第6回 まちゼミ2015春

主催／茅野商工会議所　後援／茅野市

お店の人が教えてくれる!

得する まちのゼミナール

茅野まちゼミ
ブログ&Facebook発信中!
http://www.chinocci.or.jp/machizemi/
気になる講座を事前にチェック！
茅野　まちゼミ　検索

受講料
無料
講座の内容によっては材料費がかかりますのでご確認ください。

「まちゼミ」って？

お店の人が講師になって、プロならではの専門的な知識や情報、コツを教えてもらえるユニークなゼミです。

★お申込は各店へ！
「まちゼミの申し込みです」とお電話ください。

★お子様も一緒に楽しめます
小学生以下のお子様は、保護者同伴でご参加ください。

県外・市外の方も大歓迎!

開催期間：6月1日（月）～6月30日（火）

受付開始
5/25（月）

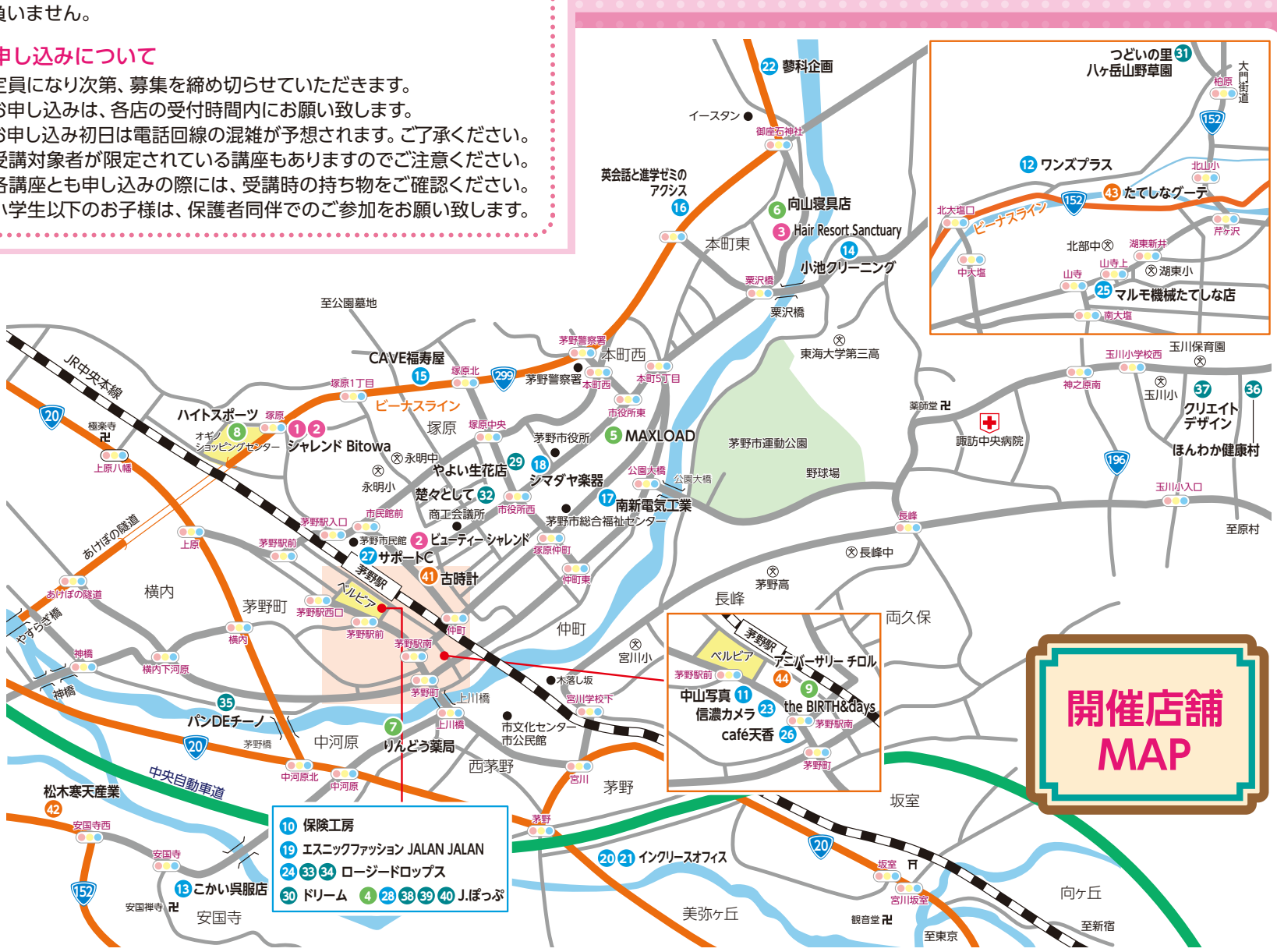
お申し込み前にお読みください

受講料について
- 材料費は原則として講座当日に会場で徴収致します。（税込）
- お申し込み後にキャンセルされた場合、材料費を頂戴することがございますのでご承知おきください。
- 講座中に発生した事故等につきましては、主催者側は一切責任を負いません。

お申し込みについて
- 定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。
- お申し込みは、各店の受付時間内にお願い致します。
- お申し込み初日は電話回線の混雑が予想されます。ご了承ください。
- 受講対象者が限定されている講座もありますのでご注意ください。
- 各講座とも申し込みの際には、受講時の持ち物をご確認ください。
- 小学生以下のお子様は、保護者同伴でのご参加をお願い致します。

講座は5種類

- きれい　あなたの「美しさ」をサポート!
- けんこう　毎日元気にすごすコツを伝授
- まなぶ　新しい発見に出会える!
- つくる　オリジナル作品を作ってみよう
- たべる　プロの調理法が学べます!



1 初心者でもできる 簡単ネイルケア講座!

Sharend Bitowa

講師／朝岡杏奈、河井麻衣子

