

「まちゼミ」とは？

お店の人が講師となって、プロの「コツ」専門家ならではの「知識」など役立つ情報を無料(一部材料費がかかる講座もあります)で教えてくれる少人数制のミニ講座です。

■ カテゴリー別色分け

● 材料費等がかかる講座

健康・キレイ

美容や健康・体についての講座

つくる・食べる

作品製作や飲食に関する講座

まなぶ

知識や知恵を学ぶ講座

2 パーソナルトレーニングで美姿勢ダイエット

開催日 11月4日・11日・18日・25日(木) 9:00～10:00
11月10日・17日・24日(水) 11:30～12:30
11月10日・17日・24日(水) 16:00～17:00

コロナ自粛太りで運動不足の方!! リモートワークで姿勢不良の方!!
プライベート空間にてマシン・マンでトレーニングを丁寧に指導致します♪

● 講師:渡部 真弘 / 市川 拓磨 / 中里 健斗 / 田中 寛人
● 定員:1名または1組 ● 対象:老若男女問いません
● 持ち物:タオル、運動しやすい恰好、シューズ

会場 さがみが丘整骨院 ナベアスリートケア 座間市相模が丘5-6-18-1F 日曜日 受付開始 10月22日(金) 8:00～20:00 TEL 042-812-8824

4 私に合った”眉の描き方”で気分もアップ♪

開催日 11月1日(月)・5日(金)・6日(土)・8日(月)・10日(水)・12日(金)・13日(土)・17日(水)・19日(金)・26日(金)・29日(月)
①10:30～11:30/ ②14:00～15:00/ ③15:00～16:00

「私の眉これでいいの?」
そんなあなたに合った眉のスタイル、描き方を楽しくレッスン♪

● 講師:鎌田 美菜子 / 麓平 寛子 / 丸山 桂子 ● 定員:2名または1組
● 対象:女性

会場 ユアシセイドウ マツムラ 座間市入谷東3-30-26澤善ビル1F 第2・3日曜日/第2月曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～19:00 TEL 046-254-3533

6 若い・キレイ・元気 未病を癒す波動セラピー

開催日 11月3日(水・祝)・13日(土) 13:00～14:00
11月6日(土) 10:00～11:00

超音波(波動エネルギー)の体験
・美容(経絡美顔、老化予防)
・丹田セラピー(ストレス、心身疲労)
・三痛セラピー(腕、肩、足、腰他)

● 講師:菊池 節子 ● 定員:3名

会場 神奈川 YTB 統轄サロン菊池 座間市ひばりが丘2-38-4 日曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～17:00 TEL 090-2765-0427

8 10歳若返る! おうちで出来るかんたん薬膳

開催日 11月3日(水・祝)・7日(日)・21日(日)・28日(日)
11:00～12:00

身の回りにある食材でできる美容 & 健康回復のコツを
漢方のエッセンスを交えてお話しします。
おしゃべりしながら一緒に学びませんか?

● 講師:稲垣 知子 ● 定員:4名または2組
● 対象:女性
● 持ち物:筆記用具

会場 光榮堂薬局 座間市座間1-3232 日・祝日 受付開始 10月22日(金) 11:00～18:00 TEL 046-251-0047

10 初歩のトンボ玉作り

開催日 毎週火・水・木・金曜日
①10:00～12:00 ②14:00～16:00

2～4点のトンボ玉を製作できます。
製作したトンボ玉を使用してアクセサリーや小物を作ることも可能です。(パーツは実費)
作品は未長くあなたの宝物になります。

● 講師:山路 伴幸 ● 定員:2名 ● 対象:小学生以上
● 持ち物:スリッパまたは上履き ● 材料費:1000円(トンボ玉材料費)

会場 ガラス工芸 山路 座間市ひばりが丘3-22-5-103 月曜日 受付開始 10月1日(金) 11:00～16:00 TEL 080-6713-7451

12 ボックスフラワーアレンジを作ろう!

開催日 11月7日(日)・17日(水)・23日(火・祝) 13:00～14:30

ボックスフラワーアレンジメントを作ってみませんか?

