 受付時間:9:00~16:00  
 定 休 日:日曜・祝日

### 11 はじめての花づくり(秋~春編)

花壇を彩る花を種から育ててみませんか? 種のまき方、育て方のコツ等をお話しします。



9月 10日(日) 14:00~15:00  
 9月 24日(日) 14:00~15:00

■会場:自分のお店  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:— ■講師名:高木 行  
 ■定員:4人 ■持ち物:筆記用具

(有)川西種苗店  
 ☎0532-54-3201

住 所:豊橋市駅前大通り3丁目31番地  
 受付時間:9:00~18:00  
 定 休 日:水曜日

### 12 いつまでも美しく使いたい大切な宝石のお手入れ

大切な宝石のそれぞれの特徴を知ることによって安心して使っていただけます。ご自分でできるお手入れの仕方も体験できます。



9月 3日(日) 11:00~12:00  
 9月 21日(木) 11:00~12:00

■会場:自分のお店  
 ■対象:女性  
 ■材料費:— ■講師名:野末 京子  
 ■定員:3名 ■持ち物:—

宝石時計西川  
 ☎0532-54-2751

住 所:豊橋市大手町138番地  
 受付時間:10:00~19:00  
 定 休 日:水曜・第一火曜

### 15 「かわいい」「使える」革小物作りましょ

あつという間にかんたんにできるけど、雰囲気バツグンの革キーホルダー作り。うちの仕事がなくなっちゃうから本当は教えたくないんだよね。



9月 2日(土) 10:30~11:30  
 9月 9日(土) 10:30~11:30  
 9月 16日(土) 10:30~11:30

■会場:自分のお店  
 ■対象:どなたでも(男女問わず)  
 ■材料費:— ■講師名:杉浦 徹  
 ■定員:4名 ■持ち物:—

靴修理ラジアン  
 ☎0532-52-2868

住 所:豊橋市札木町106-1  
 受付時間:10:00~18:00  
 定 休 日:月曜日

### 16 恋も仕事も"デキる"男に見えちゃう靴磨き

テレビや新聞社も取材する靴修理店が教える、10年履ける靴に育てる革靴ケア方法。取引先の社長さんは、以外と営業さんの足元見てますよ。



9月 3日(日) 10:30~11:30  
 9月 10日(日) 10:30~11:30  
 9月 17日(日) 10:30~11:30

■会場:自分のお店  
 ■対象:どなたでも(男女問わず)  
 ■材料費:— ■講師名:杉浦 徹  
 ■定員:4名 ■持ち物:磨きたい靴(貸し出し可)

靴修理ラジアン  
 ☎0532-52-2868

住 所:豊橋市札木町106-1  
 受付時間:10:00~18:00  
 定 休 日:月曜日

### 19 大人から始める自転車教室~理論及び実習~

あまりにも身近な自転車。でもいったい何をしたらいいの? 慣れましょうではなく学びましょう。心新たにこれから自転車を始めるための説明会です。



9月 1日(金) 19:00~20:30  
 9月 6日(水) 13:00~14:30  
 9月 9日(土) 9:00~10:30

■会場:自分のお店  
 ■対象:自転車を始めたい方、すでに乗っているけれど何したらいいかわからない方  
 ■材料費:— ■定員:4名  
 ■講師名:鎌野恒太 インストラクター歴20年  
 ■持ち物:ロード、マウンテン、クロス、ママチャリ、あれば持って来てください

GLORY PACKERS  
 ☎0532-74-8497

住 所:豊橋市小路144  
 受付時間:9:00~21:00  
 定 休 日:水曜日

### 20 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。



9月 2日(土) 11:00~12:00  
 9月 2日(土) 14:00~15:00  
 9月 9日(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:— ■講師名:高坂泰弘  
 ■定員:5名くらい ■持ち物:—

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

### 23 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。



9月 15日(金) 10:30~11:45  
 9月 16日(土) 13:30~14:45  
 9月 17日(日) 10:30~11:45・13:30~14:45