お爪のお悩みのある方、ネイルに興味がある方、まずはお家からのケアを始めてみませんか?受講者全員にネイルファイルプレゼント!!

6/28(日)14:00～15:30

●定　員　6名
●受講料　540円

茅野市塚原1-13-20
☎ 0266-75-1631
〔受　付〕10:00～20:00、土日祝9:00～18:00
〔定休日〕月曜日、第1火曜日

2 お顔の筋肉エクササイズ

ビューティーシャレンド シャレンド Bitowa

講師／霜鳥早耶、北原沙希

ふとした時の自分のお顔にびっくりしたことはありませんか?たるみの原因は筋肉にあります!!エクササイズで今よりもっと素敵な笑顔に!!

ビューティーシャレンド　6/ 6(土)13:00～14:30
シャレンド Bitowa　6/17(水)10:00～11:30

●定員　各回 5名　キレイになりたい 全ての方!　男性もOK!

ビューティーシャレンド
茅野市仲町2-13
☎ 0266-72-1631
〔受　付〕10:00～18:00
〔受付開始日〕5/26(火)
〔定休日〕月曜日、第1火曜日

シャレンド Bitowa
茅野市塚原1-13-20
☎ 0266-75-1631
〔受　付〕10:00～18:00
〔受付開始日〕5/26(火)
〔定休日〕月曜日、第1火曜日

3 自宅で簡単 炭酸頭皮クレンジング

Hair Resort Sanctuary

講師／矢島里樹

マイクロスコープで、ご自分の頭皮をチェックした後、炭酸クレンジングフォームを使って、頭皮をきれいに!!リフトアップ効果も期待大!!

6/ 3(水)14:00～15:00
6/10(水)14:00～15:00
6/17(水)14:00～15:00

●定　員　各回 2名
●受講料　1,000円(炭酸クレンジングフォーム代)

茅野市本町東12-30
☎ 0266-55-1210
〔受　付〕9:00～18:00　〔受付開始日〕5/26(火)
〔定休日〕月曜日、第3日曜日

4 春の季節病に負けない 生活術&耳つぼ体験

経らく琴 Jぽっぷ教室

講師／竹村真琴

春は四季の中で得に環境の変化が大きい時期です。耳つぼで自律神経のバランスをとり季節病と呼ばれる花粉症や五月病等を予防してみませんか?

