



三次市補助事業

主催 三次商工会議所
三次広域商工会

お店の人が、プロの技や知識を直接教えてくれる！

受講生募集

第2回

得する街のゼミナール

受付開始 10月21日(金)

開催期間 2016年11月1日(火)～30日(水)

まちゼミとは？

お店の人が講師になって、「プロならではのコツ」や「使い方や考え方」などを無料で教えてくれる、少人数制のミニ講座です。お客様のお役に立つことで、「お店」と「まち」のファンづくりを目指しています。
安心して受講していただくため、お店からの販売は一切ありません！

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。
※材料費は、原則として講座当日に会場でご支払いいただきます。
※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ください。

お申込みは各店へ！

お申し込みの手順

1 選ぶ

チラシの内容から
受たい講座を
お選びください。

2 電話で申込み



受たい講座のお店へ直接
お電話で、「まちゼミ申込みです」と
お申込みください。

3 受講

時間・場所をお間違えのないように
ご参加ください。

※定員になり次第締め切らせていただきます。※お申込みは各店の受付時間内をお願いします。※お申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。ご注意ください。※お申込みの際に、持ち物や注意事項(材料費等)をご確認ください。※小学生以下は保護者同伴でご参加をお願いします。※駐車場の有無は、各店にご確認ください。

第2回 得する街のゼミナール

2016年

11月

November

開催カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
		1 1 13 14 15 28	2 2 3 16 21 29	3 4 5 6 7 24 30 31	4 2 8	5 4 5 6 7 22 25 26 28 32 39 43
6 26 27 40	7 13 16 44 45 46 47	8 9 15 17 30	9 10 18 19 24 26 29	10 1 20 31 32 33 47 48	11 4 6 7 9 11 12 41 42	12 21 25 27 34 43
13 51 52	14 14 16 32 45	15 15 17 35 53	16 3 8 10 22 36 37 41 42 54	17 20 24 27 30 33 49 50	18 12 44	19 23 36 39 55
20	21 20	22 17 32 37	23 3 14 18 19	24 33 38 48 49	25 10 11 12 24	26 21 34 35
27	28 18 41 42	29 15 53	30 23 32 44 54			