■会場:自分のお店  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:— ■講師名:pierre-cazuサトウ  
 ■定員:3名 ■持ち物:筆記用具

世界の毛糸アトリエ・マルエス  
 ☎0532-52-8603

住 所:豊橋市広小路一丁目24番地  
 受付時間:10:00~20:00  
 定 休 日:火・水曜日

### 24 縫わずに布で小物を作ってみよう!

布で手づくり楽しんでほしいから、まず縫えなくてもOK。ポンドでつくるカンタン小物にチャレンジしましょう!今回はべたんこバッグです。



9月 10日(日) 10:00~11:00・14:00~15:00  
 9月 17日(日) 10:00~11:00・14:00~15:00

■会場:江戸ッ子 豊橋店  
 ■対象:どなたでも  
 ■材料費:680円(ポンドと布代) ■講師名:兵頭、内藤、山本  
 ■定員:6名 ■持ち物:—

(株)江戸ッ子豊橋店  
 ☎0532-55-6261

住 所:豊橋市駅前大通1-27  
 受付時間:9:30~18:30  
 定 休 日:不定休

講座ジャンル  
定員は各回の人数を表記しています

まなぶ 知識や知恵を学べる講座

たべる 飲食に関する講座

つくる 作ったり、体験する講座

健康 健康に関する講座

きれい 美容・きれいを追求する講座

### 25 星型パールと天然石で作るストラップとペンダント

親子でワクワクおそろいの私だけのお気に入りを作ろう。



9月9日(土)  
10:30~11:30・13:00~14:00・15:00~16:00

- 会場:自分のお店
- 対象:幼稚園~小学生 親子
- 材料費:一
- 定員:親子等 各3組
- 講師名:山内 克枝
- 持ち物:一

清水時計店  
☎0532-52-4813

住 所:愛知県豊橋市礼木町40  
受付時間:10:00~19:00  
定 休 日:木曜日

### 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。



9月2日(土)・9月4日(月)・9月12日(火)  
9月20日(水)・9月28日(木)・9月29日(金)  
各日15:00~15:50

- 会場:自分のお店
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:4名
- 講師名:木村充伯
- 持ち物:一

ラーメン食堂&ラーメンカフェ カドワラ  
☎0532-56-2332

住 所:豊橋市礼木町39  
受付時間:11:30~14:00/17:00~21:00  
定 休 日:日曜日

### 27 豊橋野菜のスムージー

栄養満点!地元野菜を使ったお手軽スムージー作り。



9月 6日(水) 14:00~15:00  
9月10日(日) 14:00~15:00  
9月19日(火) 14:00~15:00

- 会場:自分のお店
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:5名
- 講師名:野菜ソムリエ 早川明宏
- 持ち物:一

創作串揚げと野菜 はやわか  
☎0532-52-0151

住 所:豊橋市松葉町3丁目55番地  
受付時間:15:00~22:00  
定 休 日:不定休

### 28 カフェで旅するコーヒー豆の世界

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!



9月 3日(日) 9:30~11:30  
9月10日(日) 14:00~16:00  
9月18日(月) 14:00~16:00

- 会場:自分のお店
- 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:筆記用具

cafe&gateaux knohd(ノード)  
☎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

### 29 お口から始まる健康ライフ

好評だった前回の続編として、生活に取り入れたい健康に関するヒントを癒や姿勢、唾液、噛む、飲み込む、舌の機能などを中心にお話致します。



9月17日(日) 10:00~11:30

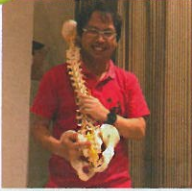
- 会場:まつばスタジオ
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:8名
- 講師名:藤城直也
- 持ち物:筆記用具

