



# 得する街のゼミナール

## 令和5年度

# 稲沢まちゼミ

期間 2023.10/14(土)~11/30(木)

受付開始 10/7(土) 営業時間からスタート ※一部店舗によって受付開始日時、方法が異なります。講座欄で確認ください。

受講料無料 内容によっては一部材料費などがかかる講座もございます。

### お申込みは各店へ!!

「まちゼミの申込みです。」とお電話下さい。  
\*各店の受付時間内をお願い致します。  
一部メール、QRコードでの受付となります。

### 全講座予約制

講座は4種類



申込手順

### 1 ゼミを選ぶ

このチラシを見て受講したい講座をお選びください。

### 2 お店へ直接申込 電話 メール QRコード

お店へ受付開始日(10/7)以降にお申込みください。

※申込方法、受付時間は各店舗の情報欄にてご確認ください。  
※申込みの際に、持ち物や注意事項(材料費の有無など)をご確認ください。  
※受付開始日は混雑する場合があります。  
※メール、QRコードでのお申込は対象店舗のみ対応です。

### 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。

※定員になり次第、締め切ります。  
※中学生以下の方は、保護者同伴でのご参加をお願いします。



公式HP



公式YouTube



公式Instagram



公式Facebook

●1時間程度の講座を実施する分かりやすい学びの場となっております。●お客さま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。

お店からの販売は一切ないので、安心して受講していただけます。会場や駐車場の有無などは、お申し込み時に各店にご確認ください。

◇路上駐車はご遠慮ください。◇お客様間での勧誘はお止めください。

問合先 稲沢商工会議所内 稲沢まちゼミ事務局 TEL0587-81-5000

### 1 親子発明工作教室 ~目指せ!最速カー!~

ゴムの力で動くクルマ。キミの工夫でどこまで速くできる?楽しく工作、ついでに特許のお勉強。親子で協力して、目指せ!最速!

開催日時 講師/伊藤正典

10/22(日) 10:00~11:00



会場 平和町農村環境改善センター 研修室1  
定員 5組程度  
持ち物 小学生~中学生とその保護者様

あいそう弁理士法人 080-4716-5854 受付 10/10(火) 9:30~  
名古屋市中区丸の内二丁目1番30号 営業時間 9:30~17:30  
丸の内オフィスフォーラム5F 定休日 土曜日、日曜日、祝日

### 2 はじめての資産運用講座

iDeCo・つみたてNISAを活用した長期積立分散投資の仕組みをわかりやすく解説します!

開催日時 講師/塩井竜一郎

10/18(水) 10:00~11:00  
10/19(木) 10:00~11:00



会場 当店  
定員 1講座あたり6名  
持ち物 筆記用具

いちい信用金庫 稲沢支店 受付 10/10(火) 9:00~  
0587-32-7221 稲沢市駅前1丁目4-1 営業時間 9:00~15:00  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

### 3 親が70才以上 後悔しない初めての相続対策

相続診断士が丁寧に説明。親が認知症になる前に準備しておきたいこと、家族が争う争族にならないような相続対策がわかります。

開催日時 講師/佐藤高樹

10/14(土) 10:00~11:15 11/3(金・祝) 10:00~11:15  
10/29(日) 10:00~11:15 11/25(土) 10:00~11:15



会場 当店 定員 2名  
対象 親が70才以上、相続のセミナーが初めての人が対象です。  
※同業者の方はご遠慮ください。  
持ち物 筆記用具、メモ帳

稲沢あんしん相続サポート(稲沢あんしん不動産) 0587-33-5620  
稲沢市国府宮1-6-27-205 営業時間 9:00~19:00  
定休日 水曜日

### 4 ぎんなんマイスターになろう!

イチョウが一斉に黄葉し、黄金色に染まる祖父江町を散策します。イチョウの木や銀杏について学び、試食もお楽しみいただけます。

開催日時 講師/古川正美(事務局長)

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



会場 祖父江ぎんなんパーク  
定員 5名  
対象 特に制限はありませんが、大人の方対象。  
持ち物 散策するので、動きやすい服装でご参加ください。

稲沢市観光協会 0587-22-1414 受付 10/10(火) 9:00~  
稲沢市朝府町15-12 営業時間 8:30~17:00  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

### 5 バナナジャングルを体験しよう!

バナナの木を見た事がありますか?ガイド付きで稲沢のバナナジャングルを探検♪他の南国果物を見たり、時には触れます。(写真撮影可)

開催日時 講師/バナナメン(佐藤修治)

10/21(土) 10:00~10:30



会場 バナナジャングル  
定員 20名程度

予約はメール限定[inazawafruits.info@gmail.com]  
稲沢フルーツ園 0587-97-3055  
稲沢市祖父江町祖父江南方26 営業時間 9:00~16:00  
定休日 月曜日~金曜日、祝日

