受講お申し込みについて

●お申込みのお電話は、記載の申込受付時間内に各店へお願いします。●「おしえ店長 サンの申込みです」とお電話ください。●参加の際は、持ち物を今一度ご確認ください。

講座の色にご注目! 4つのカテゴリーに分かれています。

美味

ファッション

美食を作り、体験す る講座です。

芸術や音楽に触れて心

を豊かにする講座です。

スポーツ

美容・健康を追及す

る講座です。 くらし・文化

日常生活で知ってお くと便利な講座です。

を添えて、温かいお吸物を完成します。(尚、実際の調理 等は少な目です。)

角のすり身を加工して、素麺を作ります。今回は玉子豆腐

講師: 富成 亮介

●会場:岐阜市住吉町12 🗜無 ●対象:不問●定員:1講座4名 ●持ち物:エプロン・ふきん ●材料費:一人500円

16 魚そうめんを作ってみよう!

お TEL: **Uりつ**- 上し、 申込受付時間: 12:00~14:0 定休日: 日曜 担当者: 富成 TEL: 058-265-1025 申込受付時間: 12:00~14:00

|22| メイクの悩み解決! いつもと違う自分発見!!

17 ヘッドスパの目的を知り、美しい髪へ! ビューティ・サロン貴美

講師: 高橋 真紀 ヘッドスパを通して、正しいシャンプーの選び方・やり方 乾かし方をお伝えします。

Mee All

●会場:岐阜市日の出町2-16 ♀無※柳ヶ瀬指定駐車券あり 対象: 不問 ●定員: 1 講座4名持ち物: なし ●材料費: 一人500円

10/6(月) 10/13 (月・祝) 13:00~15:00

定休日:月曜、第1・3火曜 担当者:田村

21 くすみサヨナラ輝く美肌に☆エステ洗顔体験

フェイシャルサロン W&D

講師:加藤 奈美



-ルハンドのフェイシャルエステの工程のうちのW洗 顔を体験して、美肌作りのポイントやリフトアップに役立 つ情報をお伝えします。

●会場:岐阜市桜木町2-18(大縄場大橋南) ●有 ●対象:18歳以上の女性 ●定員:1講座2名または1組(2名) ●持ち物:なし(必要な方はメイク道具) ●材料費:無料

TEL: 090-6076-4190

ij: 10:00∼17:00

講師: 岡安・高見

10/24(金)

ヒロセヤ本店 講師: 広瀬

眉の描き方、アイラインの描き方、チークのぼかし方など など。ワンポイントプラスでいつもと違う自分再発見! 楽 1000

|28| アロマの力で簡単、

しいメイク Time です。 ●会場:岐阜市真砂町9-2 P有 ●対象: 女性 ●定員: 1 講座5名 ●持ち物: なし ●材料費: 一人400円

10/10(金) 14:00~15:30

日本料理 味乃-

 $10/4(\pm)$

10/18(土)

14:30~16:00

TEL: 058-251-3255

申込受付時間:10:00~18:00

認知症予防!

講師: 稲場 洋子

23 ストレッチリンパ講座 エステティックサロン空間スタヂィオ



誰でも続けられる、簡単にできるストレッチで、ウエスト ラインを美しくしましょう。

講師: 木原 泉

会場:岐阜市吉野町3-5分無 ●対象:不問 ●定員:1 講座3名 ●持ち物:ヨガマットがあればヨガマット・バスタオル・フェイスタオル

TEL: 090-7864-3919 申込受付時 間: 10:00~11:00 定休日:不定休 担当者:木原

定休日: 土曜午後、日曜、祝日 担当者: 加藤 定休日:第2・3木曜(第1・4木曜変動あり) 担当者:広瀬

㈱プレール

27 酵素を知って健康的に美しくなりましょう! 講師: 岡田 基裕



テレビ番組で放送されたこともあり、何かと話題の酵素。 酵素のことを深く知って、美容と健康をアナタ自身でコ ントロールしてみませんか?

●会場:岐阜市加納菱野町24 ♀ 7 ●対象: 不問 ●定員: 1 講座 10名 または 5組 ●持ち物: なし ●材料費: 無料

10/7(火) 10/16(木) 10/23(木) 14:00~15:30

TEL: 058-271-0189 申込受付時間: 10:00~18:00 定休日: 土曜、日曜 担当者: 岡田

Blume.

