

01 美しい姿勢と健康は骨盤から

骨盤が歪むと、肩こり・腰痛・ヒザなど様々な症状が起こることも。参加者全員に骨盤チェック&セルフケア。

11/6(月) 10:00~11:30
11/7(火) 19:00~20:00
11/15(水) 13:30~15:00
11/26(日) 13:30~15:00
11/30(木) 13:30~15:00
12/2(土) 10:00~11:30
12/8(金) 10:00~11:30

会場:カイロプラティック康世徳病院 定員:3名又は2組
受講料:無料 講師:高田 康世
持ち物:タオル、施術できる服装

カイロプラティック康世徳病院 受付電話 0956-72-3395
志佐町里免322-1 受付時間 10:00~18:00
定休日:第1・第3・第5日曜日

02 むくみスッキリ☆リンパドレナージュ体験

リンパ液の流れを活性化し、老廃物を排出するリンパドレナージュ。自分でできる簡単なマッサージを教えます。その後実際にリンパドレナージュを体験していただきます。

毎週月・火・水
10:00~17:00受付
(1時間程度)

会場:greedy girl 定員:1日5名
掛断費:1,000円 講師:高阪 葉月
教材内容:材料一式

greedy girl 受付電話 0956-59-7216
志佐町里免373-4(ジョイフル横) 受付時間 10:00~17:00
定休日:不定休

03 自分だけの♡パワーストーンブレスレット作り

たくさんの天然石の中から、お好きな物を選んで自分だけのパワーストーンブレスレットを作りましょう。金運♡恋愛運♡健康運アップ

11/18(土) 10:30~12:00
11/18(土) 13:30~15:00
11/20(月) 10:30~12:00
11/20(月) 13:30~15:00

会場:greedy girl 定員:5名
掛断費:1,500円 講師:本田 有希
教材内容:天然石他材料代

雑貨屋 komorebi 受付電話 0956-76-7418
志佐町里免160-4 受付時間 10:00~16:00
定休日:日曜・祝日

04 誰にでもできる整体技術入門

覚えてみませんか?ご家族や友人にすぐ使える簡単で安全な技術です。肩こり・腰痛の方などたでもでき、歪みの検査方法も学べます。

11/12(日) 14:00~15:30
11/23(祝) 14:00~15:30

会場:カイロプラティック康世徳病院 定員:2組
受講料:無料 講師:高田 康世
持ち物:タオル、施術できる服装

カイロプラティック康世徳病院 受付電話 0956-72-3395
志佐町里免322-1 受付時間 10:00~18:00
定休日:第1・第3・第5日曜日

05 ジェルネイル体験(アート2本付)

ジェルネイルをされたことのない方!ぜひご体験下さい。今回は破格のお値段なので、100色以上あるカラーもしくはラメを1色のお選びいただけます。アートを2本お付けします。

11/6(月)~12/10(月)
10:00~16:00受付

会場:greedy girl 定員:1日4名
対象:女性 講師:熊本志穂美
掛断費:2,000円
教材内容:材料一式

greedy girl 受付電話 0956-59-7216
志佐町里免373-4(ジョイフル横) 受付時間 10:00~17:00
定休日:不定休

06 リンパマッサージは痛くない♪

「リンパマッサージは痛い」と誤解していませんか?「ホストストーン」を使った体に優しく痛くないリンパマッサージを体験しませんか?骨盤の歪みチェック付きですよ!

11/8(水) 10:00~11:30
11/23(祝) 10:00~11:30
12/9(土) 13:00~14:30

会場:カイロプラティック康世徳病院 定員:3名又は2組
対象:女性限定 講師:高田さおり
受講料:無料
持ち物:施術できる服装

カイロプラティック康世徳病院 受付電話 0956-72-3395
志佐町里免322-1 受付時間 10:00~18:00
定休日:第1・第3・第5日曜日

07 子供の化粧まわし(名前旗)作り

餅踏みや子泣き相撲で使える化粧まわしを作ってみませんか?節句にも名前旗として活用できますよ!