講座は5種類に分かれています

きれい

健康

つくる

まなぶ

たべる

1 自分でできるマニキュア ネイル！簡単アート

正しいマニキュアの塗り方をプロが伝授！100円ショップで買えるものでできるネイルアートをやってみよう！

11/1(火) 9:00～11:00
11/10(木) 10:00～12:00

■会場／rsmNAIL(リズムネイル)
■持ち物／お持ちのポリッシュ(マニキュア)があればご持参ください

■定員／3名
■講師／原 めぐみ

rsmNAIL(リズムネイル)
☎090-4573-0462

受付時間／9:00～18:00 定休日／日曜日
所在地／三次市島敷町1914-21



2 髪の毛の元気は頭皮から

実は、頭皮は凝っています！毎日、自宅出来る頭皮のマッサージで健康な頭皮に戻しましょう。健康な髪の毛は健康な頭皮から。

11/2(水) 11/4(金)
10:00～11:00

■会場／JOY'nt
■定員／3名
■講師／増田 典子

JOY'nt
☎0824-62-3277

受付時間／10:00～20:00 定休日／月曜日・第1火曜日・第3日曜日
所在地／三次市三次町1217



3 上手なストールの 巻き方講座

洋服に合わせた上手なストールの巻き方や、冬のおしゃれな着こなしをアドバイスいたします。

11/2(水) 11/16(水) 11/23(水・祝)
14:30～15:30

■会場／(株)福屋三次店
■持ち物／お手持ちのストール
■定員／5名
■対象／女性
■講師／婦人服売場スタッフ

(株)福屋三次店
☎0824-63-9811

受付時間／10:00～18:00 定休日／なし
所在地／三次市十日市中3-7-6



4 酵素パックで ツルツル・ピカピカ体験

寒い時季だからこそ、お肌環境を整える事が、美肌への第1歩！今、人気の酵素パックの効果的な使い方を伝授いたします。

11/3(木・祝) 11/5(土) 11/11(金)
10:30～11:30

■会場／こんどう化粧品(有)
■材料費／540円(酵素パック代)
■定員／2名
■対象／女性
■講師／こんどうスタッフ



こんどう化粧品(有)
☎0824-63-8020

受付時間／9:00～19:30 定休日／不定休
所在地／三次市十日市中1-1-10 CCプラザ内

5 ヘッドマッサージ体験

汗や紫外線で傷んだ頭皮をケアしてみませんか？頭皮のうるおい・血行促進・お顔のリフトアップ効果だけでなく、目や肩の疲れもスッキリ！！

11/3(木・祝) 11/5(土)
14:00～14:30

■会場／こんどう化粧品(有)
■材料費／540円(頭皮用美容液・コットン代)
■定員／2名
■対象／女性
■講師／こんどうスタッフ



こんどう化粧品(有)
☎0824-63-8020

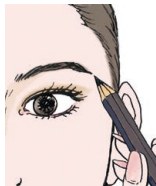
受付時間／9:00～19:30 定休日／不定休
所在地／三次市十日市中1-1-10 CCプラザ内

6 あなたに合った 眉描きレッスン

あなたにピッタリの眉スタイルを探してみませんか？眉描きのポイントも教えちゃいます！

11/3(木・祝) 11/5(土) 11/11(金)
14:30～15:00

■会場／こんどう化粧品(有)
■定員／2名
■対象／女性
■講師／こんどうスタッフ



こんどう化粧品(有)
☎0824-63-8020

受付時間／9:00～19:30 定休日／不定休
所在地／三次市十日市中1-1-10 CCプラザ内

7 ミストでスキンケア体験

ナノサイズのミストで、肌深部から汚れを取り除き、美しい肌を実感してみませんか？

11/3(木・祝) 11/5(土) 11/11(金)
15:00～16:00

■会場／こんどう化粧品(有)
■材料費／540円(スキンケア用品・コットン代)
■定員／2名
■対象／女性
■講師／こんどうスタッフ



こんどう化粧品(有)
☎0824-63-8020

受付時間／9:00～19:30 定休日／不定休
所在地／三次市十日市中1-1-10 CCプラザ内

8 簡単に楽しむヘアアレンジ♪

お出かけ前の少しの時間に不器用さんでも簡単にできるヘアアレンジをお教えます。

11/4(金) 11/16(水)
10:00～11:00

■会場／プレーゴ美容室
■持ち物／お手持ちのヘアピンor
ヘアゴムなどあれば!!
■定員／5名
■講師／松村聖子・森田理恵



プレーゴ美容室
☎0824-64-2064

受付時間／9:30～18:00 定休日／月曜日・第2火曜日
所在地／三次市南畑敷町258-1

9 簡単！まとめ髪

結び方から簡単なヘアアレンジ・まとめ髪を自分の頭で作りましょう!!

11/8(火) 11/11(金)
10:00～11:00

■会場／プレーゴ美容室
■持ち物／お持ちのヘアアクセサリ(飾り
のついたヘアゴム・バレッタなどあれば)
■定員／3名
■対象／髪の長さが鎖骨から下くらい
の女性
■講師／巴之口 絵理香



プレーゴ美容室
☎0824-64-2064

受付時間／9:30～18:00 定休日／月曜日・第2火曜日
所在地／三次市南畑敷町258-1

10 貴女のお肌、粘土美容でー5才肌洗顔体験

お肌のキメって知っていますか？マイクロコースプを使ってお肌チェック。粘土美容でー5才肌を体験してみませんか？

11/9(水) 11/16(水)
13:00～14:30
11/25(金) 10:00～11:30

■会場／みのりカイロプラクティック院
■持ち物／フェイスタオル1枚・
ご自身のメイク道具
■材料費／1,000円(粘土美容化粧品代金)
■定員／3名 ■対象／女性
■講師／信藤 悦子



