

まちゼミ
受講料
無料

お店の人が教えてくれる

受講生募集

得するまちのゼミナール



興味のあるコトに
チャレンジする
チャンスです!

第3回
中野まちゼミ
22講座

開催期間 平成27年 2月1日(日)▶2月28日(土)



お申し込みは各店へ!
「まちゼミの申込みです」とお電話ください
受付開始 平成27年1月23日(金)

詳しくは 信州中野商工会議所HPでチェック! <http://nakanocci.or.jp/>
■定員になり次第、締め切らせていただきます。■お申込みは、各店の営業時間内にお願致します。■受講対象者が限定されている講座もありますので、ご注意ください。■各講座とも、お申込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。■教材費は原則として、講座当日に会場にて徴収いたします。■お申込み後のキャンセルについては、教材費を頂く場合もありますのでご了承ください。■講座中に発生した事故等につきましては、主催者側は一切責任を負いません。■小学生以下は、保護者同伴でのご参加をお願い致します。■都合により中止になる場合があります。
内容によっては教材費を頂く場合があります

★ 講座開催スケジュール

食ゼミ 生活ゼミ 美的ゼミ 文化ゼミ 教育ゼミ



日	月	火	水	木	金	土
2/1 12 着物コーディネート & TPO 12 かんたん半えり付術	2/2 13 リンバマッサージ & かんたんメイク	2/3	2/4	2/5 16 はじめてのハンドウォーマー	2/6	2/7 13 リンバマッサージ & かんたんメイク 17 はんこの話あれこれ 20 ゲロゲロカエルで「音のふしぎ」を体験
2/8 2 これで親子で ケーキ屋さん 4 楽しいね!作ってみよう 本格的な生豆腐 5 地元の素材を ディスカバリー	2/9 10 ママは美容師 12 着物コーディネート & TPO 12 かんたん半えり付術	2/10 3 ワインを楽しもう	2/11 15 リンバマッサージ & かんたんメイク 16 はじめてのハンドウォーマー 19 楽しみながら賢い子どもに育てよう!	2/12 8 ガスコンロ 実はこんなにキレイになる!!	2/13 6 初心者のための包丁研ぎ講座 12 着物コーディネート & TPO 12 かんたん半えり付術 14 和布で作るうさぎブローチ	2/14 6 初心者のための包丁研ぎ講座 8 ガスコンロ 実はこんなにキレイになる!! 18 ペーパークラフト 羊の親子
2/15 10 ママは美容師	2/16	2/17 9 おいしく減塩 18 Myフォトブックを作ってみよう	2/18 8 ガスコンロ 実はこんなにキレイになる!! 19 楽しみながら賢い子どもに育てよう!	2/19 7 振り込め詐欺の予防 13 リンバマッサージ & かんたんメイク 16 はじめてのハンドウォーマー	2/20 7 振り込め詐欺の予防	2/21 6 初心者のための包丁研ぎ講座 8 ガスコンロ 実はこんなにキレイになる!! 15 どうしてセトモって言うの?
2/22 2 これで親子で ケーキ屋さん 4 楽しいね!作ってみよう 本格的な生豆腐 17 はんこの話あれこれ	2/23 10 ママは美容師	2/24	2/25 16 はじめてのハンドウォーマー 19 楽しみながら賢い子どもに育てよう!	2/26 11 商品の名前つけ方講座	2/27 18 Myフォトブックを作ってみよう	2/28 1 イカを捌いてみなイカ? 18 ペーパークラフト 羊の親子

第3回 中野まちゼミ 得るまちのゼミナール



ゼミの種類はいろいろ



このマークの講座はお子さま連れでもOKな講座です

食ゼミ

生活ゼミ

美的ゼミ

文化ゼミ

教育ゼミ

① イカを捌いてみなイカ?

カクアゲ本店

2月28日(土) 14:00~15:30

イカを料理し、刺身を作りましょう。

- 会場 カクアゲ本店
- 講師 佐藤浩之
- 持ち物 エプロン
- 教材費 500円

TEL 0269-22-5515 定員 5名(5組) 5組
営業 9:00~19:00
中野市中央1-8-6 休 不定休

② これで親子で ケーキ屋さん

(有)バロンミヨシ

2月8日(日)・22日(日) 16:00~18:00

簡単なトリュフ作りと、デコレーションケーキを作ります。

- 会場 (有)バロンミヨシ
- 講師 武田雅治
- 対象 小・中学生の親子
- 持ち物 エプロン・タオル

TEL 0269-22-6737 定員 4組
営業 9:00~19:00
中野市中央1-8-10 休 火曜日

③ ワインを楽しもう

柳長料理店

2月10日(火) 18:30~20:30

ワインは初めての方。味の違いがわからないという方、テイストイングしながらワインを楽しんでいただけます。

- 会場 柳長料理店
- 講師 ワインソムリエ 宮澤利彦さん
- 対象 大人
- 教材費 2,000円(料理付)