11/13(月) 10:00~11:30
11/18(土) 10:00~11:30
11/18(土) 14:00~15:30

会場:古賀家具店 定員:4名
掛断費:1,500円 講師:古賀佳寿子
教材内容:材料代

古賀家具店 受付電話 090-8416-0117
志佐町浦免1797 受付時間 13:00~17:00
定休日:第2日曜日

08 ベシャメルソース

ベシャメルソースからクリームコロッケやグラタンなど基本的な事を教えます。

11/7(火) 10:00~12:00

会場:小料理屋 一期一会 定員:5名
持ち物:メモ帳、ペン 講師:古賀 巧奈
教材内容:食べ物持ち帰り

小料理屋 一期一会 受付電話 0956-72-3005
志佐町浦免1337-2 受付時間 15:00~23:00
定休日:日曜日

09 ふわふわロールケーキの作り方

ロールケーキの作り方を見て!!体験して!!コツを学び!!食べて!!幸せになれるゼミです!

11/7(火) 14:00~15:30
11/14(火) 14:00~15:30
12/2(土) 14:00~15:30
12/10(日) 14:00~15:30

会場:お菓子のちあん 定員:3名
持ち物:エプロン、帽子 講師:千北 慎一
受講料:400円
教材内容:ケーキの材料

お菓子のちあん 受付電話 0956-59-7867
志佐町里免335 受付時間 10:00~19:00
定休日:第3火曜日

10 冬野菜をおいしく食べよう

カラフル大根、カラフル白菜が回り始めました。「赤い大根ってどうやって使うの?紫白菜は?」のギモンにお答えします。簡単料理の後は皆でランチ。

11/21(火) 10:30~12:30
11/25(土) 10:30~12:30

会場:松尾農園・Matsuo Nouen+coffee 定員:5名
掛断費:500円 講師:松尾員由美
教材内容:ランチ、とり肉のソテー、サラダなど

松尾農園・Matsuo Nouen+coffee 受付電話 0956-72-0267
志佐町浦免1252 受付時間 13:00~18:00
定休日:松尾農園・不定休 coffee・水曜日

11 旬の和菓子をを作って食べる① けいらん編

旬の和菓子の仕上げを体験してもらい、できたてを食べていただくゼミです。今回は「けいらん」を作ります。

11/8(水) 10:30~11:45
11/26(日) 10:30~11:45
12/9(土) 10:30~11:45

会場:岩元製菓舗 定員:4名または2組
持ち物:エプロン、三角巾(バンダナ) 講師:岩元 啓晃
掛断費:300円

岩元製菓舗 受付電話 0956-72-0331
志佐町浦免1276 受付時間 8:30~19:30
定休日:なし

12 旬の和菓子をを作って食べる② 上用万十編

旬の和菓子の仕上げを体験してもらい、できたてを食べていただくゼミです。今回は「上用万十」を作ります。※上用万十は、山芋を使ったお万十です。

11/15(水) 10:30~11:45
12/2(土) 10:30~11:45
12/10(日) 10:30~11:45

会場:岩元製菓舗 定員:4名または2組
持ち物:エプロン、三角巾(バンダナ) 講師:岩元 啓晃
掛断費:300円

岩元製菓舗 受付電話 0956-72-0331
志佐町浦免1276 受付時間 8:30~19:30
定休日:なし

13 デニムヘアアクセサリーを作ってみよう♪

デニムにベイントをして、好きなパーツをつけて自分だけのオリジナルヘアアクセサリーを作りますか?ご希望の方には簡単なヘアアレンジも教えます。

11/8(水) 10:00~11:00
11/14(火) 10:00~14:00
12/2(土) 10:00~11:00
12/2(土) 13:00~14:00

上記以外の日程、相談可

会場:greedy girl 定員:5名
材料:女性 講師:熊本志穂美
掛断費:1,000円
教材内容:材料一式

greedy girl 受付電話 0956-59-7216
志佐町里免373-4(ジョイフル横) 受付時間 10:00~17:00
定休日:不定休

14 家電の選び方 使い方講座

沢山の種類がある家電の中から選ぶのは、大変ですよ。お客様の環境に応じた選び方や使い方を分かりやすくアドバイスします。

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

会場:エディオン ナガタ電器 定員:5名
受講料:無料 講師:永田 浩

エディオン ナガタ電器 受付電話 090-7822-1339
志佐町浦免1740-2 受付時間 9:00~20:00
定休日:日曜日

15 はじめての万年筆

万年筆についてお話をします。パイロット万年筆(カクノ)を使って万年筆の使い方を体験してもらいます。

11/11(土) 14:00~14:50
11/18(土) 14:00~14:50
11/23(木) 14:00~14:50
11/25(土) 14:00~14:50
12/2(土) 14:00~14:50