みのりカイロプラクティック院
☎080-1916-8289

受付時間／9:00～20:00 定休日／不定休
所在地／三次市畠敷町439-8

11 お店の服でプロフ写真を撮りまくり♪

SNSや記念の写真を今年流行のコーデでスマホやデジタルカメラで撮影してみませんか？もちろん無料です！ご希望でしたらスタジオの照明機材も使用可！

11/11(金) 11/25(金)
①13:00～14:00
②15:00～16:00

■会場／三次駅前クレール・モリトー
■持ち物／ご自身のスマホやデジタル
カメラ
■定員／3名
■講師／森藤栄子・佐藤詠子



三次駅前クレール・モリトー
☎0824-62-7888

受付時間／10:00～19:00 定休日／第1・2・3水曜日
所在地／三次市十日市東1-5-7

12 男らしい胸板！と女性のバストアップ♡②

マシン、用具を使用してトレーニングをして、男性は男らしい胸板、女性は女らしいバストを目指します。

11/11(金) 11/18(金) 11/25(金)
14:00～15:00

■会場／スポーツセラピーウェル
■持ち物／トレーニング出来る服
装、室内シューズ、飲み物(コップ
のみでも可)、タオル
■定員／4名 ■対象／18才以上
■講師／平岡 裕治



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

13 赤ちゃんのできる簡単リンパマッサージ講座

「リンパ」ってよく聞けど、本当はよくわからないって方。赤ちゃんと共に学んで、セルフトリートメントを覚えて実践しよう。

11/1(火) 10:00～11:00
11/7(月) 14:00～15:00

■会場／コスメティクスサロン ブルージュ
■持ち物／手持ちのボディオイル
or マッサージクリームなど
■定員／3名
■対象／赤ちゃん同伴・イクメン可
■講師／相川 由香



コスメティクスサロン ブルージュ
☎0824-62-8113

受付時間／10:00～18:00 定休日／水・日曜日
所在地／三次市十日市東4-3-6瀬山歯科ビル2F

14 初心者のための漢方講座

万物を「木火土金水」の五つの要素に当てはめてある「五行説」。五臓・五色五味などのつながりを知ることで物の見方が変わるかもしれません。

11/1(火) 14:00～15:00
11/14(月) 18:00～19:00
11/23(水・祝) 10:30～11:30

■会場／ひろやま薬店
■材料費／200円(資料代)
■定員／3名
■講師／廣山 真美子



ひろやま薬店
☎0824-43-2569

受付時間／8:00～19:00 定休日／日曜日・祝日(不定)
所在地／三次市吉倉町吉倉280-2

15 ZUMBA®ダンスフィットネスエクササイズ♪♪♪

今、話題のZUMBA®ダンスフィットネスエクササイズ!ダンスはじめての方も♡大歓迎!!最新のレッスンをお届けします!!!

11/1(火) 11/8(火)
11/15(火) 11/29(火)
19:30～20:30

■会場／スポーツセラピーウェル
■持ち物／シューズ、タオル、飲み物
■定員／7名
■対象／12才以上
■講師／城 裕子



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

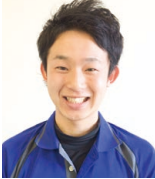
受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

16 不思議体験!? ストレッチポール

年々広まってきているストレッチポール!まだ体験したことがない人はぜひこの機会に♪円柱型のポールの上に寝るだけなのでどなたでも簡単です。

11/2(水) 11/7(月) 11/14(月)
14:30～15:30

■会場／スポーツセラピーウェル
■持ち物／タオル
■定員／3名
■講師／岡田 拓也



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

17 あなたのカラダ年齢は? カンタン体力測定♪

〇年前と比べ、疲れやすくなったな～と感じた事はないですか?自分のカラダ年齢を知り、健康なカラダ作りのヒントを一緒に見つけましょう!

11/8(火) 11/15(火) 11/22(火)
10:30～11:30

■会場／スポーツセラピーウェル
■持ち物／動きやすい服装、タ
オル、シューズ、飲みもの
■定員／6名
■講師／十川 洋子



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

18 バランスボール講座

家にバランスボールがあるけど使い方が分からない方いらっしゃいませんか?体幹やお腹、脚などバランスボール一つで全身のトレーニングが出来ます。

11/9(水) 11/23(水・祝) 11/28(月)
14:00～15:00

■会場／スポーツセラピーウェル
■持ち物／動きやすい服装、
タオル、飲み物
■定員／3名
■対象／女性
■講師／上田 蘭



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

19 プロテインダイエットのいろは

プロテインダイエットって良く聞けど、どんなものなんだろう…そんなあなた!僕と一緒に学んでみませんか?

