

1 気持ちよく眠るための快眠体験講座

開催日 1月20日(水)・27日(水)・31日(日) 13:30～14:30

枕やマットレスの体験快眠のための
寝具選びについて質疑応答



- 講師:岸 穂
- 定員:3名
- 対象:35～65歳女性睡眠に関心の高い方

会場 快眠具まるとみ 12月22日(火) 10:00～17:00
TEL 046-253-2809

2 自分の肌を知る！輝く大人のスキンケア講座

開催日 1月7日(木)・13日(水)・18日(月)・2月1日(月)・3日(水) 14:00～15:00

スキンケアの基礎から学ぼう！
お肌のチェックで自分の肌を知り、
うるおいと輝きを引き出すスキンケア講座



- 講師:鎌田 美菜子/髙平 寛子
- 定員:2名または1組
- 対象:18歳以上女性
- 材料費:500円(ローションマスク代)

会場 ユアセイidou マツムラ 12月22日(火) 10:00～19:00
TEL 046-254-3533

3 私に合った“眉の描き方”で気分もアップ♪

開催日 1月8日(金)・15日(金)・22日(金)・2月4日(木) 14:00～15:00
1月16日(土) 10:30～11:30 15:00～16:00 1月23日(土) 10:30～11:30

「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/髙平 寛子
- 定員:3名または2組
- 対象:女性

会場 ユアセイidou マツムラ 12月22日(火) 10:00～19:00
TEL 046-254-3533

19 一緒にとんぼ玉を作ってみませんか？

開催日 毎週火・木・土・日曜日 10:00～12:00 14:00～16:00

入り奥く奥が深いきれいな手芸です。
手先を使い自分で模様を考え夢中になれる
ので、脳が活性化し心がほぐれます。
作品は生涯残るあなたの宝物に



- 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(材料費)

会場 ガラス工芸 山路 12月22日(火) 10:00～16:00
TEL 080-6713-7451

20 ワイン有資格店主が行う初級ワイン講座

開催日 1月10日(日) 10:30～11:30 1月10日(日) 13:00～14:00
1月14日(木) 19:00～20:00

日本ソムリエ協会主催のワイン検定で
講師経験がある店主が行う初級講座。
複数ブランドの比較試飲ありです。
料理に合わせたワイン選びのご参考に。



- 講師:石川 雅秀 ●定員:3名
- 対象:20歳以上車・バイク等の運転でのご来店はできません
- 持ち物:筆記用具
- 材料費:1000円(材料費)

会場 ミートプラザ肉の石川 12月22日(火) 9:00～19:00
TEL 046-251-4129

21 生ビールの取り扱い 他

開催日 1月16日(土)・23日(土) 13:00～14:00

生ビール及び生樽・ガスの取り扱い
酒類全般について！



- 講師:橋本 富士雄
- 定員:5名
- 対象:20歳以上

会場 酒のウエキ 1月9日(土) 9:00～16:00
TEL 046-254-7200

4 癒し・健康・美容 嵐のように吹き出る汗体験

開催日 1月8日(金) 11:00～12:30
1月15日(金)・29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)
ミネラルをとることの大切さ(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/山之口 裕子
- 定員:3名
- 対象:20歳以上女性 ●持ち物:タオル
- 材料費:500円(作務衣、水着水、テキスト代)

会場 嵐の湯座間店 12月22日(火) 10:00～20:30
TEL 046-257-4114

5 美容鍼でむくみ改善！美肌リフトアップ体験

開催日 1月13日(水)・18日(月)・20日(水)・25日(月)・27日(水) 11:00～12:00
1月16日(土)・23日(土)・30日(土) 14:00～15:00
1月12日(火)・19日(火)・26日(火) 15:00～16:00