会場:文具センターやまもと 定員:4名
対象:18歳以上 講師:山本 浩史
受講料:無料

文具センターやまもと 受付電話 0956-72-0523
志佐町浦免1198 受付時間 9:00~19:00
定休日:不定休

16 得する旅行の計画

パンフレットの見方(得する上手な計画の立て方)

11/11(土) 10:00~11:00
11/25(土) 10:00~11:00
12/9(土) 10:00~11:00

会場:関西九州ツーリスト 定員:4名または2組
松浦旅行サービス支店 講師:鶴 文子
受講料:無料

関西九州ツーリスト 松浦旅行サービス支店 受付電話 0956-72-3377
志佐町里免384番地1 受付時間 10:00~18:00
定休日:土・日曜日・祭日

17 わかりやすい「相続」のお話

相続に関する知っておきたい基礎知識と、知って得する相続・遺言の話をしてします。

11/14(火)
14:00~15:00

会場:株十八銀行 松浦支店 定員:10名
受講料:無料 講師:若下 雅広

株十八銀行 松浦支店 受付電話 0956-72-4118
志佐町浦免1489-1 受付時間 9:00~15:00
定休日:土・日・祝日

18 美味しいお茶の淹れ方教室

お茶は毎日飲む?いろいろなお茶の美味しい淹れ方と魅力を茶師井手が伝えます。是非この機会をご利用下さい。

11/8(水) 13:30~14:30
11/15(水) 13:30~14:30

会場:南法知園 定員:4名
受講料:無料 講師:井手 慎悟

南法知園 受付電話 0956-72-2296
志佐町浦免1665 受付時間 9:30~18:30
定休日:不定休

19 健全資産100年計画

マイナス金利、消費税増税・インフレetc...最近よく耳にするワードをわかりやすく説明し、これからの健全な資産作りについてお話をします。

11/8(水) 15:30~16:30
11/16(木) 15:30~16:30
12/7(木) 15:30~16:30

会場:株親和銀行 松浦支店 定員:5名
受講料:無料 講師:鎌田 彰平

株親和銀行 松浦支店 受付電話 0956-72-0131
志佐町里免342-1 受付時間 9:00~17:00
定休日:土・日・祝日

20 自分で作るオリジナルのランタン

自分だけのオリジナルのランタンを作ってみませんか?ジェルを使ったやわらかい光がまさに幻想的!

11/11(土) 10:30~11:45
12/9(土) 10:30~11:45

会場:森川司法書士事務所 定員:4名
掛断費:2,000円 講師:森川 裕子
教材内容:材料費
持ち物:持ち帰り用紙袋など

森川司法書士事務所 受付電話 080-5285-0999
志佐町浦免892-10 受付時間 12:00~20:00
定休日:土・日・祝日

21 仮想通貨を学ぼう

仮想通貨の仕組みやメリット、デメリットを学び利便性が高く安定し、世界中で利用できる次世代通貨を考えます。

11/28(火) 14:30~15:30
12/5(火) 18:00~19:00

会場:川本屋 定員:5名
受講料:無料 講師:川本 純也

川本屋 受付電話 0956-72-0512
志佐町浦免1733 受付時間 9:00~18:00
定休日:不定休

22 初めての武術太極拳

太極拳は、年齢、性別関係なく、身体の動作軸なくとも脳もトレーニングでき、健康の維持ができます。簡単な体験を行います。

11/8(水) 11:00~12:00
11/22(水) 11:00~12:00
11/29(水) 11:00~12:00

会場:松浦中央公民館 定員:5名
持ち物:運動ができる服装、靴
受講料:無料 講師:西島 礼子

太極拳 こぶしの会 受付電話 0956-72-0287
活動場所 松浦中央公民館 受付時間 11:00~12:00

23 空手道入門・からだを動かそう!!

2020年東京オリンピックの正式種目となった空手道!空手に必要な動きの要素を楽しみながら体験します。走る!ジャンプする!前転!そして、突き!蹴り!

11/9(木) 18:30~19:30
11/16(木) 18:30~19:30

会場:松浦市立武道館(文化会館) 定員:5名
対象:小学生 講師:大宅 貴光
受講料:無料
服装:ジャージ等動きやすい服装

日本空手道朋会会拳城館 受付電話 090-7387-8369(大宅)
松浦支部 受付時間 9:00~17:00

新発見!!

町ゼミに参加してみませんか?