TEL 0269-26-3024 定員 10名~15名
営業 11:00~23:00(休憩あり)
中野市中央2-4-6 休 不定休

④ 楽しいね!作ってみよう 本格的な生豆腐

原豆腐園

2月8日(日)・22日(日) 10:00~11:00

家庭で出来る、本格的な豆腐作りの体験と試食。

- 会場 原豆腐園
- 講師 原 猛
- 教材費 100円

TEL 0269-22-4805 定員 5組 10名
営業 9:00~19:00
中野市中央2-6-11 休 日曜日

⑤ 地元の素材を ディスカバリー

(有)山三 和ホーム

2月8日(日) 16:30~18:30

フレンチと地酒のマリアージュ

- 会場 (有)山三 和ホーム
- 講師 フレンチレストラン「ロゼ」オーナー 岸 真一
- 教材費 1,500円(食事付)

TEL 0269-22-5415 定員 10名
営業 8:00~19:00
中野市一本木704-4 休 不定休

⑥ 初心者のための 包丁研ぎ講座

KAGUYA イーストフィールド

2月13日(金) 18:00~19:00
2月14日(土)・21日(土) 11:00~12:00

ご家庭でお使いの包丁をお持ちいただき、実際に包丁研ぎを体験してみませんか。

- 会場 KAGUYA イーストフィールド
- 講師 関 泰二
- 持ち物 普段お使いの包丁(出刃包丁を除く)

TEL 0269-22-2846 定員 4名
営業 9:30~19:00
中野市中央3-2-1 休 不定休

⑦ 振り込め詐欺の予防

長野信用金庫 中野支店

2月19日(木)・20日(金) 14:00~15:00

振り込め詐欺の予防

- 会場 長野信用金庫 中野支店
- 講師 山口徳一
- 対象 高齢者

TEL 0269-22-4151 定員 10名
営業 9:00~15:00
中野市中央1-6-15 休 土曜・日曜・祝日

⑧ ガスコンロ 実はこんなにキレイになる!!

山久プロパン(株) 中野店

2月12日(木)・18日(水) 13:30~14:30
2月14日(土)・21日(土) 10:30~11:30

コンロのお掃除が苦手な方必見です。とっても簡単にできる魚焼きグリルのお手入れや、コンロ天板の汚れ落としを紹介します。

- 会場 山久プロパン(株)中野店
- 講師 土屋教道、小林 満
- 対象 コンロの掃除でお困りの方
- 持ち物 汚れても良い服装

TEL 0269-22-2601 定員 5名
※申込み時 要確認
営業 8:20~17:20
中野市中央4-3-5 休 日曜・祝日

⑨ おいしく減塩

お食事処 しんしゅう

2月17日(火) 14:30~15:30

健康づくりを応援します。食材や調理法をお話します。

- 会場 お食事処 しんしゅう
- 講師 山崎博史
- 対象 特に50歳以上の方

TEL 0269-26-6672 定員 5名
営業 11:30~14:00、17:00~21:00
中野市中央4-2-32 休 日曜日

⑩ ママは美容師

ビューティーサロン タム

2月9日(月)・15日(日)・23日(日) 10:00~12:00

美容室へは連れて行きにくい子供のカットの仕方教えます。

- 会場 ビューティーサロン タム
- 講師 田村豊美
- 対象 親子(またはおじいちゃん、おばあちゃんとお孫さん)
- 持ち物 カット用品(ハサミ、クシ、クロス他)

TEL 0269-26-0712 定員 2組
営業 8:30~17:00
中野市大字吉田756-14 休 月曜日、第3日曜日

⑪ 商品の名前のつけ方講座

NPO法人長野県ビジネス支援研究所

小林国際特許商標事務所

2月26日(木) 13:30~15:00

インターネットで商品を販売したい人など、商品の名前のつけ方に関するアイデアについてお話しします。

- 会場 市民会館 45号会議室
- 講師 小林庸悟
- 対象 40歳代~団塊世代の女性
- 教材費 500円

TEL 0269-22-6636 定員 10名
営業 9:00~17:00
中野市中野2413 休 土曜・日曜・祝日

⑫ 着物コーディネート&TPO

(有)菊一屋本店

2月1日(日)・9日(月)・13日(金) 11:00~12:30

着物は持っているけど、組合せがよく分からない方。人からもったり、おばあちゃんからもらった着物があつたが、いつ着たら良いか分からない方。

- 会場 (有)菊一屋本店
- 講師 着物コンサルタント 吉見実里・池田尚子

TEL 0269-22-2017 定員 4名
営業 10:00~18:30
中野市中央3-3-18 休 第1・3火曜日

かんたん半えり付術

(有)菊一屋本店

2月1日(日)・9日(月)・13日(金) 11:00~12:30

きもの屋さん直伝の、かんたん半衿付の練習

- 会場 (有)菊一屋本店
- 講師 着物コンサルタント 樋口和子
- 持ち物 長襦袢・半衿・裁縫道具

TEL 0269-22-2017 定員 4名
営業 10:00~18:30
中野市中央3-3-18 休 第1・3火曜日

⑬ リンパマッサージ&かんたんメイク

サンダースすずらん

2月2日(月)・7日(土)・11日(水)・19日(木)