11/9(水) 11/23(水・祝)
15:30～16:30

■会場／スポーツセラピーウェル
■定員／4名
■講師／坂根 恭平



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

20 タオルストレッチで健康に!!

タオルを使ったストレッチで全身を気持ち良く伸ばしましょう。お一人で簡単にできるので、是非ご家庭でもお試しください。

11/10(木) 11/17(木)
15:00～16:00
11/21(月) 14:00～15:00

■会場／スポーツセラピーウェル
■持ち物／タオル、飲み物
■定員／6名
■講師／藤田 昌也



スポーツセラピーウェル(加美川クリニック)
☎0824-62-8501

受付時間／9:30～21:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東1-4-12

21 誰でも簡単、テーピング理論

怪我をした時にどうやってテーピングしたらいいんだろうと困ったことはありませんか?そんな時のために、誰でも巻けるテーピング理論を教えます。

11/2(水) 11/12(土) 11/26(土)
15:00～16:00

■会場／整骨鍼灸院たいよう
■持ち物／動きやすい服装
■定員／5名
■講師／城美 貴大



整骨鍼灸院たいよう
☎0824-63-1105

受付時間／9:00～20:00 定休日／日曜日・水・土曜日午後
所在地／三次市十日市東1-1-6

22 健康・元気・キレイを手に入れる健康講座

体の痛みを取り除きたい!いつまでも元気で過ごしたい!健康に瘦せたい!方へ。あなたの悩みを解決するには、あの筋肉が必要!簡単運動指導あり。

11/5(土) 11/16(水)
15:00～16:00

■会場／整骨鍼灸院たいよう
■持ち物／動きやすい服装
■定員／5名
■講師／金本 尚也



整骨鍼灸院たいよう
☎0824-63-1105

受付時間／9:00～20:00 定休日／日曜日・水・土曜日午後
所在地／三次市十日市東1-1-6

23 日本人の体に合わせた姿勢改善ストレッチ法

日本人と欧米人では、体の使い方に違いがあるのでご存知ですか?当院独自の日本人の体に合わせた姿勢が良くなるストレッチ法をお伝えします。

11/19(土) 11/30(水)
15:00～16:00

■会場／整骨鍼灸院たいよう
■持ち物／動きやすい服装
■定員／5名
■講師／明見 俊男



整骨鍼灸院たいよう
☎0824-63-1105

受付時間／9:00～20:00 定休日／日曜日・水・土曜日午後
所在地／三次市十日市東1-1-6

24 ツボを押えて肩こり解消

肩こりの原因は大きく分けて3つあります。その原因をさぐり、自分にあった効果的なツボの場所や押し方、もみ方を教えます!!

11/3(木・祝) 11/9(水)
13:00～14:00
11/17(木) 11/25(金)
10:30～11:30

■会場／なかしま東洋鍼灸院漢方薬店
■持ち物／タオルかハンカチを1枚
■定員／4名
■講師／中島 清貴



なかしま東洋鍼灸院漢方薬店
☎0824-63-0581

受付時間／9:00～19:30 定休日／不定休
所在地／三次市十日市東2-12-20 GTビル102

25 楽しく健康に良いサイクリング講座

サイクリングが健康に良い事を知っていますか?スポーツ自転車に興味はあるけど何も分らない方、サイクリング初心者の方に楽しさをお伝えします。

11/5(土) 11/12(土)
①10:00～11:00
②14:00～15:00

■会場／でんきのおだ布野店
■定員／5名
■対象／30～60才
■講師／小田 耕三



でんきのおだ布野店
☎090-7970-9537

受付時間／9:00～19:00 定休日／日曜日
所在地／三次市布野町上布野2125-3

26 あなたも整体師?! カラダスッキリ体験講座

ペアでできる足マッサージとご自分でできる簡単な骨盤矯正をお教えます。簡単だけど身体の変化にビックリですよ!!

11/5(土) 14:00～15:00
11/6(日) 10:00～11:00
11/9(水) 19:00～20:00

■会場／サロン笑・美・氣(えみき)
■持ち物／あれば5本指ソックス
■定員／4名
■対象／女性
■講師／大田 美重子



サロン笑・美・氣(えみき)
☎090-7972-3426

受付時間／9:00～21:00 定休日／不定休
所在地／三次市十日市東1-16-19 カドーペーカリー2F

27 私の骨盤歪んでいるかも?

