

13 お母様の振袖をビフォーアフター

11月4日(土) 5日(日)
16:00~17:00 16:00~17:00

お母様の思い出の振袖、流行のスタイルにイメージチェンジする小物合わせのご提案です。

- 対象/成人式をお控えのお嬢様・お母様
- 持ち物/お手持ちの振袖一式
- 定員/2名または2組 講師/安藤

会場 呉服の土田屋 大井町駅前通り
申込 TEL. 26-5115 受付/10:00~19:00 定休日/火曜日

16 マイナス5歳若く見える身体づくり

11月8日(水) 15日(水) 22日(水)
14:00~15:30 14:00~15:30 14:00~15:30

身体は動かさなければどんどん老化していきます。毎日のストレッチでいつまでも若く輝いている女性でいませんか!!

- 対象/女性
- 持ち物/タオル
- 定員/3名 講師/西尾理香

会場 ボディケアよつば 長島町正家2-2-11
申込 TEL. 20-1208 受付/9:30~19:00 定休日/火曜日

14 枕と相性合ってますか?!

11月2日(木) 9日(木) 16日(木)
14:00~15:30 14:00~15:30 14:00~15:30

使っている枕はシクシクしていますか。朝起きたら首、肩に痛みがあったり寝つけなかったりしていませんか?枕を見直して快眠しましょう。

- 持ち物/今使っているご自身の枕
- 定員/3名 講師/西尾理香

会場 ボディケアよつば 長島町正家2-2-11
申込 TEL. 20-1208 受付/9:30~19:00 定休日/火曜日

15 認知症予防! 大きじ2杯のゴマパワー

11月6日(月) 20日(月)
14:00~15:00 14:00~15:00

いつまでも健康で楽しく生活するためにゴマの栄養成分とその効果についてお伝えします。日頃の食事で健康も増進していませんか?

- 材料費/150円
- 定員/4名 講師/荻野 誠

会場 五平餅 おぎの 長島町中野475-57
申込 TEL. 26-3335 受付/9:00~18:00 定休日/不定休

19 小学生限定! プラモデルを作ろう!

11月5日(日) 19日(日)
15:30~16:30 15:30~16:30

手と頭をフル活用! プラモ作成体験! 友達同士や親子で手ぶらで気軽に参加できます。作例や完成品などご紹介いたします。

- 対象/小学生
- 定員/10名 講師/おもちゃのタグチSTAFF

会場 おもちゃのタグチ 大井町262-16
申込 TEL. 26-3552 受付/15:00~20:00 定休日/火曜日

20 トライ! ミニ四駆改造体験!

11月5日(日) 19日(日)
18:00~19:30 18:00~19:30

子供も大人もハマるミニ四駆! シャーシやパーツを選び加工して作りこみ楽しさは格別です。タイヤ加工実演・パーツ加工の作例などご紹介いたします。

- 持ち物/申込みの際にお伝えします
- 対象/中学生以上
- 定員/12名 講師/おもちゃのタグチSTAFF

会場 おもちゃのタグチ 大井町262-16
申込 TEL. 26-3552 受付/15:00~20:00 定休日/火曜日

21 そば屋の店主が教える、そばがきの作り方

11月6日(月) 21日(火) 27日(月)
14:00~15:00 14:00~15:00 14:00~15:00

海外のセブモデルもダイエットに最適! とう注目のスーパーフード「そば」の美☆手軽で美味しい「そばがき」の作り方を特別にお教えします!!

- 持ち物/エプロン、三角巾(バンダナ等髪の毛を覆える物)
- 講師/山内正吾

店舗 そば酒房山びこ
会場 東栄ショールーム 大井町667-19
申込 TEL. 23-2730 受付/11:00~21:00 定休日/月、第1・3火曜日

22 ガス屋の裏ワザ! ピカピカお掃除術

11月10日(金) 16日(木) 22日(水)
14:00~15:30 14:00~15:30 14:00~15:30

簡単・キレイ・肌にも環境にも家計にも優しいプリン洗剤。びくびくするほどよく落ちる! あなたも体験してみませんか?

- 定員/6名 講師/女性スタッフ

会場 (株)東栄 大井町667-19
申込 TEL. 26-0125 受付/9:00~17:00 定休日/土、日、祝日

23 オリジナル缶バッジ作成教室

11月11日(土) 18日(土) 25日(土)
11:00~12:00 11:00~12:00 11:00~12:00

自分で書いたイラストやお気に入りの写真が缶バッジになります。世界に1つだけのオリジナル缶バッジをつくる!

- 対象/中学生以下(小さなお子様は保護者同伴)
- 持ち物/お気に入りの写真
- 定員/5名
- 材料費/300円(缶バッジ4つ分) 講師/小林 稔

会場 (有)清進堂 大井町293-13
申込 TEL. 25-2886 受付/9:00~18:00 定休日/不定休

24 岩島屋伝承の味「とりのレバ煮」お伝えします。

11月2日(木) 8日(水) 21日(火) 28日(火)
14:00~15:00 14:00~15:00 14:00~15:00 14:00~15:00

レバーはちょっと苦手という方に。臭みもなく、やわらかくて、なおかつ美味しいとりのレバ煮の作り方を、お教えいたします。

- 持ち物/エプロン
- 定員/5名 講師/引字しのぶ

会場 (有)岩島屋 大井町227-6
申込 TEL. 25-2628 受付/9:00~18:00 定休日/日

25 楽しく簡単! デコレーション寿司ケーキ

11月7日(火) 13日(月) 26日(日)
14:30~16:00 14:30~16:00 14:30~16:00

料理が苦手な人でも大丈夫! デコレーション寿司ケーキを女将と一緒に作ってみませんか?

- 材料費/500円(食材費) 講師/杉本桂子

会場 中山道大井宿 寿司幸 大井町236-22
申込 TEL. 25-4070 受付/11:00~14:30・17:00~22:00 定休日/水

まちゼミ

恵那まちゼミホームページ

検索

Facebookもチェック

恵那商工会議所 最新のお店情報を投稿しています。

2017年11月 ゼミカレンダー November 2017

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1 10	2 14 17	3 11	4 13 18
5 12 19	6 15 21	7 5 6 25	8 7 16 24	9 14	10 22	11 4 8 11 23
12 3 12	13 9 25	14 8 11	15 3 5 10 16	16 6 9 12 14 17 22	17	18 23
19 18 20	20 2 15	21 21 24	22 16 22	23 4	24 8	25 18 23
26 25	27 6 7 21	28 21	29 10	30 17		

ゼミ会場MAP