● 講師:片野 一郎 ● 定員:3名
● 材料費:1,000円(材料費)

会場 光鶴園(コウカクエン) 座間市相模が丘3-57-1 木曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～19:30 TEL 046-254-7464

1 自分の肌を知ってみませんか♪

開催日 11月18日(木)・27日(土)
①10:00～11:00 ②11:00～12:00 ③13:00～14:00
④14:00～15:00 ⑤15:00～16:00

1910 万件を超えるビックデータと最新の解析技術で分析する
POLA 肌プランニングを無料で体験してみませんか?
「一人ではたどりつけない肌がある」

● 講師:須田 / 石原 ● 定員:2名
● 対象:19歳以上の女性

会場 POLA 相武台前 Lokahi 座間市相武台1-38-13ロードサイドビル2F 不定休 受付開始 10月22日(金) 10:00～18:00 TEL 046-240-0462

3 美容鍼でむくみ改善! 美肌リフトアップ体験

開催日 11月9日・30日(火) 15:00～16:00
11月10日・24日(水) 10:00～11:00
11月13日・27日(土) 14:00～15:00

むくみやほうれい線でお悩みの方! 美容鍼を使った肌ケアを体験できます
リフトアップや小顔効果を実感♪ 美容鍼に興味がある方にオススメです

● 講師:市川 拓磨 ● 定員:2名または1組
● 対象:20歳以上で性別問いません

会場 さがみが丘整骨院 座間市相模が丘5-6-18-1F 日曜日 受付開始 10月22日(金) 8:00～20:00 TEL 042-812-8824

5 カラー診断 あなたはブルベ?イエベ?

開催日 11月1日(月)・5日(金)・6日(土)・8日(月)・10日(水)・12日(金)・13日(土)・17日(水)・19日(金)・26日(金)・29日(月)
①10:30～11:30/ ②14:00～15:00/ ③15:00～16:00

自分に似合う色が分かる!! マスクでも印象的な目元や口元!!
スマホがある方は QR コードでその日のプランをお持ち帰りいただけます。

● 講師:鎌田 美菜子 / 麓平 寛子 / 丸山 桂子 ● 定員:1名または1組
● 対象:18歳以上の女性

会場 ユアシセイドウ マツムラ 座間市入谷東3-30-26澤善ビル1F 第2・3日曜日/第2月曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～19:00 TEL 046-254-3533

7 癒し・健康・美容 嵐のように吹き出る汗体験

開催日 11月5日・19日(金) 11:00～12:30

嵐の湯の効果・効能を伝えてまいります
汗をかくことの大切さ(排出)
ミネラルを摂ることの大切さ(摂取)
鉱石風呂へ入り体験していただきます。

● 講師:芥川 直美 / 山ノ口 裕子 ● 定員:3名
● 対象:初回の20歳以上の女性限定 ● 持ち物:汗ふきタオル
● 材料費:500円(作務衣・水素水飲み放題・テキスト代)

会場 嵐の湯 座間店 座間市入谷西2-60-3 月曜日(祝日の場合翌日) 受付開始 10月21日(木) 10:00～20:30 TEL 046-257-4114

9 80%の人が誤ってる味噌の話とみそ汁作り

開催日 11月3日(水)・8日(月)・15日(月) 11:00～12:30
★11月3日は親子教室(小学生)

1.日本人の80%の人が誤っている味噌の話(機能食品の機能内容の解説)
2.10才以上であれば、だれでもおいしい味噌汁が作れる実演と味見(たべる)

● 講師:味噌ソムリエ 高橋 敏之
● 定員:5名または3組
● 対象:どなたでも(11月3日のみ小学生の親子)

会場 全国の味噌「まさきや」 座間市相模が丘5-11-33 月曜日 受付開始 10月20日(水) 11:00～17:00 TEL 042-767-5350

11 親子で小さいデコレーションケーキ作ろう!

開催日 11月6日・13日(土) 14:00～15:30

親子で、スポンジをスライスするところから
デコレーションするところまで体験していただきます!
小さなデコレーションケーキを1組1台お持ち帰り♪

● 講師:佐々木 ● 定員:2名2組 ● 対象:小学生以上
● 持ち物:エプロン・平らなタッパー(アイシングクッキーを入れるため)
● 材料費:1組1,000円(材料、箱代)

会場 甘いもの café ボブいろ 座間市相模が丘3-33-11 不定休 受付開始 10月15日(金) 10:00～ mail bobunoiroro123@gmail.com または SNS メッセージにてご連絡下さい