10/8 (7k)

10/22 (zk)

10/29(水)

13:00~14:00

本やTV でも紹介されたアロマテラピーによる認知症予 防。メカニズムを学びながら、簡単に使える予防ルームミ ストを作りましょう。

●会場:岐阜市日ノ出町2-12 ●対象:不問●定員:1講座4名 ●持ち物:なし ●材料費: 一人 1,000円(ボトル、精油代等)

TEL: 058-214-4739 申込受付時間:10:00~19:00 を 定休日:無休 担当者:稲場

29 ハーブと :アロマで冷え対策

in the garden

10/6(日)

10/20(月)

10:30~11:30

講師: 衣笠 直子 冷えは体に様々な悪影響を及ぼします。精油とハーブで ポカポカ体質をめざしましょう。トリートメントオイルと

●会場:岐阜市南蝉1-142 Kビル1階 P有

10/12(日) 10:00~11:30

●対象:不問 ●定員:1 講座4名 ●持ち物:なし

営業日:日曜、火曜 担当者:衣笠

●材料費: 一人 1.000円 (精油、ハーブティー) TEL: 090-1413-8998 申込受付時間:9:00~18:00

35 音楽の扉を開きましょう♪(個別相談会)

ハーブブレンドを作ります。

33 芸能界で話題の加圧トレーニングをプチ体験

加圧トレーニングサロン プティ カシェット



10/5(日)·19(日) 10:00~11:30、12:30~14:00 14:30~16:00、16:30~18:00 10/6 (月)・27 (月) 10:00~11:30、12:30~14:00 14:30~16:00、17:30~19:00 19:00~20:30 女優やタレントさんが実践している加圧トレーニング。 でも加圧トレーニングって何? 今回は画期的な加圧のメ カニズムを説明後、皆様にプチ体験!

●会場:岐阜市市橋5-11-7 ファミール上松1階 ●有 ●対象: 18歳以上女性 ●定員:1講座2名 ●持ち物:フェイスタオル・水 (500ml程度) ●材料費:無料

TEL: 058-274-6322 申込受付時間:10:00~19:00 定休日:不定休 担当者:岡安

34 ウエストほっそり美脚ストレッチ体験講座

SaMメディック 講師:院長 山田 晃三玄流



10/21(火)

10/15(水)

11:00~12:00

13:00~14:00

あのキツかったジーンズが…! ベルトにのっかるお肉が …! ビックリ! 自宅でできる秘技をこっそり教えちゃいま す。定員次第締切り御免。

●会場:岐阜市宇佐南2-11-5 P有 ●対象: 成人女性 子連れ可 ●定員: 1講座10名または 5組 ●持ち物: タオル 1 枚・きつめのジーンズ

材料費:無料 🌠 тел: 058-216-4177

込 申込受付時間: 9:00~20:00 定休日: 日曜、祝日、水曜・土曜午後 担当者: 山田 申込受付時間:9:00~20:00

ミュール音楽教室

13:00~16:00 10/26 (日) 11:00~15:00

音楽始めたいけどどうすればいいの? 私って何がむいて るの? 子供にはいつからやらせたらいいの? 練習してる のに上手になれない等全てお答えします。

講師: 滝本 知奈美

講師: 大野 仁志

講師:池田 勝英

●会場:岐阜市柳ヶ瀬通2-17(柳ヶ瀬あい愛ステーション) ●無 ●対象: 不問 ●定員: 1講座 10名 または 10組 ●持ち物: なし(楽器持参も可) ●材料費: 無料

10/15(水)

TEL: 090-8737-3564 申込受付時間: 10:00~18:00

定休日:日曜 担当者:滝本

39 きっと見つかる!あなたに似合う帽子♪

河田帽子店

講師: 岩見 由布・河田 真実



10/16(木)

体型やファッションに合わせた帽子選びのコツをレク チャーします。新しい発見があるかも☆

帽子選びでお困りの方必見♪ 頭のサイズや形は勿論、

●会場:岐阜市美園町3-12 P有 ●対象: 不問 ●定員: 1 講座4名 ●持ち物: あれば、普段かぶっている帽子

TEL: 058-262-2955 申込受付時間:9:30~18:30 込 申込受付時间・5.00 定休日:なし 担当者:岩見

10/22 (7k)

40 ちょっと興味はあるけど…。 ジュエリー入門 講師:岩田 誠三郎 (G.I.A.G.G.宝石学会鑑定士)

宝石の岩田時計舗

「ジュエリーにちょっと興味はあるけど、敷居が高いし 今さら聞けない…」と思っている方にオススメ。今回はダ イヤモンドのお話です。

●対象: 不問●定員: 1 講座3名●持ち物: なし●材料費: 無料

10/28 (火) 14:00~15:00

京 TEL: 0120-65-7717

|41||お香体験♪

大野仏壇総本店

伝統的文化の香道を味わってみませんか。

会場: 岐阜市西野町 1-13 P有 ●対象: 18歳以上の男女 ●定員: 1講座10名 ●持ち物: 正座が出来る服装 ●材料費: 無料

 $10/4(\pm)$ 10/11(土) 10:30~11:30

TEL: 058-264-1003

申込受付時間:10:00~16:00 定休日:無休 担当者:大野

|45|| デコスイーツボックスを作ろう!!

木下工務店 LITE MAISON

講師: 木下

可愛らしい「デコスイーツ」を使ってオリジナルボックス を作ってみましょう♪ お茶を飲みながら心安らぐひとと きを!