6/10(水)13:30～15:00
6/17(水)13:30～15:00
6/28(日)13:30～15:00

●定　員　各回 6名
●受講料　500円(耳つぼシール代)

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎ 090-5757-2139
〔受　付〕13:30～19:30

5 めざせ!!かっこいいカラダ 肉体改造塾

MAXLOAD トレーニングジム

講師／青柳直貴　親子もOK!

夏に向けた肉体改造トレーニングで、体力と気力を向上させましょう。一人一人に合わせたトレーニングメニューで、老若男女問わず御参加いただけます。

6月中の火・土曜日 15:00～16:00

●定　員 各回 6名
●受講料 100円(ミネラルウォーター)
●持ち物 運動靴、タオル、ジャージ

茅野市本町西4-5 丸上ビル1F108
☎ 0266-55-4545
〔受　付〕13:00～22:00
〔定休日〕日曜日

6 慢性頭痛も不眠も改善! 簡単枕の作り方

向山寝具店

講師／向山平和

ご自分に合う枕の高さを体験していただき「気持ちいい～!」「楽～!」と感じられる枕に調整します。

6/8(月)～13(土) 10:00～11:30
1週間のうち都合の良い日を選んで下さい。

●定　員 各回 3名
●持ち物 バスタオル2枚、タオル3枚 柔らかい方が寝心地が良い。

茅野市本町東12-15
☎ 0266-72-2005
〔受　付〕9:00～18:00
〔定休日〕日曜日

7 本当に怖い 低体温!

りんどう薬局（有）フジモリ薬局

講師／芳澤武弘　20歳以上

体温1℃上昇で、1.5倍病気になりにくい体を手に入れよう!

6/13(土)13:00～15:30
6/20(土)13:00～15:30

●定　員 各回 5名

茅野市宮川3990
☎ 0266-73-9285
〔受　付〕10:00～18:00
〔定休日〕日曜日

8 健康は足元から。 ～足と靴のお悩み相談会～

ハイトスポーツ

講師／丸山順子　子供さんもOK!

合わない靴をはいていると健康を損なう原因となります。足の形状や足圧分布を測定しご自分の足の特徴を知り、靴選びを学びましょう。

6/15(月)10:00～19:00
6/22(月)10:00～19:00
1名約1時間 ご都合のよろしい時間をご予約下さい。

茅野市塚原
オギノショッピングセンター2F
☎ 0266-72-2646
〔受　付〕10:00～20:00

9 絆を深める ヨガ&トレーニング

FITNESS GYM the BIRTH & Hot Yoga Studio days

講師／北原愛(ヨガ)、有賀泰介(フィットネストレーナー)

今人気のパートナーヨガ&ペアトレーニング!
大切な家族、お友達と一緒にトレーニングを通して絆を深めましょう。

6/13(土)10:00～11:00(ペアトレーニング)
6/13(土)19:30～20:30(パートナーヨガ)

●定　員 各回 10組(2人1組)
●受講料 500円(スムージー代)
●持ち物 タオル、お水

茅野市ちの3550-10
☎ 0266-72-5000
〔受　付〕13:30～22:30、土祝11:00～20:00
〔定休日〕日曜日

10 相続税を安くする為の 保険の活用法　-第二弾-

保険工房

講師／高林能子

早ければ早いほど、得をする相続対策。
「今知っておくべき知識」「今しておくべきこと」をわかりやすく解説します。

6/ 7(日)13:00～14:30
6/13(土)16:30～18:00

●定　員　各回 5名
●持ち物　筆記用具

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎ 090-1866-0560 または
☎ 0266-78-0803
〔受　付〕10:00～19:00　〔定休日〕木曜日