正しい姿勢の作り方を学び、カイロプラクティックで健康と美しさの両方を手に入れてみませんか?※骨盤矯正有り

11/6(日) 10:00～11:30
11/12(土) 11/17(木)
13:00～14:30

■会場／みのりカイロプラクティック院
■持ち物／フェイスタオル・動き
やすい服装
■定員／3名
■講師／信藤 晃平



みのりカイロプラクティック院
☎080-1916-8289

受付時間／9:00～20:00 定休日／不定休
所在地／三次市畠敷町439-8

28 わんちゃんのチョーカーや ドッグタグをつくろう

わんちゃんの名前や電話番号を刻印。迷子にならないため、ドッグタグやかわいいオリジナルチョーカーを作りましょう。中大型犬にはドッグタグです。

11/1(火) 11/5(土)
①10:00～11:30 ①10:00～11:30
②14:00～15:30 ②14:00～15:30
③17:00～18:30

■会場／Dog Salon AZURE
■持ち物／首周りの長さをヒモで計って持って来てください(小型犬)
■材料費／500円(レザー)
■定員／5名
■講師／福分 美雪



Dog Salon AZURE (ドッグサロンアジュール)
☎090-7775-6373
受付時間／9:00～19:00 定休日／木曜日
所在地／三次市十日市東3-8-15

32 プロと楽しむ!DIY ～アンティーク風小物～

大工社長がプロの技を伝直! 我が家サイズにぴったりの、収納BOX、カフエトレイ、ディスプレイBOX から一点選んで作ってみませんか。

11/5(土) 11/10(木) 11/14(月)
11/22(火) 11/30(水)
13:30～15:00

■会場／家づくり工房～仮野工務店～
■材料費／800円(材料代(一作品分))
■定員／3名 ■講師／仮野 康治
■その他／接客中で電話に出られない場合、後ほどかけ直します。申込は受講日の2日前までです。



家づくり工房～仮野工務店～
☎090-3880-9936
受付時間／9:00～18:00 定休日／日曜日
所在地／三次市三良坂町仁賀1466

36 わが家で作ろう クリスマスケーキ!!

