

お店の人が教えてくれる！得する街のゼミナール

開催会場のご案内

※詳細地図は各店へお問い合わせ下さい。

第2回 まちゼミ はむら

開催期間 **2024年10月15日(火)~11月15日(金)**
受講申込受付開始 ▶ **2024年10月7日(月)**

お店の人が講師となって、専門店ならではの専門知識や情報、コツを無料で教えてもらえる、街の中の少人数ゼミナールです。講座を聞いていただくのが目的です。
※講座中の販売や営業活動は一切ありません。お気軽にお申し込み下さい。

受講料無料

お申し込みの手順

- ① 選ぶ** ●このチラシの内容を見て講座をお選びください。
- ② 申込み** ●受けたい講座のお店へ直接電話でお申し込み下さい。
●「まちゼミ申込みです」とお声をかけて下さい。
●受講内容や持ち物、材料費、駐車場などの詳細もお気軽にお問い合わせ下さい。
- ③ 参加する** ●時間、場所をお間違いないようご参加ください。

各講座へお申込みください。

受講申込受付開始 **10月7日(月)**

- 申込みは、各店の受付時間内にお願いします。
- 申込み初日は、電話回線の混雑が予想されます。
- 受講対象者、受講時の持ち物をご確認ください。
- 小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いします。
- お子様連れでのご参加希望の方は、各店舗にお気軽にお問い合わせください。

本事業は、「西武信用金庫地域みらいプロジェクト」を活用したものです。

主催：羽村市商工会 後援：羽村市、(一社)羽村市観光協会
お問合せ先：羽村市商工会 ☎042-555-6211

まちゼミ 第2回 まちゼミ はむら

- きれいな健康
- グルメ
- つくる
- まなぶ
- 親子
- 材料費有
- コラボ
- 赤ちゃんOK

はむら市民と産業のまつり2024において、まちゼミPRブースを設置いたします(商業部会ブース)。まちゼミにご興味のある方は、ブースまでお越しください。

1 国や東京都の補助金を活用した家造り

株式会社浦野建築 小作3-21-6 エミナス東本D 9:00~18:00

国や東京都の補助金を活用した家造り

開催日時 ●10月19日 10:00~11:00 ●10月26日 10:00~11:00
●10月19日 14:00~15:00 ●10月26日 14:00~15:00
●10月20日 10:00~11:00 ●10月27日 10:00~11:00
●10月20日 14:00~15:00 ●10月27日 14:00~15:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:月~金のみ 9:00~17:00 ☎042-555-6997

定休日 日

会場 自店 対象 どなたでも
定員 3組 材料費 無料
持ち物 なし 講師 浦野 健太

2 快適な家造りで大切な4つのポイント

株式会社浦野建築 小作3-21-6 エミナス東本D 9:00~18:00

快適な家造りで大切な4つのポイント(断熱・気密・換気・パッシブ設計)について

開催日時 ●11月4日 10:00~11:00 ●11月9日 10:00~11:00
●11月4日 14:00~15:00 ●11月9日 14:00~15:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:月~金のみ 9:00~17:00 ☎042-555-6997

定休日 日

会場 自店 対象 どなたでも
定員 3組 材料費 無料
持ち物 なし 講師 浦野 健太

3 やってみよう！モンテッソーリ

チュリップ・こどものいえ 五ノ井4-13-10 ワヤビル1F 7:00~20:00

子育てのヒントがモンテッソーリ教育の中にたくさんつまっています！リラックスした空間の中で親子で楽しく過ごしましょう。

開催日時 ●10月16日 10:00~11:00 ●11月13日 10:00~11:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:10:00~16:00 ☎042-554-5635