11 お料理をキレイに撮影する方法 -実践編-

Photo Studio 中山写真 〔チロル、紅の豚〕

講師／木村明美、中山雄二

お料理をキレイに撮るちょっとしたコツをプロが教えます。当店でレクチャー後各店舗での撮影実践。ランチティータイムを楽しむコラボで倍楽しい企画です。

6/22(月)14:00～15:30/チロル
6/25(木)11:00～12:30/紅の豚

●定　員 各回 6名
●受講料 700～800円(飲食代含む)
●持ち物 カメラ、タブレット、スマートフォンのいずれか

茅野市ちの3062
☎ 090-9354-6393
〔受　付〕9:00～19:00
〔定休日〕月曜日

12 収納お悩み相談会

ライフスタイルデザインオフィス ワンズプラス

講師／熊谷一子

整理収納の基本を学んでステキな部屋をつくりませんか?個人的な相談にお答えします。悩みを解決しましょう。

6/13(土)19:00～20:30
6/17(水)10:30～12:00
6/17(水)19:00～20:30

●定　員　各回 4名
●受講料　500円(資料、お茶代)
●持ち物　筆記用具

茅野市米沢6924-1
☎ 090-8326-0183
〔受　付〕9:00～17:00
〔定休日〕不定休

13 今年の夏は浴衣でおでかけ ゆかた着付講座

こかい呉服店

講師／小海弘子

一人でゆかたの着付をするのは大変と思っているあなた向けの講座です。2時間で1人で着られるようになります。この夏はゆかたでおしゃれを!

6/ 6(土)14:00～16:00
6/11(木)14:00～16:00

●定　員　各回 4～5名
●持ち物　ゆかた、半巾帯、腰紐2本 コーリンベルト、伊達メ、帯板

茅野市宮川安国寺2803
☎ 0266-72-1763
〔受　付〕9:00～19:00
〔定休日〕月曜日

14 Yシャツをきれいに洗って 仕上げよう!

小池ドライクリーニング

講師／小池文人

衣類は日ごろのお手入れが大切です。
Yシャツを実際に洗い、アイロンで仕上げます。講座終了後、ご希望の方にお一人様一点無料しみ抜きもあります。

6/14(日)10:00～12:00
6/20(土)10:00～12:00

●定　員　各回 3名

茅野市玉川408(粟沢観音下)
☎ 0266-72-1556
〔受　付〕8:00～19:00
〔定休日〕日曜日

15 夏においしい! 白ワイン飲み比べ講座

CAVE 福寿屋

講師／小林哲人、小林香　20歳以上

華やかな香り、爽やかでフルーティーな味わい、豊かなコク…。
品種違いの白ワインをお楽しみ下さい。ご夫婦での参加も大歓迎です。

試飲ワインは持ち帰れます。お車でもどうぞ。

6/10(水)19:00～20:00

●定　員　9名
●受講料　1,200円(試飲ワイン代)

茅野市塚原2-18-35
☎ 0266-72-3084
〔受　付〕10:00～20:00
〔定休日〕水曜日

16 英語で遊ぼう!

英会話と進学ゼミのアクシス

講師／デビット・アンダーソン、小尾順子　親子向けの講座です

Let's have fun together!
「外国人講師」と英語を使っていろいろな遊びに挑戦します。様々なアクティビティを通して生きた英語を体験しましょう!

6/8、15、22(月)16:30～17:20
17:45～18:45

●持ち物　色鉛筆、はさみ
●受講料　300円(材料費)

茅野市本町東8-14
☎ 0266-73-1437
〔受　付〕13:00～19:30
〔定休日〕日曜日

17 電気料金の不思議? 省エネ生活の過ごし方

南新電気工業㈱

講師／名取、松井

一般住宅での電気料金体系、エコ給湯など、深夜電力器具の待機電力の問題、電気ポットで保温状態での電気料金・IHコンロでお湯を沸かした場合の電気料金の比較等省エネ生活の過ごし方をお話します。

6/20(土)16:00～17:00

●定　員　5名

茅野市塚原2-4-3

☎0266-72-4158

〔受　付〕8:00～17:00

〔定休日〕日曜日

18 楽しくミュージック体験

㈲シマダヤ楽器

講師／浅川他　　親子向けの講座もあり

何でも好きな楽器にチャレンジしよう。リトミック・ピアノ・オルガン・フルート・ハーモニカ・ニ胡・大正琴。自由に体験できます。お気軽にご参加ください!