むくみやほろりい線でお悩みの方！
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:3名

会場 さがみが丘整骨院 12月22日(火) 8:00～20:00
TEL 042-812-8824

6 未病を癒す、若い、きれいな、元気、美顔セラピー他

開催日 1月9日(土)・23日(土) 10:00～11:30
1月16日(土)・30日(土) 13:00～14:30

美顔、ハンドセラピーを
ツボを教えながら自分たちでやってみ
ましょう！



- 講師:菊池 節子
- 定員:3～5名

会場 森ノイ・エイビイ絡サロソ菊池(カシマラフ) 12月22日(火) 9:30～17:00
TEL 090-2765-0427

22 ひまわり焼酎の出来るまで

開催日 1月20日(水) 10:00～11:00

座間市の特産品にも登録されているひまわり
焼酎ができるまでを詳しくお話しします！



- 講師:永井 勝利
- 定員:5名
- 対象:20歳以上

会場 永井商店 12月22日(火) 9:00～21:00
TEL 046-254-3674

23 豊職人が教える、量の疑問解決講座・入門編

開催日 1月8日(金) 14:00～15:00
1月23日(土)・2月2日(火) 10:30～11:30

日頃、気になる量のお手入れ、交換時期
品質など量についての気になるを
解決する講座。
受講者による質問にお答えします。



- 講師:大矢 新一郎
- 定員:3名または2組
- 対象:全年齢

会場 大矢製畳株式会社 12月22日(火) 9:00～17:00
TEL 046-251-0032

24 ペットと長〜く暮らすためのアドバイス!!

開催日 1月16日(土)・23日(土)・30日(土) 13:30～14:30

家族の一員のペット達の健康を守り、
1日でも長く一緒に暮らしていく為の
生活環境と食事・体のケア等についての
アドバイス。



- 講師:瀧野 裕美
- 定員:5名

会場 SUNRICH LEMON 12月22日(火) 11:00～18:00
TEL 046-259-3516

7 コロナ太り解消。自宅で簡単にできる運動

開催日 1月9日(土) 13:00～14:30 1月10日(日) 12:00～13:30
1月18日(月)・23日(土) 11:00～12:30

コロナ太り・運動不足解消に効果的
今からでも間に合う健康維持に
皆さんも参加しませんか？



- 講師:櫻井 隆人/武田 剛輝/青木 彩夏
- 定員:5名
- 対象:全年齢OK
- 持ち物:動ける服・シューズ
(無くて大丈夫です)・健康に必要な気持

会場 CLOVER Conditioning Studio 1月4日(月) 10:00～18:00
TEL 042-866-7835

8 小顔リンパマッサージと姿勢改善ダイエット

開催日 1月7日(木)・1月13日(水) 13:00～14:00
1月18日(月)・1月26日(火) 10:00～11:00

姿勢が悪いとおなかと顔がたるむ?!
リンパを流して小顔になる方法と、
姿勢を改善してダイエットを成功させる
方法をお伝えします。



- 講師:大志 ゆき子
- 定員:3名
- 対象:20歳以上の女性

会場 小顔矯正&ロミロミ ライナ 12月22日(火) 9:00～20:00
TEL 0120-546-957

9 自分のお肌を知ってキレイになりませんか?