定休日 日・祝

会場 自店 対象 0才~6才のお子様と保護者
定員 3組 材料費 無料
持ち物 お子様にとって必要なもの(オムツ、飲み物等)
講師 渡邊 智美

4 3曲必ず弾ける！ウクレレ体験レッスン

ホヌレウクレレスクール 友成2-8-10 9:00~18:00

楽器初心者さんでも、簡単に弾くことができるウクレレ♪3つのコードを覚えて、大切な人にサプライズでハッピーバースデーのプレゼント！

開催日時 ●10月16日 11:00~12:00 ●10月29日 14:00~15:00
●10月16日 14:00~15:00 ●11月10日 11:00~12:00
●10月29日 11:00~12:00 ●11月10日 14:00~15:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:11:00~21:00 ☎070-3157-3733

定休日 日・月

会場 自店 対象 どなたでも
定員 5名 材料費 500円(テキスト代)
持ち物 ご自分のペットちゃんのフードのパッケージをお持ちの方はご持参。無料貸出します
講師 南 はる香

7 なっとく！自分で出来る不動産価格の調べ方

株式会社RJK 住め〜るナビ 羽村店 五ノ井1-8-1 10:00~18:00

不動産を買う時、売る時に自分で不動産簡易査定が出来れば後悔しない取引ができるのでは！不動産業界29年、不動産のプロが説明します。

開催日時 ●10月18日 11:00~12:00 ●10月28日 11:00~12:00
●11月10日 11:00~12:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:10:00~18:00 ☎042-578-8631

定休日 火・水

会場 自店 対象 どなたでも
定員 3組 材料費 無料
持ち物 なし
講師 遠藤 広臣

8 子育てお役立ち情報&親子交流

アズバンケットプロデュース 小平市小川東町1821-37 24時間営業

乳幼児を育児中のママさんたちへのお役立ち情報と、親子交流会です

開催日時 ●10月19日 14:00~16:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:24時間 LINE

定休日 なし

会場 羽村市産業福祉センター(緑ヶ丘2-11-1)
対象 乳幼児を育児中の方 定員 5組
材料費 無料 持ち物 なし
講師 町田あかり

9 掛軸やミニ屏風を楽しもう！

ギャラリー佐藤×ふすま屋穂穂 羽来3-11-40

和風ギャラリーにて掛軸などの魅力をふすま屋が語ります。オーナー手作りのお菓子とお茶を飲みながら一緒にお話ししましょう。

開催日時 ●10月19日 14:00~15:00 ●11月 9日 14:00~15:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:24時間 info@sato-rental-ks.com

定休日 不定休

会場 ギャラリー佐藤 羽来3-11-40
対象 どなたでも 定員 3名
材料費 なし 持ち物 なし
講師 比留間 三恵

10 愉しく美しい遺影を撮りましょう！

多摩子ヨダN Beauty Studio ハーモニー+フレアアートコミュニティサロン5号 羽村市コミュニティセンター61F

プロのメイク&撮影体験の他「お寺さんで呼ばなきやダメ？」など葬儀質問コーナー開催！夫婦や孫や友人など付き添いの方にシャッターを押していただく「仲良しシャッター」も開催！笑顔写真を撮りましょう！

開催日時 ●10月20日 11:00~12:30 ●10月20日 13:00~14:30 ●10月20日 14:30~16:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:9:00~12:00 ☎090-4428-1467 担当:永井

会場 コミュニティサロン5号
対象 どなたでも
定員 2組 ※付き添いは1組2名まで(撮影・メイク対象はご本人のみです)
材料費 無料
持ち物 被写体ご本人様はできるだけノーメイクで。
講師 福田りか(N Beauty Studio ハーモニー) 塚原貴志(フレアール)

5 廃棄物のプロが教える残置物撤去の費用相談

丸順商事有限会社 富士見2-1-14 8:30~17:00

手がつけられないお部屋の片付けや生前整理でどのくらい費用が掛かるのか？そんなお悩みを地元収集業者のプロがアドバイスします！

開催日時 ●10月21日 11:00~12:00 ●10月25日 13:30~14:30
●10月23日 11:00~12:00 ●11月 4日 13:30~14:30