13 X'mas アイシングクッキー教室

開催日 11月4日・11日・18日・25日(木) 14:00～15:00

X'mas アイシングクッキーの作り方を口頭で説明をしてから、
それぞれにアイシングを仕上げてください。

● 講師:早見 智治 ● 定員:4名
● 対象:お店が狭いので小さなお子さんはごめんなさい
● 持ち物:エプロン・平らなタッパー(アイシングクッキーを入れるため)
● 材料費:200円(アイシングクッキーの材料費)

会場 おかし工房 ひばりカフェ 座間市ひばりが丘3-8-10 月・火曜日 受付開始 10月25日(月) 12:00～18:00 TEL 046-207-6704

14 可愛い、易しい、嬉しい、「押し絵」作品作り

開催日 11月13日・27日(土) 10:00～11:30

季節を感じることができる押し絵の作品を作ります。
親子やお友達との参加も可能です。
参加者皆さんとのわきあいあいの交流もお楽しみ下さい。

● 講師:石黒 宏昭 ● 定員:8名または8組
● 対象:何歳でも(小学生は保護者同伴でお願いします)
● 材料費:500円(押し絵材料費)

会場 デイサービス オレンジクラブ 座間市相模が丘4-19-45 土・日・祝日 受付開始 10月25日(月) 9:30～17:30 TEL 046-298-5010

16 親子で楽しもうミニパン教室

開催日 11月6日(土)・7日(日)・14日(日) 15:00～16:30

親子で仲良くパン作りにチャレンジしてみませんか? *

● 講師:三嶽 和弥 ● 定員:2名3組
● 対象:お子様小学生以上
● 持ち物:キャップ帽またはバンダナ
● 材料費:300円(材料費)

会場 ぱん工房 ふくふく 座間市相武台3-37-7 月曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～18:00 TEL 046-240-9784

18 ミニ畳をつくりながら畳について学ぼう

開催日 11月3日(水・祝)・13日(土) 10:00～11:15
11月23日(火・祝) 13:30～14:45 ※体験の進み具合で変動あり

ミニ畳をつくりながら畳について学ぶ講座
畳の違い、種類、疑問、質問にも答えます!

● 講師:大矢 新一郎 ● 定員:4名または2組
● 対象:小学生以上
● 材料費:1000円(ミニ畳材料費)

会場 大矢製畳株式会社 座間市座間1-4188 日・祝日/第1、3土曜日 受付開始 10月22日(金) 9:00～17:00 TEL 046-251-0032

20 良い塗装業者の見分け方(戸建編)

開催日 11月10日・24日(水) 14:00～15:00

お家の塗替えをするにはどの業者を選んだ方がいいか?
適正な見積書とは? 使用する材料の種類?
工事にかかる日にちなどを説明させていただきます。

● 講師:窪 彬久 ● 定員:3名
● 対象:20歳以上の方
● 持ち物:筆記用具

会場 リウインクス株式会社 座間市ひばりが丘2-16-1 TSSビル3階 日曜日 受付開始 11月1日(月) 8:30～18:00 TEL 090-2436-6414

22 LINE なんでも講座

開催日 11月10日・17日・24日(水) 10:30～11:30

操作方法などLINEのことならなんでも聞いて下さい!
これでご家族やお孫さんとの連絡も楽々♪

● 講師:石井 雄作 / 畠山 豊史 / 山田 尚
● 定員:1名または1組
● 対象:LINEを始めて2年以内の方
● 持ち物:お使いのスマートフォン

会場 au ショップ座間 座間市入谷東3-28-13 カー・ラ・フロスティブ 日曜日 受付開始 11月1日(月) 10:00～18:00 TEL 046-298-5515

24 「手洗いマイスターによる上手な手洗い講座」

開催日 11月4日・18日(木) 14:00～15:00

コロナ禍で手洗いの大切さが認識されています。
普段から上手な手洗いが出来ているか、
「手洗いチェッカー」を使って目で確認出来る楽しい講座です。

● 講師:内藤 和美 受付担当 今井
● 定員:6名

会場 座間市商店会連合会 座間市商店会館にて開催/座間市座間2-2887-2 土・日・祝日 受付開始 10月1日(金) 10:00～17:00 TEL 046-251-1040

26 スマホで簡単! 親子YouTubeデビュー体験

開催日 11月13日・27日(土) 13:30～14:30

実は店主は登録者数5千人のYouTuber ミナトTV!
親子で楽しく簡単に、スマホでできるYouTuberを体験しましょう!