6/　7(日)10:00～20:00

1名約30分 ご都合のよろしい時間をご予約ください。

茅野市塚原2-7-22

☎0266-72-2872

〔受　付〕10:00～20:00

〔定休日〕月曜日　〔受付開始〕5/26(火)

19 夏に向けて ショール・パレオの素敵な巻き方

エスニックファッション JALAN JALAN

講師／伊藤恵理佳

今年の夏はショールやパレオの巻き方とアレンジを覚えて、気軽なちょい足しオシャレを楽しんでみてはいかがでしょうか!?

6/　9(火)14:00～15:00

●定　員　5名

●持ち物　ショール、ストール、パレオなどお手持ちの物

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F

☎0266-73-5352

〔受　付〕10:00～19:00

〔定休日〕木曜日

20 自分のファイナンシャルプランナーになろう!

合同会社インクリースオフィス

講師／有賀郁子

ファイナンシャルプランナーがまちゼミだけで明かす、3つの図形とある記号。これを使えばご自分の保険の見直しも貯蓄の仕方も分かります。自分自身のファイナンシャルプランナーになってみませんか!

6/　9(火)13:30～15:00

6/20(土)13:30～15:00

●定員 各回 4名　●持ち物 筆記用具

茅野市宮川5844-2 全日本旅行ビル101

☎0266-75-2274または

☎090-1825-9534

21 「終活」これをやっておけば安心

合同会社インクリースオフィス

講師／有賀郁子

今から始める、もしもの時に備える終活。あなたの大切なものを整理して意思を残しておけば安心ですね。ファイナンシャルプランナーがいくつかあるポイントを分かりやすく説明します。

6/　6(土)13:30～15:00

6/16(火)13:30～15:00

●定　員　各回 4名

●持ち物　筆記用具

茅野市宮川5844-2 全日本旅行ビル101

☎0266-75-2274または

☎090-1825-9534

22 使っていない空き家の対処法(賃貸、売買)

㈱蓼科企画

講師／西村英一

使っていない空き家をどうすればいいのか、賃貸にするのか売却してしまうのか、そのまま放置すれば傷んでしまう空き家の対処法講座です。

6/18(木)14:00～15:00／19:00～20:00

6/21(日)15:00～16:00

●定　員　各回 4名

茅野市米沢41番地 SUNSIDE14 1F

☎0266-82-7741

〔受　付〕9:30～17:30

〔定休日〕水曜日

23 もう少し知りたい デジカメの使用法・撮影法

信濃カメラ

講師／波間英彦　　子供さんもOK!

デジカメ全般で、基本からちょっとステップアップした使い方までと日常をSNSなどにキレイにアップさせるコツ。お気軽にどうぞ!

6/　3(水)10:00～11:30

6/11(木)10:00～11:30

6/14(日)10:00～11:30

●定　員　各回 4名または2組

●持ち物　カメラ、パソコン(どちらも無くてもOKです)

茅野市ちの3055

☎0266-72-3625

〔受　付〕9:30～19:00　〔受付開始〕5/25(月)

〔定休日〕月曜日

24 日々の暮らしに取り入れる「アロマテラピーミニ講座」

ロージードロップス

講師／小林佐由美

心や体をリラックスさせたり、リフレッシュさせる香り…アロマが心身に及ぼすメカニズムや楽しみ方を学び、ルームスプレー等のクラフトを作ります。

6/　5(金)13:30～15:00

6/13(土)13:30～15:00

6/23(火)13:30～15:00

●定　員　各回 4名

●受講料　800円(材料費)