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:10:00~17:30 ☎042-554-2229

定休日 土・日

会場 自店 対象 どなたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 なし 講師 矢部 要

6 我が子の最適なペットフードを選ぶコツ！

ペットショップ リヤン 緑ヶ丘2-19-1 エスポワール2F 10:00~19:00

ドッグフードってたくさんあってわからない。そんな方に、ドッグフードの基礎をパッケージから見てみましょう。

開催日時 ●10月17日 11:00~12:00 ●10月27日 11:00~12:00
●10月17日 15:00~16:00 ●11月 9日 11:00~12:00

受付 令和6年10月8日~ 受付時間:11:00~12:00 ☎042-578-8981

定休日 月

会場 自店 対象 どなたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 ご自分のペットちゃんのフードのパッケージをお持ちください。
講師 高橋 美由紀

11 10分でAI検索を使いこなそう

株式会社電子制御国際 神明3-33-6 9:00~18:00

巷で流行りのAI検索perplexityを使いこなそう！初心者大歓迎！AIに関するちょっとした相談にもお答えします！

開催日時 ●10月18日 16:00~17:00 ●11月 8日 16:00~17:00
●11月15日 16:00~17:00

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:10:00~18:00 wataru-arai@ecginc.co.jp

定休日 土・日・祝

会場 自店 対象 どなたでも
定員 4名 材料費 無料
持ち物 スマートフォン
講師 荒井

12 ふるさと納税を知ろう！

ほりぐち税理士事務所 柴町1-5-1 9:00~17:00

ふるさと納税のことを知りたい方のための講座です。

開催日時 ●11月 8日 9:30~10:20 ●11月14日 9:30~10:20
●11月 8日 10:50~11:40 ●11月14日 10:50~11:40

受付 令和6年10月15日~ 受付時間:10:00~15:00 ☎042-511-4714

定休日 土・日・祝

会場 羽村市産業福祉センター(緑ヶ丘2-11-1)
対象 どなたでも 定員 8名
材料費 無料 持ち物 筆記用具
講師 税理士 堀口 勝也

13 建設機械に乗ってみよう！

磯村屋重機 小作5-17-3 9:00~17:00

建設現場で働く重機を体験してみよう。

開催日時 ●10月19日 10:00~12:00 ●11月 9日 10:00~12:00
●10月20日 13:30~15:30 ●11月10日 13:30~15:30

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:10:00~16:00(12:00~13:00除く) ☎042-554-0322

定休日 土・日・祝

会場 自店 対象 どなたでも
定員 10名 材料費 無料
持ち物 長袖・長ズボン着用をお願いします
講師 当社スタッフ

14 プロテスト経験者は語る！ゴルフは〇〇

SOUND BODY 神明3-33-9 2F 9:00~18:00

プロテストを経験したパーソナルトレーナーがゴルフに必要な〇〇をウェブサイトアドバイス！スコアUPに向けた有意義な時間に致します！

開催日時 ●10月19日 17:00~17:50 ●10月26日 17:00~17:50
●11月 9日 17:00~17:50

受付 令和6年10月7日~ 受付時間:9:00~18:00 ☎042-578-3130

定休日 不定休

会場 自店 対象 どなたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 スイング動画:運動できる服・室内シューズ・飲み物・タオル
講師 木崎 汰一

15 ママさん集まれ！ 知って得するお金の話

Happy Table 小作台3-18-10(みんなのカフェ メリ・メロ) 10:00~18:00

ママさん必見！ 将来子供に必要なお金や自分の老後の資金、今からできる準備についてお金の疑問をファイナンシャルプランナー有資格者に聞いてみよう！

開催日時 ●10月25日 14:00~18:00
●11月1日 14:00~18:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~17:00
☎080-5025-1181 代表:式地

定休日 土・日・祝

会場 みんなのカフェ メリ・メロ
対象 子育て中の方 定員 6名
材料費 無料 持ち物 筆記用具
講師 ①後藤麻由子(2級ファイナンシャル・プランニング技能士)
②山田敬也(2級ファイナンシャル・プランニング技能士)

17 手に職をつけたい人集まれ！！

カイロ&エステきりん 羽中2-11-54 9:00~17:00

手に職をつけたい、副業したい、転職したい方、一緒にカイロプラクティックを仕事にしませんか？ カイロプラクティックって何？ 仕事にするとどうなるの？ などわかりやすく説明します。子育て中のママ大歓迎。