家族でオリジナルなクリスマスケーキを作ってみましょう。生クリームの立て方、塗り方を、プロが丁寧に教えます。

11/16(水) 11/19(土)
13:00～14:00

■会場／(有)カドー
■持ち物／エプロン
■材料費／2,000円(食材費)
■定員／4名
■講師／松本 賢一



(有)カドー
☎0824-62-5356
受付時間／7:00～19:30 定休日／第4木曜日
所在地／三次市十日市東1-16-19

40 三次人形の深い話

三次に古くから伝わる三次人形の話。人形の見方・鑑定・豆知識。あなたの家の三次人形を持って来てみませんか？

11/6(日) 13:00～14:00

■会場／おもちゃのまつもと
■定員／3名
■講師／松本 和男



おもちゃのまつもと
☎0824-62-3873
受付時間／8:30～19:00 定休日／不定休
所在地／三次市三次町1569-3

44 だれでも簡単！ もちり玄米ごはんの炊き方

体によいと言われる玄米。でも、固いとか食べにくいというイメージがありませんか？ もちりふっくら炊きあがるちょっとしたコツをお伝えします。

11/7(月) ①10:30～12:00
②14:00～15:30
11/18(金) 11/30(水)
14:30～16:00

■会場／はやりのごはん
■持ち物／エプロン・三角巾
■材料費／300円(食材費)
■定員／5名
■講師／津田 静香



はやりのごはん
☎0824-62-2359
受付時間／11:00～17:00 定休日／日・月曜日
所在地／三次市南畑敷町57-1

29 私だけの ブックカバーづくり

読書の秋! 布とリボンを組み合わせて文庫本サイズのオリジナルブックカバーとタッセルを作ります。希望者には閉架書庫ツアーも行います。

11/2(水) 11/9(水)
14:00～15:00

■会場／三次市立図書館
■材料費／100円(布・リボン代)
■定員／5名
■講師／図書館司書



三次市立図書館
☎0824-62-2639
受付時間／10:30～18:00 定休日／月曜日
所在地／三次市十日市東3-14-1

33 初めて触るバルーンアート ～初級編～

やってみたくてど作る機会が無かった。やってみただけで上手に作れなかった。コツも教えながらやるので興味ある方はぜひお越しください。

11/10(木) 11/17(木) 11/24(木)
15:00～16:00

■会場／(株)カメラのオキタ
■材料費／100円(バルーン代)
■定員／3～4名
■講師／沖田 泰三



(株)カメラのオキタ
☎0824-63-6070
受付時間／9:00～19:30 定休日／なし
所在地／三次市十日市中1-1-10 CCプラザ内

37 ハワイアンレイと 髪飾り作り

フラダンスを踊る方が身に付けているハワイアンレイ(花のくびかざり)とヘヤークリップを使った髪飾り作り体験を行います☆

11/16(水) 11/22(火)
13:30～14:30

■会場／(有)インテリアマツヤマ
■定員／3名
■講師／松山 真由美
■その他／時間は、多少伸びる可能性がありますがご了承ください!



(有)インテリアマツヤマ
☎0847-67-2749
受付時間／10:00～19:00 定休日／無し 日曜日のみ予約のお客様限定
所在地／三次市甲奴町西野553-9

41 きれいに覚えて 楽に片付く収納のコツ!

片付けてちょっとめんどう。つつい後回しに。年末にバタバタ…。いつでも10分できれいに片付くコツをお伝えしちゃいます♪お気軽に是非!

11/11(金) 10:00～11:00
11/16(水) 14:00～15:00
11/28(月) 10:00～11:00

■会場／ととのえこびと
■定員／4名
■講師／梶川 綾香



ととのえこびと
☎080-6310-4537
受付時間／10:00～16:00 定休日／土・日曜日、祝日
所在地／三次市東酒屋町1154-8

45 お肉の知識教えます。いっしょに ローストビーフを作りませんか

お肉の知識教えます。当店自家製のローストビーフの作り方をあなたにプレゼントします。

11/7(月) 11/14(月)
11:00～12:00

■会場／ゆめマート三次店
■持ち物／エプロン
■定員／6名
■講師／川口 茂幸



ゆめマート三次店
☎0824-53-1212
受付時間／9:30～18:00 定休日／元日
所在地／三次市三次町129-1

30 花いっぱい♪かわいい アレンジ作りましょ♪

初めてでも大丈夫♪一緒にアレンジ製作楽しみましょう。お花に触れて癒し効果も◎基本がわかればくらしの中の花飾りも楽しくなりますよ。

11/3(木・祝) 10:30～12:00
11/8(火) 11/17(木)
18:00～19:30

■会場／西川香花園
■持ち物／クラフトばさみ
■材料費／2,000円(器、オアシス、花材一式)
■定員／6名
■対象／ハサミ使えれば子どもさんもOK!
■講師／瀧本喜文・瀧本祥子・倉本辰美 いずれか



西川香花園
☎0824-62-3660
受付時間／10:00～17:00 定休日／日曜日
所在地／三次市十日市東5-10-28

34 はじめての細密画を 描こう

プロが使うデッサン用の様々な硬度の鉛筆でくだものの美術モチーフをリアルに描けるようにデキストを使ってわかりやすく指導させていただきます。

11/12(土) 11/26(土)
13:00～15:00

■会場／マロニエ美術造形教室
■持ち物／よごれてもかまわない服装
■材料費／500円(外国製デッサン鉛筆(3本)、特殊ケント紙1枚)
■定員／5名
■講師／森藤 哲次
■対象／小学5年生から大人まで(はじめての方から上級者まで)



マロニエ美術造形教室
☎0824-62-7888
受付時間／10:00～19:00 定休日／月・火・水曜日
所在地／三次市十日市東1-5-7

38 超初心者でもカンタン！ POPづくり

簡単なPOPの作成と一緒にパソコンを使って勉強しましょ! ワード・エクセルが使えなくても出来ます。ウインドウズXPでもOK!