開催日 1月16日(土)・30日(土) 14:00～15:00

最先端技術を使った肌分析を体験
肌の強み、弱み、未来の肌の可能性を知っ
ていつまでも若々しくキレイでいませんか




- 講師:須田/落合/田中/石原
- 定員:4名
- 対象:20歳以上の女性

会場 POLA 相武台前 Lokahi 12月22日(火) 10:00～17:00(平日)
TEL 046-240-0462

25 どきどき安全装置体験会

開催日 1月9日(土)・16日(土)・23日(土) 11:00～12:00 15:00～16:00

自動ブレーキの安全性を体験していただき、
交通安全の理解を深める



- 講師:清水 康夫
- 定員:3組
- 対象:運転免許証をお持ちの方

会場 ネットコト神奈川 座間広野台店 12月23日(水) 10:00～19:00
TEL 046-254-3111

26 GoTo イート スマホではじめよう!

開催日 1月10日(日)・11日(月)・17日(日) 10:30～12:00
※新型コロナウイルスの状況や制度の見直しで中止になる可能性があります。

かながわGoTo イートやりたけれど登録方
法がわからない、使い方が分からないなど
疑問に答える講座です。



- 講師:石井 雄作
- 定員:3名
- 対象:GoToイート初めての方
- 持ち物:ご自身のスマートフォン

会場 au ショップ座間 12月22日(火) 10:00～20:00
TEL 046-298-5515

27 簡単なアクセサリーとジュエリーの見分け方

開催日 1月24日(日)・27日(水) 10:30～12:00

パールネックレスやチェーン等が本物のな
かとお困りの方に簡単な見分け方講座です。
またそれ以外の宝飾品の口舌鑑別もします
のでお待ちください。



- 講師:関口 史子
- 定員:3名
- 対象:40歳以上の男女
- 持ち物:鑑別されたジュエリーアクセサリー

会場 カバサワ宝石貴金属 12月22日(火) 10:30～12:00
TEL 042-702-9688

10 香・味全部楽しみ。10歳で作れるプロ味ー汁

開催日 1月11日(月) 11:00～12:30
1月18日(月)・25日(月) 11:00～12:30

各人の味噌との関係とフリエートク
味噌の香り、味見特技及び解説
長寿国日本、味噌は機能食品その効能
10歳からできるプロの味、実演



- 講師:高橋 敏之
- 定員:3名または3組
- 対象:1月11日の10歳以上の親子
小学生無料配布予定

会場 全国の味噌「まさきや」 12月22日(火) 11:00～18:00
TEL 042-767-5350

11 可愛い、易しい、嬉しい押し絵作品作り

開催日 1月16日(土)・30日(土) 10:00～11:30

季節を感じる事ができる押し絵の作品を
作ります。親子一緒に作成することも可能
です。参加者のみなさんとうきあひめ
楽しいひとときをお楽しみ下さい。



- 講師:石黒 宏昭
- 定員:8名
- 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 12月22日(火) 9:30～16:30
TEL 046-298-5010

12 初心者限定、アイシングクッキー教室

開催日 1月14日(木)・21日(木)・28日(木)・2月4日(木) 14:00～15:00

アイシングクッキーの作り方と1人に2枚
つつアイシングクッキーを仕上げていた
だきます。



- 講師:早見 智浩 ●定員:4名
- 対象:お店が狭いのでお子さんはごめんなさい。
- 持ち物:タッパー(15cm角くらい) 筆記用具
- 材料費:200円(クッキー土、アイシング用粉書代)

会場 おかし工房 ひばりカフェ 12月26日(土) 12:00～19:00
TEL 046-207-6704

28 貯蓄女子! 楽しく学ぶ「夢を叶える資金づくり」

開催日 1月5日(火) 10:00～11:30 1月8日(金) 18:30～20:00
1月11日(月) 13:00～14:30

老後の年金2,000万円問題やお子様の教育
資金・夢のマイホーム計画・旅行のための
貯金など、皆さんの目標を楽しく叶えるお
手伝いをします!



- 講師:村越 加奈子
- 定員:来店時5名(リモートは100名まで)
- 対象:女性
- 持ち物:なし(筆記用具はこちらで準備します)
- ※WEB参加の方には申込時に参加方法をお知らせいたします。

会場 株バリュウ・エージェント 12月22日(火) 9:30～17:00
TEL 046-259-1666

29 1万円からはじめる積立投資

開催日 1月8日(金) 11:00～12:00
1月14日(木) 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:井戸 麻南/田中 道子
- 定員:3名

会場 平塚信用金庫座間支店 12月22日(火) 9:00～15:00
TEL 046-254-6111

30 作ってみよう! ライフプランニング!

開催日 1月12日(火)・20日(水)・28日(木) 13:00～14:00

ライフプランニングと呼ばれる人生設計を
自分で作ってみよう!!表やシールを使っ
て、自分の家族や将来について明確に
してスッキリしよう。



- 講師:加美 公孝
- 定員:5名または2組
- 対象:40歳以上の男女
- 持ち物:前向きな気持ち

会場 サクシードプランニング 12月22日(火) 9:00～18:00
TEL 090-4630-4022

13 季節の和菓子を作ってみませんか

開催日 1月24日(日)・31日(日) 14:00～15:00

おいしいお菓子作りを学びながら
季節の練り切りを作ってみませんか?



- 講師:加藤 正司
- 定員:4名
- 対象:どなたでも
- 持ち物:エプロン・手拭き用のタオル

会場 菊芳堂 12月23日(水) 9:00～17:00
TEL 046-251-0139

14 コーヒーの淹れ方・ペーパードリッパの基本

開催日 1月25日(月) 14:00～15:00

コーヒーを入れるのはとても簡単なこと
です。間違いないおいしい淹れられるペー
パードリッパの基本的な知識をお伝えす
るとともに、実習を通して技術も身に
つけていただきます。



- 講師:大森 博
- 定員:2名
- 持ち物:筆記用具
- 材料費:600円(コーヒー代)

会場 コーヒーノート 12月22日(火) 11:00～20:00
TEL 046-254-2282

15 塩麹をつかった簡単お惣菜の作り方

開催日 1月24日(日)・31日(日) 15:00～16:00

塩麹の作り方と塩麹を使用した簡単ナム
ルの作り方をご説明します。ポカラ人
気商品の塩麹ナムルを使用したピンパ
ン料をお土産にさせていただきます。



- 講師:村井 千穂
- 定員:5名

会場 相武台駅前弁当ポカラ 12月22日(火) 14:00～19:00
TEL 046-404-7250

31 わんちゃんねこちゃんのための簡単手作りご飯のお話

開催日 1月7日(木)・21日(木)・2月4日(木) 14:00～15:00

人間同様、わんちゃんねこちゃんも
食べるものが体を作ります。大切な
家族であるペットが健康に長生きでき
たいです。手作りご飯は決して難しく
ありません。この講座では、簡単にご
飯を作るコツをお話しします!