### 6 レスリー先生の「英語でリトミック」

レッスンは全て英語で行います。英語の歌、リズム遊び、楽器演奏、簡単な工作等、親子で楽しい時間を過ごしましょう。

開催日時 講師/レスリー・パートレット

10/27(金) 10:00~10:40  
11/10(金) 10:00~10:40  
11/24(金) 10:00~10:40



会場 下津市民センター  
定員 5組  
対象 未就園児と保護者

NGEスクール 090-9948-1466  
稲沢市日下部町河原10-1 営業時間 9:00~19:00  
定休日 不定休

### 7 ネイティブが教える英会話

講師はネイティブスピーカーです。英語での会話力向上を中心にテキストを使ってレッスンします。

開催日時 講師/レスリー・パートレット

10/27(金) 15:50~16:20  
11/10(金) 15:50~16:20  
11/24(金) 15:50~16:20



会場 NGEスクール下津校  
又は国府宮校  
定員 8名  
対象 幼児

対象以外の学年は他の日程をご案内しますのでお尋ねください。  
NGEスクール 090-9948-1466  
稲沢市日下部町河原10-1 営業時間 9:00~19:00  
定休日 不定休

### 8 1級ネイリストが教える爪のキレイな整え方

爪がキレイに整えてあるだけで指がキレイに見えます。ジェルネイルしている方も長さが気になったら自分で調整出来ると便利です。

開催日時 講師/中谷法子

10/25(水) 13:30~14:30



会場 当店  
定員 2名  
対象 女性限定  
費用 ファイル2種類:400円

N+ 090-7314-0545  
稲沢市平和町丸瀬下412-1 営業時間 9:00~20:00  
定休日 不定休

\*QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。

**9**  **失敗しない初めての  
家づくりの始め方!**

はじめておうちの購入を検討される方を対象に、失敗しない重要ポイントをお話致します。

**開催日時** 講師/加藤茂  
11/11(土) 14:00~15:00  
11/18(土) 14:00~15:00  
11/25(土) 14:00~15:00

 **会場** 当店  
**定員** 3組  
**対象** はじめておうちの購入をされる方

**おうちの相談窓口 稲沢店**  
0120-21-1357  
稲沢市朝府町2丁目33 駐車場有  
営業時間 10:00~17:30  
定休日 水曜日


**10**  **失敗しない  
住宅ローン選びとは!**

変動型、固定選択型、全固定型など住宅ローンの特徴を知り自分に合う制度を知って頂くことを目的としております。

**開催日時** 講師/加藤茂  
10/21(土) 14:00~15:00  
10/28(土) 14:00~15:00


 **会場** 当店  
**定員** 3組  
**対象** おうち購入を検討されてる方

**おうちの相談窓口 稲沢店**  
0120-21-1357  
稲沢市朝府町2丁目33 駐車場有  
営業時間 10:00~17:30  
定休日 水曜日

**11**  **知って得する  
日常リスク**

日常のリスク?と言ってもなかなか知らないことが多いです。自然災害でのトラブルや、自転車トラブル等、簡単にわかりやすくご説明。

**開催日時** 講師/三輪将太郎  
10/18(水) 14:00~15:00

 **会場** 稲沢市産業会館  
**定員** 10名  
**持ち物** 筆記用具等

**オフィスミワ**  
0587-96-6445  
稲沢市長野3丁目10-30  
営業時間 8:00~19:30  
定休日 不定休


**12**  **ミカン苗の  
品種と育て方**

柑橘苗の植え方、育て方を約50品種の苗木を見ながら、苗木の産地「矢合」で園芸店をしている当店ならではの説明を致します。

**開催日時** 講師/橋本真悟  
11/10(金) 10:00~11:00  
11/12(日) 10:00~11:00  
11/12(日) 14:00~15:00


 **会場** 当店  
**定員** 10名

**花樹屋 東雲堂**  
0587-36-2820  
稲沢市矢合町三島前2665  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 不定休

**17**  **車の運転をよりうまく  
出来るポイント**

コーヒーを飲みながら、車の運転向上のポイント動画を見てお話。又、11/26(日)開催のJAF公認オートテストへの参加者、スタッフを講座内で同時募集!

**開催日時** 講師/久保秋康夫  
10/21(土) 15:00~16:30

 **会場** 当店  
**定員** 10名  
**対象** 車の好きな人  
**費用** ウィンナーコーヒー代:400円

**珈琲専門店 ライセンス** 受付 10/7(土) 13:00~  
0587-36-3133  
稲沢市北島町大門西31  
営業時間 7:45~18:00  
定休日 日曜日

**18**  **庭作りの第一歩!  
苗木の植え方を体験しよう**

苗木の庭植えのコツを学び、実際の植付作業体験を通して素敵な庭造りの第一歩を学んでみませんか?