11/24(木) 8:30～9:30

■会場／みよし本通りMORITOU
■定員／3名
■対象／簡単なキーボード操作が出来る人
■講師／森藤 芳弘



みよし本通りMORITOU (有モリトー)
☎0824-62-2249
受付時間／10:00～19:00 定休日／第1・2・3水曜日
所在地／三次市三次町1219

42 あなたも今日から ととのえ美人☆

あつという間にお正月。今のうちにしっかりとお金の計画、自分時間の計画を立てて、気持ちの良い年始を迎えませんか? 眠らせている夢も叶うかも♡

11/11(金) 14:00～15:00
11/16(水) 10:00～11:00
11/28(月) 14:00～15:00

■会場／ととのえこびと
■定員／4名
■講師／梶川 綾香



ととのえこびと
☎080-6310-4537
受付時間／10:00～16:00 定休日／土・日曜日、祝日
所在地／三次市東酒屋町1154-8

46 料理講習 おいしい米粉チキンカレー他

米粉カレーの作り方と肉の調理の注意点。米粉の海老天婦羅、衣の作り方と揚げ方の注意点。試食有り。

11/7(月) 12:00～14:00

■会場／三次グランドホテル
■定員／10名
■講師／梶川忠則他 厨房スタッフ



三次グランドホテル
☎0824-63-3111
受付時間／9:00～20:00 定休日／なし
所在地／三次市十日市南1-10-1

31 楽しくなるラッピングの しかた

包装紙をつかったラッピングから、リボンをつかってかわいいラッピングを、短時間で簡単に出来るように、説明して作業してもらいます。

11/3(木・祝) 11/10(木)
14:00～15:00

■会場／なかや(店内)
■定員／3名
■講師／中島 明美



(有)なかや
☎0824-62-1134
受付時間／9:30～19:30 定休日／元日
所在地／三次市十日市東4-1-30 サングリーン1F

35 お気に入りの写真で 自分のノートを作ろう!