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F

☎0266-72-6022

〔受　付〕10:00～19:00

〔定休日〕木曜日

25 刈払機の安全な使い方

㈱マルモ機械 たてしな店

講師／丸茂大介、大久保英昭

草刈りに使う刈払機はお手軽に手に入る反面、正しい使い方をしないと事故につながる可能性があります。刈払機の安全な使い方について説明いたします。

6/　6(土)10:00～12:00

14:00～16:00

●定　員　各回 10名

●持ち物　安全で動きやすい服装

茅野市豊平山寺3131

☎0266-72-2288

〔受　付〕9:00～18:00

〔定休日〕無し(年末・お盆のみ)

26 戦後70年の節目に ～海軍を目指した山猿の話～

café天香

講師／小川善弘

戦後70年を迎える今年。その時代を生き海軍兵学校で戦地に赴こうとしていた諏訪圏内の若者たち。その1人小川善弘さんに当時の話を聞く貴重な時間。

6/20(土)11:00～12:00

●定　員　20名

茅野市ちの3053

☎090-1829-6641

〔受　付〕10:00～17:00

〔定休日〕日、月曜日

27 市民館ツアー ～サポーターがご案内します!～

NPO法人サポートC

講師／市民館サポーター

市民館は今年10周年。美術展やコンサートの受付などをしているサポーターと一緒に館内を見学しませんか?普段は入れない舞台裏もご案内します。

6/18(木)　14:00～15:30

19:00～20:30

●定　員　各回 10名

茅野市塚原1丁目1-1

☎0266-82-8230

〔受　付〕13:00～19:00

〔定休日〕火曜日

28 1時間の受講で文字が激変する筆文字講座

夢限工房Dai J.ぽっぷ教室

講師／向山悟志

たった1時間、筆文字講座を受講するだけで、どんな人でも素敵な文字に激変する。そんな素敵な筆文字講座です。

6/　3(水)10:30～11:30

6/12(金)13:30～14:30

6/20(土)13:30～14:30

●定　員　各回 6名

●受講料　200円(材料費)

●持ち物　ペンてる筆ペン中字(未使用の物)

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F

☎080-5108-2755

〔受　付〕9:00～21:00

29 かわいく花束

やよい生花店

講師／仲山美代子

かわいらしい花束を作ってみましょう!

6/　8(月)16:00～17:00

6/15(月)16:00～17:00

●定　員　各回 4名

●受講料　1,500円(材料費)

●持ち物　あれば花はさみ、ペンチ

茅野市塚原2-7-25

☎0266-72-3221

〔受　付〕9:00～19:00

〔受付開始〕5/25(月)10:00～　〔定休日〕月曜日

30 プレゼントに喜ばれるクッション作り

ドリーム

講師／三澤みち子、長田幸子

毎回大好評です。スタートのみお友達と一緒ですが、後は一人でいつでもお出掛け下さい。ちょっとしたお礼に喜ばれます。

6/　5(金)10:00～12:00

6/14(日)10:00～12:00

6/27(土)13:30～15:30

●定　員　各回 8名

●受講料　910円(材料費)

●持ち物　9号カギ針

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F

☎0266-82-6530

〔受　付〕10:00～19:00

〔定休日〕木曜日

31 6月のコケ玉を作ろう!

つどいの里 八ヶ岳 山野草園

講師／瀬澤

四季折々の山野草を使い自分オリジナルのコケ玉を一緒に作りましょう!!お部屋に飾れる手のひらサイズが簡単に出来ます。

6/13(土)10:00～11:00

6/20(土)10:00～11:00

6/27(土)10:00～11:00

●定　員　各回 4名または2組

●受講料　1,000円(苗、コケ、皿など)

●持ち物　汚れても良い服装かエプロン

茅野市北山柏原3011

☎0266-77-5310

〔受　付〕9:00～16:00

32 あっとビックリ!! コースター作ってみませんか?

花と器と珈琲の店 楚々として

講師／甲田久美　　親子もOK!