● 講師:佐藤 洋行 / ミナト ● 定員:3組
● 対象:親子で参加ください
● 持ち物:スマートフォン

会場 KAERU ファクトリー 座間市ひばりが丘5-51-15 日曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～17:00 TEL 0120-198-300

15 手軽にできるくん製作り

開催日 11月7日・14日・21日(日) 11:00～12:00

「くん製って難しそう…」と思っている方に、
簡単に出来るくん製作りを教えます。

● 講師:関山 浩一
● 定員:2～3名

会場 有限会社関山食品 座間市さがみ野3-3-13 日・月・祝日 受付開始 10月25日(月) 11:00～18:00 TEL 046-253-5308

17 ペットをかわいく! かんたん写真撮影講座

開催日 11月3日(水・祝)・9日(火)・16日(火)・24日(水)
14:00～15:00

スマホやカメラを使って、いつもとは違う、
かわいくてちょっとカッコいいペット写真を撮影しましょう。
コツさえ覚えれば簡単です!

● 講師:瀧崎 靖孝
● 定員:5名または2組
● 持ち物:スマホ・カメラ

会場 SUNRICH LEMON 座間市ひばりが丘3-19-19 土・日曜日 受付開始 10月22日(金) 11:00～18:00 TEL 046-259-3516

19 1万円からはじめる積立投資

開催日 11月9日(火)・11日(木) 11:00～12:00
11月10日(水) 13:00～14:00

難しくみえる「投資」を身近なテーマをきっかけに
一歩踏み出してみませんか?
ひらしんははじめての投資信託を応援します。

● 講師:武田 久瑠実
● 定員:3名

会場 平塚信用金庫 座間支店 座間市入谷東4-55-1 土・日・祝日 受付開始 10月1日(金) 9:00～15:00 TEL 046-254-6111

21 抗菌・抗ウイルスコーティング塗装の必要性

開催日 11月10日・24日(水) 11:00～12:00

抗菌・抗ウイルスコーティングは新型コロナや様々な菌に
効果があります。
費用や施工方法、施工場所、何年もつか? などご説明させていただきます。

● 講師:窪 彬久 ● 定員:3名
● 対象:20歳以上の方
● 持ち物:筆記用具

会場 リウインクス株式会社 座間市ひばりが丘2-16-1 TSSビル3階 日曜日 受付開始 11月1日(月) 8:30～18:00 TEL 090-2436-6414

23 楽しく学ぶ「夢を叶える資金づくり」

開催日 11月5日(金) 10:00～11:30 11月10日(水) 18:30～20:00
11月23日(火・祝) 13:00～14:30

あなたの非課税枠、余ってませんか?
老後の年金2千万問題や教育資金・マイホーム・旅行資金等、
皆さんの目標を楽しく叶えるお手伝いをします!

● 講師:2級ファイナンシャル・プランニング技能士、日本証券業協会
一級外務員資格 小林 加奈子 ● 定員:zoom開催のため定員なし
● 対象:どなたでも! ● 持ち物:紙とペン(あれば) 電車

会場 株式会社バリュー・エージェント神奈川中央支店 zoomでのオンライン開催 座間市ひばりが丘2-16-1 TSSビル3階 土・日・祝日 受付開始 10月1日(金) 9:00～18:00 TEL 046-259-1666

25 ライフプランで老後の不安を解消しよう!!

開催日 11月5日・12日・19日(金) 10:30～12:00

ライフプランを知ることで、将来のお金の不安を解消しませんか?

● 講師:加美 公穂
● 定員:5名または3組
● 対象:どなたでも

会場 サクシードプランニング 座間市商店会館にて開催/座間市座間2-2887-2 日曜日 受付開始 10月1日(金) 9:00～18:00 TEL 090-4630-4022

27 犬猫手作りごはんについて～生食のすすめ～

開催日 11月16日(火)・17日(水) 11:00～12:00

ペットフードと手作りご飯の違い、生食についてお話しさせていただきます。
健康に長生きしてほしいと願う気持ちは、皆同じ!
ぜひお気軽にお越し下さい!

● 講師:ペット食育士1級・ペットフードリスト かぶらぎなおこ ● 定員:3名
● 対象:犬猫を飼っていて、手作りごはんを始めた方、生食に興味がある方
● 持ち物:ペットを思う気持ち♡ 筆記用具

会場 有限会社 TSS 座間市ひばりが丘2-16-12F 日曜日 受付開始 10月1日(金) 10:00～17:00 TEL 046-251-0814