お気に入りの写真や撮影した写真を表紙に使って、その場でリングノートを作ります。作成したノートはプレゼントいたします。

11/15(火) 10:30～12:00
11/26(土) 13:00～14:30

■会場／佐々木印刷(株)
■持ち物／お気に入りの写真があれば、データをお持ちください。
■定員／5名
■講師／宮下英明・山田賢太郎



佐々木印刷(株)
☎0824-62-3539
受付時間／9:00～17:00 定休日／土・日・祝日
所在地／三次市東酒屋町306-55

39 わかりやすい相続、 資産承継対策

昨年から相続税が大幅増税となりました。また、遺産を巡る「争族」も増えています。そこで、相続・資産承継対策をわかりやすく解説します。

11/5(土) 11/19(土)
11:00～12:00

■会場／アイザワ証券(株)三次支店
■定員／10名
■講師／当社社員



アイザワ証券(株) 三次支店
☎0824-63-4207
受付時間／8:30～17:00 定休日／土・日曜日
所在地／三次市十日市中2-4-34

43 フライパン 2 枚で焼く 広島お好み焼き講座

家庭用フライパン 2 枚を使って、麺パリの美味しい広島お好み焼きを作る講座です。

11/5(土) 11/12(土)
13:30～15:00

■会場／Yショップ中久保店
■持ち物／エプロン
■材料費／400円(お好み焼きの材料費)
■定員／4名
■講師／中久保 勇



Yショップ中久保店
☎0847-67-2328
受付時間／9:00～17:00 定休日／なし
所在地／三次市甲奴町梶田16-2

47 うちの黒米シフォンケーキ おしえます

お店を出している手作り黒米シフォンケーキを、自宅で作れるように楽しくみんなで作って食べましょう。

11/7(月) 11/10(木)
15:00～16:00

■会場／物産館みわ375
■持ち物／エプロン
■定員／4名
■講師／国兼・中口



物産館みわ 375
☎0824-52-3838
受付時間／10:30～18:00 定休日／火曜日
所在地／三次市三和町上巻2098-1

48 本格ピッツァ・マルゲリータをつくります

当店自慢の自家製ピザをつくってみませんか。マルゲリータをつくります。自分の好きなトッピングができます。

11/10(木) 11/24(木)
16:00～17:00

- 会場／㈱サングリーン
- 持ち物／エプロン
- 材料費／300円(食材費)
- 定員／6名
- 講師／隅田 守洋



㈱サングリーン
☎0824-62-1120

受付時間／9:30～18:00 定休日／元日
所在地／三次市十日市東4-1-30

49 今日からあなたは板前さん

魚の「三枚おろし」できますか。魚のプロがていねいに教えます。今日からあなたは板前さんです。

11/17(木) 11/24(木)
14:00～15:00

- 会場／ゆめマート三次店
- 持ち物／エプロン
- 定員／6名
- 講師／城平 直明



ゆめマート三次店
☎0824-53-1212

受付時間／9:30～18:00 定休日／元日
所在地／三次市三次町129-1

50 アジアン料理の定番「生春巻」に挑戦！

アジアン料理の定番「生春巻」の作り方教えます。フォーと共にベトナム料理を代表するもので原語は『包みサラダ』の意味です。

11/17(木) 14:00～15:00

- 会場／ゆめマート三次店
- 持ち物／エプロン
- 定員／6名
- 講師／堀江千賀子・山口千明



ゆめマート三次店
☎0824-53-1212

受付時間／9:30～18:00 定休日／元日
所在地／三次市三次町129-1

51 抹茶を挽いて飲んでみませんか

石臼を使用して、自分で挽いて点てる体験をしてみませんか。お子様も一緒にどうぞ。

11/13(日) ①11:00～12:00
②13:30～14:30

- 会場／備前屋茶舗
- 定員／5名
- 講師／道原 愛二郎



備前屋茶舗
☎0824-62-3353

受付時間／8:00～20:00 定休日／なし
所在地／三次市十日市東3-5-12

52 家でも焼ける本格お好み焼き！

三次商工会議所青年部のメンバーとして、三次唐焼のPRをしている店主が、家でも簡単にホットプレートで出来るお好み焼きの作り方を伝授します！

11/13(日) 11:00～12:30

- 会場／三次コミュニティセンター
- 持ち物／エプロン
- 材料費／1,000円(材料・会場代)
- 定員／5名
- 講師／梶月 誠



お菓子のお店 piglet
☎090-7508-0689

受付時間／11:00～18:00 定休日／月曜日・第2・4日曜日
所在地／三次市三次町1206-1

53 マスター直伝！おいしいコーヒーのいれ方

少しのコツでいつものコーヒーがさらに美味しくなるかも？ペーパードリップでのコーヒーのいれかた体験講座です。もちろん、初めての方、大歓迎ですよ！

11/15(火) 11/29(火)
①10:00～11:30
②13:00～14:30

- 会場／珈琲屋スプレモ
- 持ち物／汚れの気になる方はエプロン
- 定員／4名
- 講師／在安 正行



珈琲屋スプレモ
☎0824-63-3555

受付時間／9:00～20:00 定休日／木曜日
所在地／三次市十日市東3-3-22 マスダランドビル1F

54 挑戦・利きコーヒー!! 好みの味を見つけよう

当店にはいろいろな国のコーヒーがありますが、味も千差万別。焙煎の仕方でも味が変わります。飲んで試してコーヒーの風味と香りを感じてみよう。

11/16(水) 11/30(水)
①10:00～11:00
②18:00～19:00

- 会場／珈琲屋スプレモ
- 持ち物／筆記用具
- 定員／4名
- 講師／在安 直美



珈琲屋スプレモ
☎0824-63-3555

受付時間／9:00～20:00 定休日／木曜日
所在地／三次市十日市東3-3-22 マスダランドビル1F

55 フランス自然派ワインと「食」のマリアージュ

直輸入のフランス自然派ワインにぴったりな食べ物を合わせながら御家庭でも、もっと楽しくなるマリアージュ提案です。

11/19(土) 13:00～14:30

- 会場／三次フードセンター(株)
- 材料費／1,000円(ワイン試飲・お土産代)
- 定員／4名
- 対象／20才以上
- 講師／藤越隆史・三田武志



三次フードセンター(株)
☎0824-63-5301

受付時間／9:30～20:00 定休日／なし
所在地／三次市南畑敷町484



お問い合わせ／三次商工会議所 ☎0824-62-3125 ※講座のお申し込みはできません。