開催日時 ●10月15日 13:00~14:00 ●11月1日 9:00~10:00
●10月21日 10:30~11:30 ●11月7日 15:00~16:00
●10月24日 16:00~17:00 ●11月13日 12:00~13:00
●10月30日 13:00~14:00

受付 令和6年10月8日~
受付時間:9:00~17:00
☎090-6845-3538

定休日 不定休

会場 自店 対象 なたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 フェイスタオル
講師 加藤さつき

19 実はわたしADHD(発達障害)なんです。

株式会社シンセイ 富士見平2-1-17 9:30~19:00

ADHDなどで悩んでいる方、どこにも相談できず困っているご家族、ご友人、もししたら？ と思っている方気軽に当事者の私に何でも聞いてください！

開催日時 ●10月18日 14:00~15:00
●10月26日 14:00~15:00
●11月12日 10:00~11:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:9:30~19:00
☎042-555-1190

定休日 第2月

会場 自店 対象 なたでも
定員 5名 材料費 無料
持ち物 筆記用具
講師 平沢 賢治

21 市販お灸グッズの安全で効果的な利用法

いにくに鍼灸治療院 五ノ神4-15-11シテプラザはむら404 9:00~17:00

無煙の市販されているお灸を使い、家庭でのセルフケアやご家庭での健康管理に役立てる。寒くなる前から始める冷え性対策。

開催日時 ●10月20日 15:00~16:00
●10月27日 14:00~15:00
●11月10日 10:00~11:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:9:00~18:00
☎042-533-5316

定休日 日・水・木午前

会場 自店 対象 なたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 なし
講師 新国 豊

31 知って得する！ 筋膜による体の整え方！

株式会社滝島商店 羽中1-12-54 10:00~17:00

筋膜というものが身体の不調やコリ、姿勢に大きく関わっています。筋膜施術の体験とお家で簡単にできるセルフケアの方法を学びませんか？

開催日時 ●10月17日 10:00~11:00
●11月7日 10:00~11:00
●11月14日 10:00~11:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~17:00
☎042-554-2239

定休日 日・祝

会場 自店 対象 なたでも
定員 4名 材料費 無料
持ち物 なし
講師 理学療法士 杉森 洋

33 初心者向け、溶接体験コーナー

小島工業株式会社 神明台2-10-10 8:00~18:00

普段、中々触る事の無い溶接機で溶接体験をして、ペーパーウェイトを作ってみませんか？ 楽しくものづくりを体験しましょう！

開催日時 ●10月21日 11:00~12:00
●10月28日 11:00~12:00
●11月11日 11:00~12:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~16:00
☎042-551-3795

定休日 日・祝

会場 自店 対象 なたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 汚れたもの良い服装を被せ下さい
講師 小島 忠、小島 政司

35 意外に簡単！？ アミド張替えDIY教室

ふすま屋瑞穂 双葉町2-19-29 8:00~18:45

自分で張り替えたいと思いつつ始められない方、一緒にやってみませんか？ まずは小さなお部屋から、道具と材料はこちらで用意いたします。

開催日時 ●10月17日 14:00~15:30
●11月6日 10:00~11:30

受付 令和6年10月7日~
受付時間:24時間
LINE

定休日 日・祝

会場 羽村市産業福祉センター2階会議室 (緑ヶ丘2-11-1)

対象 網戸を持参できる方 定員 3組

材料費 ネット・ゴム代
サイズにより1枚当たり500円~1000円 (持参の方は0円)

持ち物 90cmx150cm以内の網戸

講師 比呂崎 三恵

37 IoTに触れてみよう！ LINE通知編！

杉並電機株式会社 緑ヶ丘3-5-12 8:00~18:45

IoTとは、「モノ」とインターネットを繋ぐ技術です。部屋などの扉の開閉がLINEで分かるような安全確認装置を作ります。初心者大歓迎！

開催日時 ●10月19日 9:00~11:00
●11月9日 9:00~11:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:24時間
右下のQRコードからお申し込み下さい