お気に入りの布を折って夏用コースターを作ってみませんか。思わぬ模様が出現し、素敵な貴女だけのコースターの出来上がりです。

6/12(金)19:00～20:30

6/20(土)13:00～14:30

6/21(日)13:00～14:30

●定　員　各回 5～6名または3組

●受講料　500円

●持ち物　お気に入りの布、針、糸、ハサミ

茅野市塚原2-8-8

☎0266-75-2588

〔受　付〕11:00～15:00　〔受付開始〕5/25(月)

〔定休日〕月曜日

33 天然石とコットンパールのブレスレット

ロージードロップス

講師／菊島美奈子　中学生以上

バラの形の天然石とコットンパールを使用したブレスレットを作ります。
ゴム使用なので楽に着けられます。

6/ 7(日)13:30～15:00
6/14(日)13:30～15:00
6/28(日)13:30～15:00

●定　員　各回 4名
●受講料　1,000円(材料費)

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎0266-72-6022
〔受　付〕10:00～19:00
〔定休日〕木曜日

34 ソフト粘土で作るバラとスイーツのプチボックス

ロージードロップス

講師／谷内直子

ソフト粘土でバラ、マカロン、クッキーを作り、かわいいハートのボックスにアレンジします。

6/ 3(水)13:30～15:30
6/16(火)13:30～15:30
6/20(土)13:30～15:30

●定　員　各回 5名
●受講料　1,200円(材料費)

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎0266-72-6022
〔受　付〕10:00～19:00
〔定休日〕木曜日

35 何ができるかな? オリジナルサンドイッチ作り!

ハートフルブレッド パンDEチーノ

講師／茅野光輝、他

パンDEチーノのパンそして具材を自由に組み合わせてあなただけのオリジナルサンドイッチを作ってみませんか?作った物は試食後お土産になります。

6/ 1(月)19:10～20:40
6/ 9(火)10:00～11:40
6/22(月)19:10～20:40

●定　員　各回 10名または5組
●受講料　500円(食材費)
●持ち物　三角巾、エプロン、上履き

茅野市ちの2812-1
☎0266-73-8090
〔受　付〕9:00～17:00
〔定休日〕火曜日

36 皆で作る美味しい「ダイエットと健康の糖質少な目料理」

ほんわか健康村

講師／田中博

美味しい「ダイエットと健康の糖質少な目料理」を皆で作りながら、健康を推進するノウハウを学びます。作った料理で昼食を囲み、歓談しましょう。

6/20(土)10:00～13:00

●定　員　10名
●受講料　700円(食材費)
●持ち物　エプロン、頭巾、マスク、筆記用具

茅野市玉川8485-6
☎090-4464-8782
〔受　付〕8:00～
〔受付開始日〕5/26(火)

37 ジェルキャンドル スイーツデコ作りを楽しもう♪

クリエイト・デザイン

講師／西村　男性・女性の参加も大歓迎!

ジェルで作るキャンドルとスイーツデコを作ります。子供にとっては「1人で出来た!!」を「成功体験」に。大人の方には楽しみながら想像力と決断力を発揮できます。LEDバージョンも作れます。

●定　員　最少遂行人数 2名または2組から
●受講料　・ジェルキャンドル/1,500円～(グラスを選択できます)
　・ジェルデコスイーツ/1,500円
●持ち物　思い出のパーツなどあればジェルの中に入れられます。

ご希望の日時をお知らせください
※1名の方は日時を指定させて頂く場合があります

茅野市玉川3639-5
☎080-1038-8111
〔受　付〕9:00～18:00　〔定休日〕無し

38 消しゴムはんこを作ろう

J.ぽっぷ カルチャー教室

講師／上野さつき

お手紙やハガキ、自分で作った作品などに名前やキャラクターのはんこを押したらちょっとおしゃれですよね。そんなはんこを自分で作ってみませんか。

6/13(土)10:30～11:30
6/24(水)14:00～15:00

●定　員　各回 6名
●受講料　200円(材料費)

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎080-6996-0563
〔受　付〕10:00～19:00
〔定休日〕木曜日