**開催日時** 講師/橋本昌博・野田義紀  
10/21(土) 10:00~11:00 10/28(土) 14:00~15:00  
10/21(土) 14:00~15:00 11/11(土) 10:00~11:00  
10/28(土) 10:00~11:00 11/11(土) 14:00~15:00

 **会場** 当店  
**定員** 5名  
**持ち物** 飲み物、運動靴、動きやすい服装

**株式会社 国分農園**  
0587-36-1441  
稲沢市矢合町2642-1  
営業時間 8:00~17:00  
定休日 日曜日、祝日


**19**  **名門!!寿大学  
稲沢キャンパス開校!**

インフレ時代到来! 知らないと損してる? 資産運用のポイントを紹介します。

**開催日時** 講師/田中義治  
10/20(金) 14:00~15:00 11/17(金) 14:00~15:00  
10/27(金) 14:00~15:00 11/24(金) 14:00~15:00  
11/10(金) 14:00~15:00


 **会場** 当店  
**定員** 6名

**寿証券株式会社 稲沢営業所** 受付 10/10(火) 8:30~  
0587-32-4156  
稲沢市下津敷掛一丁目2-13  
営業時間 8:30~17:30  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

**20**  **お金に働いてもらおう!  
資産運用講座**

資産運用はどうして必要な?NISAって何?資産運用って怖いんじゃない?等様々な疑問にわかりやすく解説します。

**開催日時** 講師/井川愛友里  
10/16(月) 10:00~11:00  
10/17(火) 10:00~11:00  
10/18(水) 10:00~11:00


 **会場** 当店  
**定員** 2名

**十六銀行稲沢支店** 受付 10/10(火) 9:00~  
080-7138-8556  
稲沢市桜木2丁目7番18号  
営業時間 9:00~15:00  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

**25**  **就職活動の  
身だしなみ講座**

就職活動での身だしなみについて、オーダースーツ店の代表が、身だしなみで第一印象を良くする方法をお伝えします!

**開催日時** 講師/森祐斗  
10/20(金) 14:00~15:00  
10/27(金) 14:00~15:00  
11/3(金・祝) 14:00~15:00

 **会場** 当店  
**定員** 5名  
**持ち物** 筆記用具

**FOREST GROUP**  
080-5130-9531  
稲沢市稲沢町下田100番地2F  
営業時間 10:00~21:00  
定休日 不定休


**26**  **初めてさんの九星気学  
ワクワク方位はどっち**

九星気学は生まれ年から運気のUPする吉方位を見つけます。他にも「自分自身」や「相性」なんかもわかるんです。

**開催日時** 講師/井戸千禧  
10/18(水) 14:00~15:00 11/18(土) 10:00~11:00  
10/31(火) 10:00~11:00 11/28(火) 10:00~11:00  
11/4(土) 10:00~11:00

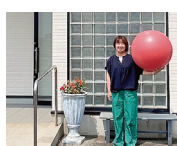
 **会場** 当店  
**定員** 4名または2組  
**対象** 小学生以上(小学生は親同席)  
**持ち物** 筆記用具

**Make占**  
080-3284-2748  
稲沢市高御堂5-160-2  
営業時間 10:00~18:00  
定休日 日曜日


**27**  **自宅で眠る  
バランスボールの活用講座**

バランスボールを使用して有酸素運動等を体験していただけます。室内でできる最高のリフレッシュ方法をご体験ください。

**開催日時** 講師/山田佳江  
10/16(月) 13:00~13:40  
10/23(月) 13:00~13:40  
10/30(月) 13:00~13:40


 **会場** 当店 **定員** 4名  
**対象** 女性限定  
**持ち物** 動きやすい服装、水分、汗拭きタオル、ヨガマット

**やまだ接骨院** 受付 平日9:00~12:00のみ  
バランスボール  
0587-32-9889  
稲沢市大塚北6-102-2  
営業時間 13:00~15:00  
定休日 日曜日、祝日


**28**  **素敵な笑顔の  
作り方講座**

現役モデル兼マナー講師が、素敵な笑顔の作り方を伝授致します。笑顔を手に入れて、沢山の幸せを引き寄せましょう!