定休日 土・日・祝

会場 自店
対象 小学生高学年以上 (小学生は保護者様とお申し込み下さい)

定員 5名 材料費 1,500円

持ち物 ノートパソコン(chromebook可) スマートフォン

講師 福田 礼彦

16 オーダーメイドの塗装店 お得な塗替えの秘密

はむらの塗装店 リンケーアート 羽中3-11-1 8:00~21:00

完全営業なし！ 総合ハウスクエアのプロがあなただけのお住いの悩みに答えます。リフォーム新聞発行「家を守るおはなし」冊子プレゼント！

開催日時 ●10月23日 10:00~11:00
●11月12日 10:00~11:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~17:00
☎042-513-4315

定休日 日

会場 羽村市産業福祉センター(緑ヶ丘2-11-1)

対象 なたでも 定員 4名

材料費 無料 持ち物 筆記用具

講師 高松 史朗

18 投球の測定またグローブのメンテナンス

フィットネス鍼灸整骨院 すぼると 羽中4-16-2 9:00~19:00

ラプソードを使って投球スピード、ボールの回転を測定してみよう。また、野球のグローブのメンテナンスの仕方を勉強しよう。※野球、ソフトボールを一生懸命している方にオススメです。

開催日時 ●10月26日 14:00~17:00
●11月2日 14:00~17:00
●11月9日 14:00~17:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:9:00~21:00
☎042-578-8356

定休日 日

会場 自店 対象 中学生以上の方

定員 4名 材料費 無料

持ち物 運動できる服装・グローブ

講師 白井 和希

20 知っていると得する車の雑学

株式会社シンセイ 富士見平2-1-17 9:30~19:00

車を綺麗にする方法、維持費を安くする方法、困ったときの対処法などなど、得する雑学何でも教えます！ お気軽にどうぞ！

開催日時 ●10月20日 10:00~11:00
●11月9日 15:00~16:00
●11月13日 18:00~19:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:9:30~19:00
☎042-555-1190

定休日 第2月

会場 自店 対象 なたでも
定員 5名 材料費 無料
持ち物 フェイスタオル
講師 平沢 賢治

22 あなたの姿勢は何点ですか？

カイロ&エステきりん 羽中2-11-54 9:00~17:00

正しい姿勢ってどんな姿勢？ 1人1人に正しい姿勢へのアドバイスを行い、帰る頃には姿勢美人に！

開催日時 ●10月15日 10:00~11:00 ●11月1日 11:00~12:00
●10月21日 13:00~14:00 ●11月7日 13:00~14:00
●10月24日 14:00~15:00 ●11月13日 10:00~11:00
●10月30日 10:00~11:00

受付 令和6年10月8日~
受付時間:9:00~17:00
☎090-6845-3538

定休日 不定休

会場 自店 対象 なたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 フェイスタオル
講師 加藤さつき

32 足膝を守る靴の選び方 靴紐の結び方講座

有限会社池田靴店 五ノ神4-2-3 10:00~21:00

足に合わない靴を履くと体のさまざまな箇所に影響が出ます。自分の靴が合っているか正しく履けて紐が結ばれているか。一緒に靴の点検してみませんか？

開催日時 ●10月15日 14:00~15:00
●10月22日 14:00~15:00
●10月29日 14:00~15:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:15~17:30
☎042-555-5993

定休日 水

会場 自店 対象 なたでも
定員 2名 材料費 無料
持ち物 普段履きなれた靴
講師 池田 隆剛

34 みんなで楽しくボディペイント体験してみよう！

Nail Salon Stella 羽中4-6-41 10:00~21:00

2人1組になって、お互いに好きなアートを書いてみよう◎アクリル絵の具を使って、腕にペイント。誰でも上手に書けます！

開催日時 ●10月20日 10:00~12:00
●10月27日 10:00~12:00
●11月10日 10:00~12:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~16:00
☎080-80-15-4585