39 フラワーアレンジメント

アトリエひまわり J.ぽっぷ教室

講師／亀割成美

1回目は、生花にて。さわやかにBOXフラワー。2回目は、プリザーブドにて。青のバラで作る夏の壁飾り。

6/ 2(火)13:30～14:30
6/16(火)13:30～14:30

●定　員　各回 8名
●受講料　1,000円
●持ち物　ハサミ、作品を持ち帰るための箱

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎0266-24-0565
〔受　付〕10:00～19:00

40 チョークアートを体験しよう

Atelier miwa J.ぽっぷ教室

講師／伊東美和

好きなモチーフを選んで、色を入れて指で描いていくチョークアートでミニミニボード作品を製作します。

6/ 1(月)13:30～14:30
6/27(土)10:30～11:30

●定　員　各回 6名
●受講料　1,000円

茅野市ちの3502-1 ベルビア2F
☎090-8586-7323
〔受　付〕10:00～19:00

41 ガレットって何?

古時計

講師／笠原眞由美

そば粉を焼いたクレープを「ガレット」と言います。
食事にもデザートにもなるガレットを作って食べてみませんか?

6/ 8(月)15:00～16:30

●定　員　10名
●受講料　850円(食材費)
●持ち物　エプロン

茅野市仲町3-12
☎0266-72-5002
〔受　付〕11:00～21:00
〔定休日〕火曜日

42 寒天で楽しく話そう!

松木寒天産業㈱

講師／赤沼誉樹

寒天について知りたいことや聞きたいこと、逆に話したいことのある方。
ぜひみなさんで寒天を食べながら楽しくおしゃべりしましょう!!

6/ 9(火)10:00～11:00
6/18(木)10:00～11:00

●定　員　各回 6名

茅野市宮川2623
☎0266-72-4121
〔受　付〕9:00～17:00
〔定休日〕無し(年末年始は除く)

43 簡単ラッピング!!と、酵素ジュースを味わおう

洋菓子工房 たてしなグーテ

講師／金子佳枝

少しの工夫で、簡単にかわいくラッピング!!
また、酵素フィトケミカルジュースを飲んで、アンチエイジング!!
自然溢れる豊かなライフスタイルを入手しよう!

6/10(水)10:00～12:00
6/24(水)10:00～12:00

●定　員　各回 4名

茅野市湖東6595-343
☎0266-77-3160
〔受　付〕10:00～19:00
〔定休日〕木曜日

44 キャラメル作りから… 本格的なデザート作り

アニバーサリー チロル㈲

講師／高橋幹彦

粉寒天を使ってプリンと杏仁豆腐を作ります。キャラメルの作り方からお教えし、終了後はおいしい紅茶を飲みながら試食致します。デザートのお土産付き!

6/ 4(木)11:00～12:30
6/18(木)11:00～12:30

●定　員　各回 7名

茅野市ちの7015
☎0266-72-2547
〔受　付〕9:30～19:00
〔定休日〕第3日、月曜日

開催日カレンダー(6/1～30)

●きれい　●けんこう　●まなぶ　●つくる　●たべる

開催日	講座番号	開催日	講座番号	開催日	講座番号
1日(月)	35 40	11日(木)	6 13 23	21日(日)	22 32
2日(火)	5 39	12日(金)	6 28 32	22日(月)	8 11 16 35
3日(水)	3 23 28 34	13日(土)	5 6 7 9 10 12 24 31 38	23日(火)	5 24
4日(木)	44	14日(日)	14 23 30 33	24日(水)	38 43
5日(金)	24 30	15日(月)	8 16 29	25日(木)	11
6日(土)	2 5 13 21 25	16日(火)	5 21 34 39	26日(金)	
7日(日)	10 18 33	17日(水)	2 3 4 12	27日(土)	5 30 31 40
8日(月)	6 16 29 41	18日(木)	22 27 42 44	28日(日)	1 4 33
9日(火)	5 6 19 20 35 42	19日(金)		29日(月)	
10日(水)	3 4 6 15 43	20日(土)	5 7 14 17 20 26 28 31 32 34 36	30日(火)	5

37(クリエイト・デザイン)ご希望の方は希望日時をご連絡ください。