まつばスタジオ  
☎070-5447-3917

住 所:豊橋市松葉町3-59(1F)  
受付時間:平日10:00~16:00  
定 休 日:不定休

### 30 美しい姿勢と健康は骨盤から

肩こり・腰痛・冷えなどで悩む方必見!骨盤を整えるだけで、猫背や体の不調などに効果あり!骨盤矯正体験もあります。



9月9日(土)・9月15日(金)・9月23日(土)  
各日10:00~11:30・13:00~14:30・15:00~16:30

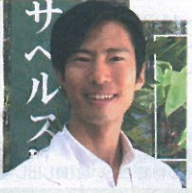
- 会場:カリオンビル 第2ミーティングルーム
- 対象:特になし(高校生以下は親子でご参加ください。)
- 材料費:一
- 定員:各回5名
- 講師名:春名 保明・丸山 純
- 持ち物:施術可能な服装(スカート不可)、タオル

カイロプラクティック ラウレア  
☎090-9929-1143

住 所:豊橋市牟呂外神16-9  
受付時間:9時~21時(施術中で出れない場合は折り返します)  
定 休 日:日曜日

### 31 とっても気になる口臭・体臭の基礎知識と対策

誰もが気になる口臭・体臭の基礎知識と対策方法を、気軽に楽しく街の薬剤師がお話します!



9月 2日(土) 14:00~15:00  
9月29日(金) 11:00~12:00

- 会場:自分のお店
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:6名
- 講師名:神谷政幸
- 持ち物:特になし(筆記用具があれば)

神谷薬局  
☎0532-52-3282

住 所:豊橋市駅前大通3-91  
受付時間:13:00~18:30  
定 休 日:日曜・祝日

### 32 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!



9月20日(水) 11:00~12:00

- 会場:自分のお店
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:6名
- 講師名:神谷政幸
- 持ち物:特になし(筆記用具があれば)

神谷薬局  
☎0532-52-3282

住 所:豊橋市駅前大通3-91  
受付時間:13:00~18:30  
定 休 日:日曜・祝日

### 33 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ピーなどの体質改善や体臭除去や便秘・夜の自信UPに。



9月12日(火) 10:00~11:00  
9月20日(水) 10:00~11:00

- 会場:自分のお店
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:5名
- 講師名:杉浦宏始
- 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

### 34 「知ってるつもり?」遠近両用メガネのお話

遠近両用メガネの仕組みや使い方を知って今より使い易く、また使うことに躊躇している方も判断のお役にたてるお話です。必要に応じて体験もします。



9月3日(日)・9月10日(日)・9月17日(日)  
9月24日(日)・10月1日(日)  
各日共10:30~12:00・14:30~16:00  
(状況で講座時間に短長有)

- 会場:自分のお店
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:各回2名
- 講師名:榊原 幹人
- 持ち物:今、ご使用の眼鏡があればお持ちください

メガネの杉浦  
☎0532-53-5556

住 所:豊橋市広小路2丁目22  
受付時間:10:00~19:00  
定 休 日:水曜日

### 35 あなたに似合うリップカラーは?

パーソナルカラーに合った色を身につけるだけでお顔の印象が変わります! まずは、リップカラーからあなたにぴったりのものを見つけてみませんか?



9月12日(火)・9月25日(月)  
各日 10:00~11:30・13:00~14:30  
9月19日(火) 10:00~11:30

- 会場:株式会社夏目デザイン  
〒440-0073 愛知県豊橋市湊町121番地
- 対象:どなたでも
- 材料費:一
- 定員:4名
- 講師名:井上由美
- 持ち物:筆記用具

隠れ家salon Nap time  
☎090-8470-1212

住 所:豊橋市王ヶ崎宮脇74  
受付時間:10:00~21:00  
定 休 日:不定休

### 36 シーンに合わせたジュエリーとネイル

ネイリストがジュエリーとの相性、冠婚葬祭などのシーンにあった選び方をアドバイスさせていただきます。綺麗にマニキュアをめぐるコツも実践してみましょう。



9月 4日(月) 11:00~12:00  
9月22日(金) 11:00~12:00

- 会場:自分のお店
- 対象:女性
- 材料費:一
- 定員:3名
- 講師名:田中美穂
- 持ち物:一

宝石時計西川  
☎0532-54-2751

住 所:豊橋市大手町138番地  
受付時間:10:00~19:00  
定 休 日:毎週水曜日・第一火曜日