**開催日時** 講師/安田理津江  
10/14(土) 10:00~11:00


 **会場** おうちの相談窓口 稲沢店  
**定員** 8名  
**対象** 独身男女23歳以上

**Ring de Marie**  
0587-24-3128  
稲沢市高御堂1-9-12 駐車場有  
営業時間 10:00~19:00  
定休日 火曜日、水曜日

**33**  **楽しく小物に色を  
着けよう(DIY講座)**

塗装のコツを伝授!木製小物にオイルステインクリアを塗り、塗った小物はお持ち帰りできます。マスキングテープ貼りの講座も行います。

**開催日時** 講師/小松竜  
11/12(日) 9:00~9:50  
11/19(日) 9:00~9:50

 **会場** 当店  
**定員** 6名  
**費用** 塗料料:200円  
**持ち物** 汚れてもいい格好

**小松塗装**  
0587-22-7100  
稲沢市大塚北1丁目31  
営業時間 8:00~17:00  
定休日 日曜日

**34**  **カンタン!楽しい!  
リメイクペイント体験**

水性塗料で、小物をオシャレに!エイジングペイントして、オリジナルのアイテムを作ってみましょう!経験のない方でもOK!

**開催日時** 講師/後藤勝巳  
10/18(水) 14:00~15:00 11/20(月) 14:00~15:00  
10/30(月) 14:00~15:00 11/30(木) 14:00~15:00  
11/10(金) 14:00~15:00

 **会場** 当店  
**定員** 3名  
**対象** 中学生以上  
**費用** 200円

**坂本塗装 名古屋営業所** 受付 10/10(火) 9:00~  
ペイントプラザ  
0587-70-2030  
稲沢市小池3丁目2-9-A12  
営業時間 8:00~17:30  
定休日 日曜日、祝日

**35**  **楽しくフラワー  
ボックスをつくろう!**

初めての方でも、作り方・管理方法を丁寧に説明いたします!私たちと楽しく和やかな時間を過ごしましょう!

**開催日時** 講師/鈴木陽奈  
10/20(金) 11:00~12:00  
11/7(火) 11:00~12:00  
11/23(木・祝) 11:00~12:00

 **会場** セルカホール稲沢  
**定員** 各講座先着10名

**セルカホール稲沢** 受付 10/7(土) 11:00~  
0587-32-0551  
稲沢市桜木1丁目1番25号  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 不定休

**36**  **寄せ植えをみなさんと  
一緒に楽しみましょう**

寄せ植えを上手に作る時のコツをお伝えしながら作成します。

**開催日時** 講師/横井定  
11/10(金) 10:30~11:30  
11/11(土) 10:30~11:30  
11/12(日) 10:30~11:30

 **会場** 当店  
**定員** 10名  
**費用** 植木鉢代、花苗代、培養土代:2,750円  
**持ち物** 薄手のゴム手袋、移植ごて

**株式会社ふるーりすとほうかえん**  
052-445-4400  
あま市森7丁目7-1  
営業時間 9:00~19:00  
定休日 木曜日

**13** **メダカの育て方 (初心者向け)**

メダカの育て方教えます。これからメダカを飼おうかな、飼っても上手いかわからないという方向けに基本的な育て方を説明します。

**開催日時** 講師/橋本真悟  
10/14(土) 10:30~11:30

**会場** 当店  
**定員** 6名程度

**花樹屋 東雲堂**  
0587-36-2820  
稲沢市矢合町三島前2665  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 不定休

**14** **植物の育て方 (初心者向け)**

園芸をこれから始めようと思っている方、花や樹木が上手く育たない方向けに鉢植えや庭植えの基本的な育て方を教えます。

**開催日時** 講師/橋本真悟  
10/28(土) 10:00~11:00  
10/29(日) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 10名

**花樹屋 東雲堂**  
0587-36-2820  
稲沢市矢合町三島前2665  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 不定休

**15** **己書幸座**

筆ペンで味のある字を描いてみませんか?上手い下手は関係なく自分だけのメッセージカードを楽しく描いてみましょう♪

**開催日時** 講師/ゆり己書道場 寺本百合子  
10/18(水) 9:30~10:30 11/8(水) 9:30~10:30  
10/18(水) 11:00~12:00 11/8(水) 11:00~12:00

**会場** 稲沢市産業会館  
**定員** 10名  
**費用** 500円

**株式会社Cure-Care**  
090-6613-3744  
稲沢市祖父江町三丸古宮122-1  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 不定休

**16** **遊ぼう!歌おう! 親子で楽しむ世界のこぼ**

英語だけよりずっとおもしろい多言語!世界各国の音楽やこぼに触れながら、家族や仲間と一緒に楽しく遊んでみましょう。

**開催日時** 講師/ヒッポファミリークラブ・フェロウ  
10/19(木) 10:00~11:15  
10/28(土) 10:00~11:15

**会場** 名古屋文理大学文化フォーラム  
**定員** 5組  
**対象** 0歳から小学生のお子さんとそのご家族

お申し込みはQRコードか、お電話をお願いします。

一財)言語交流研究所 ヒッポファミリークラブ  
090-4189-6711(担当吉田) 営業時間 9:30~17:30  
名古屋市中村区名駅5-30-1 いちご名駅ビル9F 定休日 土曜日、日曜日、祝日