①10:30~12:00 ②13:30~15:00 ③16:00~17:30
1日3講座

リンパマッサージを行ったり、メイクのコツを教えます。楽しく一緒にキレイになりませんか。

- 会場 サンダースすずらん
- 講師 町田美佐子
- 持ち物 タオル2枚、ターバン
- 教材費 300円

TEL 0269-22-7370 定員 3名
営業 10:00~18:00
中野市大字江部775-33 休 日曜・祝日

⑭ 和布で作るうさぎブローチ

MIND DANCE

2月13日(金) 10:00~12:00

着物の布で、かわいいブローチを作ります。

- 会場 MIND DANCE
- 講師 小田切和美
- 対象 40歳代~団塊世代の女性
- 教材費 500円

TEL 0269-26-0324 定員 5名
営業 10:00~18:30
中野市中央3-3-31 休 日曜日

⑮ どうして セトモノって言うの?

しばや陶苑

2月21日(土) 14:00~15:30

セトモノって以外と古くからある商売らしい。和食文化を伝える食器の役割など...

- 会場 しばや陶苑
- 講師 伊鐘清

TEL 0269-22-2283 定員 5名
営業 9:00~19:00
中野市中央2(東横通り) 休 不定休

⑯ はじめての ハンドウォーマー

ベル・タカギ

2月5日(木)・19日(木) 13:30~15:00
2月11日(水)・25日(水) 10:00~11:30

暖かくて指先がきくハンドウォーマー。鎖編みや長編みを使って簡単に作れます。

- 会場 ベル・タカギ
- 講師 山田正子
- 持ち物 かぎ針7号、とじ針
- 教材費 300円

TEL 0269-22-3787 定員 6名
営業 9:30~18:30
中野市中央2-2-3 休 第2日曜日

⑰ はんこの話あれこれ

(有)竹内製印社

2月7日(土)・22日(日) 14:00~16:00

はんこの押し方や手入れ、保管のことなど、大切なはんこのこと、いろいろお伝えします。

- 会場 (有)竹内製印社
- 講師 原山久美子

TEL 0269-22-5505 定員 3名
営業 9:30~18:30
中野市中央2-1-36 休 日曜・祝日

⑱ Myフォトブックを作ってみよう

北信ローカル

2月17日(火)・27日(金) 13:30~15:30

パソコンを使ってオリジナルのフォトブックを作成。ついでにスマホでも見られちゃう?

- 会場 株北信エルシーネット2F
- 講師 渡辺 純珠
- 教材費 300円
- 対象 簡単なパソコン操作可能な方

TEL 0269-22-4101 定員 5名
営業 8:30~17:30
中野市三好町1-3-6 休 土曜・日曜・祝日

ペーパークラフト 羊の親子

北信ローカル

2月14日(土)・28日(土) 10:00~11:30

羊の親子を作ってみよう。ここでしか作れないこのサイズ!

- 会場 株北信エルシーネット2F
- 講師 渡辺 純珠
- 教材費 300円
- 対象 大人の方向性なら幼児からOK

TEL 0269-22-4101 定員 6名
営業 8:30~17:30
中野市三好町1-3-6 休 土曜・日曜・祝日

⑲ 楽しみながら 賢い子どもに育てよう!

(有)信濃植産種苗

2月11日(水)・18日(水)・25日(水)

10:30~12:00

0歳から幼児まで楽しくカラフルなカードを見たり、絵本を読んだりします。一緒に遊みましょう。

- 会場 (有)信濃植産種苗
- 講師 池田恵美
- 対象 0~3歳児をもつ お母様お父様

TEL 0269-22-2221 定員 3組
営業 10:00~17:30
中野市中央1-7-6 休 日曜・祝日

⑳ ゲロゲロカエルで 「音のふしぎ」を体験

信学会ゼミナール中野校

2月7日(土) 10:00~11:30

親子でご参加ください

あるものを使って音色の高低の仕組みまで理解できる簡単な工作をします。あるものとは?当日のお楽しみ!

- 会場 信学会ゼミナール中野校
- 講師 小林裕之、太田智子、浜口崇史
- 対象 小学生とその保護者
- 持ち物 はさみ、のり、筆記用具(色鉛筆)
- 教材費 300円

TEL 0269-26-1855 定員 30名(15組)
営業 13:30~19:00
中野市中野1601 休 日曜・月曜日