- 講師:鍋木 直子
- 定員:3名
- 持ち物:ペットたちへの愛情

会場 有限会社 TSS 12月22日(火) 9:00～18:00
TEL 046-251-0814

32 魅力的な自分になる 声のお話

開催日 1月14日(木)・28日(木) 14:00～15:00

自分の声は好きですか?人前で話すこと、
歌うことに自信がありますか?心が
変われば、脳が変わります。脳が
変われば、声が変わります。もっ
とあなたの魅力を引き出すお話を
させていただきます!



- 講師:鍋木 直子
- 定員:3名
- 持ち物:前向きな気持ち

会場 有限会社 TSS 12月22日(火) 9:00～18:00
TEL 046-251-0814

33 手洗いマイスターによる上手な手洗い講座

開催日 1月14日(木)・21日(木)・28日(木) 14:00～15:00

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



- 講師:内藤 和美(電話対応:今井)
- 定員:6名

会場 座間市商店会連合会 1月5日(火) 10:00～17:00
TEL 046-251-1040

16 ボックスフラワーアレンジを作ろう!

開催日 1月13日(水)・2月3日(水) 13:30～14:30
1月24日(日) 14:00～15:00

ボックスフラワーアレンジを作ろう
お花を色別に染めてみよう(1～4色)
(お花を染めてみよう)



- 講師:片野 一郎
- 定員:3名または2組
- 材料費:1,000円

会場 光鶴園(コウカクエン) 12月22日(火) 10:00～19:30
TEL 046-254-7464

17 親子で一緒にキャラパン・メロンパン作り

開催日 1月10日(日)・16日(土)・24日(日) 15:00～16:30

親子で参加のミニバン教室
お子さまと一緒にメロンパンや
キャラクターパンを作りませんか。




- 講師:三根 和彦 ●定員:2名×3組ほど
- 対象:お子様小学生以上
- 持ち物:キャラクターまたはバンダナ
- 材料費:一組300円

会場 ばん工房 ふくふく 12月22日(火) 10:00～18:00
TEL 046-240-9784

18 燻製はどうやって作るの?

開催日 1月17日(日)・24日(日)・31日(日) 10:30～11:30

燻製って意外と簡単にできるんです!
一緒においしい燻製を作ってみましょう!



- 講師:関山 浩一
- 定員:3名

会場 有限会社 関山食品 1月5日(火) 13:00～17:30
TEL 046-253-5308

34 10歳若返る! おうちで出来るかんたん薬膳

開催日 1月16日(土)・23日(土) 18:30～19:30
1月31日(日) 11:00～12:00

身の廻りにある食材で出来る美容&健康
回復のツボを漢方のエッセンスを交
えてお話しします。手取りしなが
ら一緒に学びませんか?



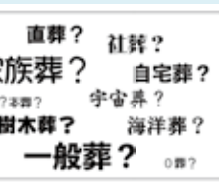
- 講師:稲垣 知子
- 定員:10名
- 対象:20歳以上の方
- 持ち物:筆記用具、マスク着用

会場 光榮堂薬局 12月22日(火) 10:30～19:00
TEL 046-251-0047

35 様々なお葬式形態から自分に合った形を考える

開催日 1月27日(水) 11:00～12:00

家族葬・直葬・密葬など、様々なお葬
式形態がありますが、正しく理解
していますか?大切な故人のお葬
式を一度きりです。事前に学んで
後悔のないお葬式を選ぶように
しましょう。



- 講師:木村 大輔
- 定員:10名
- 対象:20歳以上の方
- 持ち物:筆記用具、マスク着用

会場 座間市民聖苑 12月22日(火) 10:00～17:00
TEL 070-5369-0076

36 スマホで簡単に! 親子YouTube体験

開催日 1月23日(土) 13:00～14:30
1月30日(土) 10:00～11:30

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



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

会場 KAERU ファクトリー 1月12日(火) 10:00～17:00
TEL 0120-198-300