**21** **残されるご家族のために! 相続対策セミナー**

節税・納税・争族対策と各家庭に必要な対策は異なります。残されるご家族が困らないように、あなたに適した方法をお伝えします。

**開催日時** 講師/加藤泰士  
10/17(火) 13:30~14:30  
11/2(木) 13:30~14:30  
11/10(金) 13:30~14:30

**会場** 当店  
**定員** 7名  
**持ち物** 筆記用具

**税理士法人 杉浦経営会計事務所**  
0120-934-399  
稲沢市国府宮神田町45番  
受付 10/10(火) 9:00~  
営業時間 9:00~17:00  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

**22** **終活セミナー "知って得する葬儀の小話"**

葬儀後に慌てない様々な手続きや、費用の話など事前に知っておくと負担が減り、得をする情報をお伝えします!

**開催日時** 講師/小島和範  
10/20(金) 10:00~10:40  
11/7(火) 10:00~10:40  
11/23(木・祝) 10:00~10:40

**会場** 当店  
**定員** 4組

**セルカホール駅前**  
0587-32-4449  
稲沢市駅前一丁目8-2  
営業時間 9:00~17:20  
定休日 不定休

**23** **使用していない空き家を活用しましょう!!**

空き家に関するお困りごとなど、お気軽にご相談ください。稲沢の空き家マイスターがお悩みを解決します!!

**開催日時** 講師/秦野宏治  
10/14(土) 10:00~11:00 10/26(木) 13:00~14:00  
10/14(土) 13:00~14:00 11/12(日) 10:00~11:00  
10/14(土) 15:00~16:00 11/12(日) 13:00~14:00  
10/26(木) 10:00~11:00 11/12(日) 15:00~16:00

**会場** 当店  
**定員** 1名または1組  
**持ち物** 筆記用具等

**PN不動産**  
0587-33-4222  
稲沢市小沢2丁目5番19号  
営業時間 9:00~18:00  
定休日 水曜日

**24** **自分好みの焙煎豆の選び方と淹れ方講座**

コーヒー初心者の方向けに抽出方法の違いと、焙煎豆の選び方を学んで頂き、自分に合ったコーヒーを見つけて頂く講座です。

**開催日時** 講師/中島裕介  
11/12(日) 10:00~11:00  
11/12(日) 13:00~14:00

**会場** 当店  
**定員** 3名  
**対象** 18歳以上

お申し込みはQRコードのLINE公式アカウントよりお願いします。

**尾州暁珈琲焙煎所**  
稲沢市小池1-6-13  
営業時間 8:30~17:00(水木)/8:30~22:00(金土)  
定休日 月曜日、日曜日

**29** **異性とのコミュニケーション 作りのポイント**

現役モデル兼マナー講師が、異性に好かれる会話のテクニック、コミュニケーションの仕方を伝授致します。

**開催日時** 講師/安田理津江  
10/15(日) 10:00~11:00

**会場** おうちの相談窓口 稲沢店  
**定員** 8名  
**対象** 独身男女23歳以上

**Ring de Marie**  
0587-24-3128  
稲沢市高御堂1-9-12  
駐車場有  
営業時間 10:00~19:00  
定休日 火曜日、水曜日

**30** **ハーブボール作りと 簡単セルフケア**

お好きなハーブを布に包み、自分だけのハーブボールを作ってみませんか?タイの自然療法で、香りに癒され心身ともに温まりましょう。

**開催日時** 講師/山田美乃  
10/23(月) 10:00~11:00  
11/9(木) 10:00~11:00  
11/9(木) 13:30~14:30

**会場** 当店 **定員** 3名  
**対象** 女性限定  
**費用** 材料費:600円

お申し込みはQRコードのLINE公式アカウントよりお願いします。

**Ayu SPA**  
070-2263-8488  
稲沢市横野町  
自宅サロンのため、住所はご予約時にお伝えいたします。  
営業時間 9:30~18:00  
定休日 不定休

**31** **空き瓶で作る ラウンドプレート**

空き瓶に好きなガラスパーツをつけておしゃれなラウンドプレートにしよう!電気窯で焼成するので後日お渡しになります。

**開催日時** 講師/今枝 幸江  
10/24(火) 10:00~11:00  
10/27(金) 10:00~11:00  
11/7(火) 10:00~11:00

**会場** 当店 **定員** 4名  
**対象** 小学生以上(未成年は保護者同伴をお願いします)  
**費用** ガラス材料代及び焼成代:1,500円  
**持ち物** 空き瓶(高さ30cm以内のもの。700~720mlサイズの瓶が最適です。)

**cocorraft**  
0587-36-0026  
稲沢市西島北町222番地  
受付 10/7(土) 10:00~  
営業時間 8:00~17:30  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