●会場:岐阜市薮田東 1-3-20(岐阜新聞ハウジングギャラリー内) ●有 ●対象:不問 ●定員:1講座4名 ●持ち物:なし

●材料費:一人300円(ボックス・デコグッズ 他) TEL: 0120-37-4478 申込受付時間: 10:00~18:00 定休日:無休 担当者:木下・渡邊

今お使いのメガネの上に取り付けできるサングラスを

メガネの賞月堂 柳ヶ瀬本店 講師: 高瀬 修司



作ってみませんか? ●会場:岐阜市柳ヶ瀬通2-23 🗦無

対象:不問定員:1講座3名 持ち物:ご使用しているメガネ

申込受付時間: 10:00~19:00 定休日:木曜 担当者:高瀬

47 たたみの茶室でお抹茶を飲もう

㈱池田製畳 忠節店 清福亭

露地より茶室に入り、お手前にて薄茶、お菓子をいただ き、楽しい時を過ごします。

10/12(日) 13:30~14:30 15:00~16:00 ●会場:岐阜市忠節町 1-8 🕑有

対象: 15歳以上(男女不問)定員: 1講座5名(2組) ●持ち物:靴下(できれば白色) ●材料費:一人500円(お菓子とお抹茶)

TEL: 058-262-9604 申込受付時間: 10:00~18:00

定休日:水曜、木曜、第3日曜 担当者:池田

|53| 簡単!アロマでオリジナル石けん作り



無香料、無着色の石けんにお好きなエッセンシャルオイ ル (精油)を加えて、あなただけのオリジナルアロマ石け んを作っていきます。

会場:岐阜市玉宮町2-9-4 柴田2階 単無対象:不問 ●定員:1講座4名持ち物:なし ●材料費:一人800円

10/8(水) 14:00~15:00

TEL: 058-214-6721 申込受付時間: 10:00~19:00

定休日:不定休 担当者:中田

51 あなたの想いが伝わるココロ文字講座 ビーンズコワーキングスペース

15:00

14:00~15:30

開 10/6(月)

10/16(木)

10/17(金)

10:30~11:30

ココロ文字は心や想いを筆文字で表したものです。「あり がとう」をあなたの心のまま描きましょう。 完成作品はフ レームに入れて持ち帰りできますよ。

●会場:岐阜市東金宝町 1-8-3 大塚ビル2階 ●無 ●対象: 不問 ●定員: 1 講座8名 ●持ち物: A4コピー用紙20枚

●材料費:一人 1,000円 (筆ペンレンタル・ハガキ・フレーム代) TEL: 090-8156-5201 申込受付時間: 14:00~18:00

開 10/8(水) 19:00~20:00 10/20(月) 19:30~20:30

線や点等を書きながら、穂先に慣れて頂き動かし方のコ ツのアドバイスをさせて頂きます。 ●会場:岐阜市福田町 1-26 ●有 対象:不問 ●定員:1講座3~5名

●持ち物:筆ペン(持っている方) ●材料費: 一人600円(筆ペン・紙代) TEL: 090-2687-6583 申込受付時間: 12:00~13:00 定休日:無休 担当者:河口

57 ハロウィンを彩るアレンジメント(生花)

定休日:不定休 担当者:鷲見



食卓を華やかに飾ってみませんか…。 ハロウィンをかぼ ちゃでアレンジメントしてみましょう。 お子様との参加も

●会場: 岐阜市橋本町 1-10-1 アクティブG 3階 ♀無 対象:不問 ●定員:1講座5名

申込受付時間:10:00~19:00 定休日:アクティブG休館日 担当者:平田

[58] 楽しく◎投稿デキ□ブログ教室 みのっちブログ

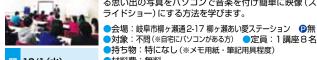
講師:河合 元思 お店の集客ブログ、発表、観察ブログ、旅日記もカンタン に投稿できます。フェイスブックと連携して「いいね!」ス

タッフと楽しく一緒にすぐデキ□。 ●会場:岐阜市六条南2-16 レントオール岐阜内 ●有

10/1(水) TEL: 090-7863-4630

講師:河口 えい子

59 自宅で簡単にできるペットの思い出映像講座 映像制作 人生物語ワークス



お子様やお孫様、大切なペット等撮ったままになってい る思い出の写真をパソコンで音楽を付け簡単に映像(ス ライドショー) にする方法を学びます。

■対象:不問(※自宅にパソコンがある方) ●定員:1講座8名 持ち物:特になし(※メモ用紙・筆記用具程度) ●材料費:無料

申込受付時間:9:00~17:00 定休日:日曜 担当者:加藤

TEL: 058-245-6710

対象:不問定員:1講座6名 持ち物:筆記用具・メールアドレス材料費:無料

10:00~12:00 10/19 (日) 16:00~18:00

TEL: 090-6469-9528

10/18(+)10/19(日) 11:00~12:00

●持ち物: 花切バサミ(お持ちの方)・エプロン ●材料費:一人1,080円/ペア2,052円

10/8(水)

10/29 (水) 13:00~15:30

申込受付時間: 13:00~17:00 定休日:日曜、祝日 担当者:河合

●材料費:一人1,500円 10/20(月) TEL: 058-265-0151 10/22(水) 14:30~15:30

46 ワンタッチサングラスを作ろう

|52| 筆ペンで遊びま書(しょ)学びま書(しょ) 瑛泉書の会 形にとらわれずに、気楽に筆ペンを持って頂いて、自由に