**32** **溶接体験★ ミニアイアンラックを作ろう**

無骨でオシャレなアイアンラックを自身の手で溶接して作ってみませんか?マグカップが2個載る程度のミニアイアンラックです。

**開催日時** 講師/今枝太一  
10/24(火) 13:30~15:00  
10/27(金) 13:30~15:00  
11/7(火) 13:30~15:00

**会場** 当店 **定員** 2名  
**対象** 中学生以上(未成年は保護者同伴をお願いします)  
**費用** 材料費:2,000円  
**持ち物** 溶接時に火花が散ります。綿やデニム素材の、汚れても良い長袖長ズボンでお越しください。

**cocorraft**  
0587-36-0026  
稲沢市片原一色町東北廻り49番地  
受付 10/7(土) 10:00~  
営業時間 8:00~17:30  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

**37** **挽きたての豆で 淹れて味わう**

ペーパードリップで挽きたての香り立つ珈琲を体験。淹れ方や器具等の説明後、各自で挽いた豆を淹れます。未経験でも大丈夫!

**開催日時** 講師/松田美佐子  
10/16(月) 10:30~11:30 10/28(土) 18:00~19:00  
10/16(月) 13:00~14:00 11/14(火) 11:30~12:30  
10/16(月) 15:30~16:30 11/14(火) 14:00~15:00  
10/28(土) 15:00~16:00 11/14(火) 19:00~20:00

**会場** 当店  
**定員** 3名  
**対象** 初心者向18歳以上

キャンセル待ち、日程などお気軽にお問い合わせください。詳細はHPでも確認いただけますhttps://hikojira.jimdofree.com/

**茶房ひこじら**  
070-8319-6592  
稲沢市北島1-160  
受付 10/7(土) 14:00~  
営業時間 日祝9:00~11:30/月水木9:00~18:00/火金9:00~15:00  
定休日 不定休

**38** **お家でできる、 羽根つき餃子**

お店の餃子を受講者さんにも、焼いて頂いて、その後試食をして頂きます。

**開催日時** 講師/日比野昭光  
10/21(土) 10:00~11:00  
10/23(月) 10:00~11:00  
10/24(火) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 5名  
**費用** 材料費:500円  
**持ち物** エプロン

**中国料理 北京**  
0587-97-0501  
稲沢市祖父江町祖父江北方54  
営業時間 11:00~14:30  
17:00~20:30  
定休日 水曜日

**39** **美味しく食べて心身 キレイに(マクロビ食)**

マクロビ食、御飯、スープ、おかずを食べる頂き、食で心身をキレイにするポイントを会話形式でお話します。

**開催日時** 講師/小崎幸恵  
10/19(木) 10:00~11:00  
10/21(土) 10:00~11:00  
11/1(水) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 7名  
**費用** 食材代:500円

**マクロビ夢食**  
0587-34-1884  
稲沢市松下2丁目5-2  
営業時間 9:30~19:00  
定休日 日曜日

**40** **初期症状で行う 家庭療法、マクロビ手当**

薬に依存せず簡単家庭療法からの回復を図る(第一大根湯、梅翹番茶、しいたけスープ)等を試食しながら聞いて頂きます。

**開催日時** 講師/小崎幸恵  
10/31(火) 10:00~11:00  
11/14(火) 10:00~11:00  
11/18(土) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 7名  
**費用** 食材代:500円

**マクロビ夢食**  
0587-34-1884  
稲沢市松下2丁目5-2  
営業時間 9:30~19:00  
定休日 日曜日

**41**  **絶品! トーストレシピ**

かりっ!ふわっ!さくっ!ガスのグリルで簡単、おいしいオリジナルトーストを作ろう。

**開催日時** 講師/山田直美  
10/28(土) 10:00~11:30  
10/28(土) 13:30~14:30

**会場** 当店  
**持ち物** エプロン  
**費用** 食材代:300円  
**定員** 6名

株式会社森上製油所  
0587-97-1810  
稲沢市祖父江町森上本郷七18番地14  
受付 10/10(火) 10:30~  
以降受付時間10:30~17:00まで  
営業時間 8:00~19:30  
定休日 日曜日

**42**  **日本酒とおつまみのペアリング**

日本酒のいろは 楽しみ方をお伝えします。(酒の試飲がありますので、徒歩もしくは送迎でお越しください。)

**開催日時** 講師/伊藤森男  
10/22(日) 11:00~12:00  
11/19(日) 11:00~12:00

**会場** 当店  
**定員** 5名  
**対象** 20歳以上の方  
**費用** 食材代:1,000円

リカーショップいとり  
0567-46-0156  
稲沢市平和町塩川21  
営業時間 9:00~21:00  
定休日 水曜日

**43**  **骨の専門家が教える骨格矯正**

背中等大きい筋肉と骨を支える細かい筋肉のバランスを整えます。

**開催日時** 講師/成田義和  
10/17(火) 10:00~11:00  
11/1(水) 10:00~11:00  
11/14(火) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 1名または1組  
**持ち物** フェイスタオル、動きやすい服装

稲沢接骨鍼灸院  
0587-36-6428  
稲沢市七ツ寺町経蔵前32-3  
営業時間 9:00~21:00  
定休日 日曜日、祝日

**44**  **自然と痩せる骨盤の歪み解消!! セルフケア**

お腹太りの原因は3種類。①皮下脂肪②内臓脂肪③筋膜のねじれ 今回は、③筋膜のねじれ解消のセルフケア法をご伝授致します。

**開催日時** 講師/宮城智恵美  
10/16(月) 10:00~11:00 11/13(月) 13:00~14:00  
10/26(木) 13:00~14:00 11/25(土) 13:00~14:00  
11/4(土) 13:00~14:00 11/30(木) 13:00~14:00  
11/8(水) 10:00~11:00

**会場** 当店 **定員** 2人  
**対象** 女性限定  
**持ち物** フェイスタオル1枚、水分補給用の水、動きやすい服装(※香水等香りX)  
**費用** テキスト・ファイル代:300円

オウバウトウリ 桜梅桃李  
070-1647-0081  
稲沢市平和町丸九洲下185  
受付 10/9(月・祝) 10:00~  
営業時間 10:00~20:00  
定休日 火曜日、日曜日、祝日

**45**  **馬飼ビーチでエンジョイ♡SUP体験**


稲沢市の観光名所馬飼ビーチで楽しくSUP!初めての方でも安心、こころも身体も美しくリフレッシュしましょう!

**開催日時** 講師/山口綾美  
10/17(火) 10:00~11:00 10/19(木) 10:00~11:00  
10/17(火) 11:00~12:00 10/19(木) 11:00~12:00

**会場** 国営木曽三川公園 ワイルドネイチャー  
**対象** 2名3組  
**対象** 9歳以上65歳以下

**持ち物** タオル、ビーチサンダル、飲み物、日焼け止め、着替え、水着の上にラッシュガード、レギンスが好ましい  
**費用** 保険料:500円

supeatstay OREGAYAREBA  
090-4792-5219  
稲沢市一色下方町87  
営業時間 10:00~17:00  
定休日 不定休

**46**  **15分最新パーソナルトレーニング体験**

プロのパーソナルを体験しよう!20分単位での予約制です。体のケア、トレーニング、姿勢チェックなどご希望をお決めください。

**開催日時** 講師/小倉隆動矢  
10/15(日) 11:00~13:00  
11/12(日) 11:00~13:00

**会場** 当店  
**定員** 1日6組  
**持ち物** 動きやすい服装、インシューズ、ドリンク、タオル

動フィット  
070-5640-4970  
稲沢市国府宮2丁目14-6 1F  
受付 10/7(土) 12:00~  
営業時間 0:00~23:59  
定休日 不定休

**47**  **スケートボード体験スクール**


スケートボードの体験スクールです。初心者の方には足の乗せ方から進み方を丁寧に説明します。

**開催日時** 講師/加賀麻里絵  
11/3(金・祝) 9:00~10:00  
11/4(土) 9:00~10:00  
11/5(日) 9:00~10:00

**会場** 当店 **定員** 4名  
**持ち物** 動きやすい服装、運動の出来る靴、スケートボードの板のレンタル代 500円

お申し込みはQRコードからお願いします。

PARK Hair Make  
稲沢市船橋町花ノ木1129-1  
営業時間 9:00~20:00  
定休日 不定休

**48**  **健康で明るく生き抜く秘訣**

自分の体は自分で守る。免疫力、自律神経、姿勢等わかりやすく解説していきます。

**開催日時** 講師/中島修・菊池寛  
10/28(土) 10:00~11:00  
11/3(金・祝) 10:00~11:00  
11/23(木・祝) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 6名

ひまわりサロン祖父江店  
0587-58-5678  
稲沢市祖父江町上牧下川田412-1  
営業時間 10:30~18:00  
定休日 日曜日、祝日


**49**  **自分に似合う色を見つけるカラーレッスン**

お肌をキレイに見せる色(似合う色)選びと正しいファンデーションの色を見つけます。

**開催日時** 講師/松本ふみ江  
10/15(日) 10:00~11:00 10/23(月) 13:30~14:30  
10/15(日) 13:30~14:30 11/8(水) 10:00~11:00  
10/23(月) 10:00~11:00 11/8(水) 13:30~14:30

**会場** 当店 **定員** 3名  
**対象** 女性  
**持ち物** 今お使いのファンデーション  
**費用** クレンジング、冊子:500円

ビューティースタジオ23  
090-2138-3088  
稲沢市奥田島崎町109  
営業時間 10:00~17:00  
定休日 不定休

**50**  **ダイエットのプロに聞く、痩せる方法!**

18年間ダイエット専門店をやってきたダイエットのプロが話す本物のダイエット方法をお話します。

**開催日時** 講師/杉浦洋治  
10/16(月) 9:00~10:00  
10/19(木) 13:00~14:00  
10/24(火) 9:00~10:00

**会場** 当店  
**定員** 2名

お申し込みはQRコードからお願いします。

ヘルシースリムともと  
090-3447-7336  
稲沢市祖父江町二俣上川原712-5  
営業時間 9:00~20:00  
定休日 日曜日

**51**  **プロに聞く女性の為のダイエット教室**

私のダイエットの体験とプロとしてお客様のサポートをしてきた経験を踏まえたお話をします。

**開催日時** 講師/山田るみ  
10/16(月) 9:00~10:00  
10/17(火) 9:00~10:00  
10/24(火) 9:00~10:00

**会場** 当店 **定員** 2名  
**対象** 女性限定  
**持ち物** 筆記用具

お申し込みはQRコードからお願いします。

ヘルシースリムReborn  
080-9726-0063  
稲沢市平和町下起中287番地3  
受付 10/9(月・祝) 9:00~  
営業時間 9:00~16:00  
定休日 土曜日、日曜日、祝日

**52**  **足から整える姿勢のトレーニング**

普段から使う足に気を向ける事が健康の第一歩です。その足の不思議と一緒に学んでみませんか?

**開催日時** 講師/戸川 妙  
10/15(日) 11:30~12:30  
11/5(日) 11:30~12:30

**会場** 当店  
**定員** 8名

ボディデザインプロジェクト接骨院  
0587-74-6600  
稲沢市祖父江町山崎下地448番地  
営業時間 8:30~21:00  
定休日 水曜日、日曜日、祝日


**53**  **誰でも簡単!曼荼羅パステルアートで健康へ**

誰でもチャレンジできるアートの世界。あなたの健康・心理状態が絵に反映される楽しい世界へ触れてみませんか?

**開催日時** 講師/木全美紀  
10/21(土) 14:30~15:30  
11/4(土) 14:30~15:30

**会場** 当店  
**定員** 5名  
**費用** 台紙、パステル 使用代:500円

ボディデザインプロジェクト接骨院  
0587-74-6600  
稲沢市祖父江町山崎下地448番地  
営業時間 8:30~21:00  
定休日 水曜日、日曜日、祝日

**54**  **あっと驚く身体の変化! タオル体操の秘術**

誰にでも再現できるタオル体操。しかし圧倒的な変化を出すのであればコツが必要です。あなたも一緒に不思議体験してみませんか?

**開催日時** 講師/戸川俊輔  
10/15(日) 10:00~11:00  
11/5(日) 10:00~11:00

**会場** 当店  
**定員** 8名  
**持ち物** スポーツタオル(長いタイプがおススメ)

あつ!と驚く 身体の不思議 タオル体操の秘術

ボディデザインプロジェクト接骨院  
0587-74-6600  
稲沢市祖父江町山崎下地448番地  
営業時間 8:30~21:00  
定休日 水曜日、日曜日、祝日

**55**  **なりたい印象に近づける印象メイク術**

お顔の印象分析(キュート、クール、シャープ、ソフト)をしてから、印象メイクのポイントをお伝えして、メイクします。

**開催日時** 講師/横山宏枝・松永理江  
11/10(金) 10:00~11:00 11/11(土) 13:00~14:00  
11/10(金) 13:00~14:00 11/11(土) 16:00~17:00  
11/11(土) 10:00~11:00 11/11(土) 19:00~20:00

**会場** 当店  
**定員** 2名  
**持ち物** 必要な方はメイク道具(メイク品&道具はお貸しできます)

メナードフェイシャルサロン松下×下津小井戸  
090-8469-5453  
稲沢市松下2-15-23 服部マンション105号  
営業時間 9:30~18:00  
定休日 不定休

**56**  **美しい眉の描き方♪**

簡単にポイントをお伝えしながら楽しくなりたいイメージに合った眉を描くレッスンをします♪

**開催日時** 講師/伊藤里香  
10/22(日) 10:00~11:30 11/5(日) 10:00~11:30  
10/28(土) 10:00~11:30 11/12(日) 10:00~11:30  
11/2(木) 10:00~11:30 11/30(木) 10:00~11:30

**会場** 美濃路稲葉宿本陣跡ひろば  
**定員** 5名程度  
**対象** 20歳以上女性  
**持ち物** ご使用のアイブロウペンシル、鏡(あれば)

メナードリカラース桜木  
0587-24-7157  
稲沢市桜木1丁目12番42号  
営業時間 9:00~20:00  
定休日 不定休