定休日 日・祝

会場 自店 対象 なたでも
定員 2組 材料費 無料
持ち物 なし
講師 津川 乃乃

36 本格的ワイヤレスラジオ工作キットを半田付け、組立て完成させます！

ハムショップフレンズ 神明台3-33-78 11:00~17:00

プリント基板に部品を挿入して半田付け、ねじ止めて実用的なラジオを完成させます。

開催日時 ●10月19日 13:00~15:00
●10月26日 13:00~15:00
●11月9日 13:00~15:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:24時間
hamsfrnd@q4.dion.ne.jp

定休日 日 第1・3・5日

会場 自店
対象 小学生以上(一人でサポートします。)

定員 4名 材料費 3,000円(中学生以上2,000円)

持ち物 自分の工具 スリッパ又は上履き 講師 秋吉 勝久

38 お店のバリバリサラダと温度で変わるピザ講座

1/4KARAT ランヂタイム11:30~14:00 ディナータイム18:00~23:00

お店のような新鮮サラダの作り方と、オーブンの温度の違いで変わる簡単ピザ作りを教えます。

開催日時 ●10月21日 11:00~12:00
●10月28日 11:00~12:00
●11月11日 11:00~12:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:13:00~15:00
☎042-579-2347

定休日 水

会場 自店
対象 子育て世代のお母さん、お父さん

定員 6名 材料費 400円 材料費

持ち物 筆記用具、エプロン

講師 安田 英司

23 ~プロが教える~美肌・美白の作り方

M-stock 羽中1-22-2 G oneビル1F 10:00~20:00(最終入店18:30)土日祝は17:00まで

毎日触れる肌のしくみや、今更聞けない正しい洗顔方法やスキンケア、お悩み改善の仕方などをプロが徹底解説！

開催日時 ●10月30日 15:00~16:00 ●11月6日 15:00~16:00
●11月1日 15:00~16:00 ●11月13日 15:00~16:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~17:00
☎070-4445-4665

定休日 日・祝

会場 自店 対象 なたでも
定員 4名 材料費 無料
持ち物 なし
講師 小嶋千尋

25 自分でできる肩の描き方、教えます！

ふあくていおメイクお教室 五ノ神4-6-7三和ビル2階 9:30~18:00

10周年のメイク教室お悩みNo.1層!! なただけのメイク術で自分の理想の肩を描いてみませんか？ 前回のリクエストに応えて講座終了後(質問タイム)あり

開催日時 ●10月22日 10:30~11:30 ●11月9日 10:30~11:30
●10月24日 14:00~15:00 ●11月9日 14:30~15:30

受付 令和6年10月7日~
受付時間:9:00~18:00
☎090-5205-8154

定休日 不定休

会場 自店 対象 なたでも 定員 4名
材料費 1人300円テキスト消耗品代
メイク道具お持ちの方は持参ください。
無の方はお貸しします。

講師 伊東洋子

27 美肌作り 酵素パックお試し講座

株式会社シアレ・ジャパン 緑ヶ丘2-7-41 11:00~17:00

美しい肌を作る為の基本の基。お肌に悩む方への確実なアドバイス。酵素パックを試して、美肌への実感を味わってください。

開催日時 ●10月15日 13:00~15:00 ●10月18日 13:00~15:00
●10月17日 13:00~15:00 ●10月19日 13:00~15:00
全日、時間相談に応じます

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:10~17:00
☎090-8464-7720

定休日 土・日・祝

会場 自店 対象 なたでも
定員 2名 材料費 500円(酵素パックQ10クリーム等)

持ち物 なし
講師 加藤 幸子

29 フィットカラーグループ選び

Beauty Studio ハーモニー 神明台1-21-3 10:00~18:00

老け見えしない、きれいに見える。貴方だけに似合う色味が見つかります。好きだけ似合わない色を似合う色に変える方法もお教えします。

開催日時 ●10月23日 10:00~11:30 ●11月9日 10:00~11:30
●10月23日 14:00~15:30 ●11月9日 14:00~15:30
●10月23日 17:00~18:30 ●11月9日 17:00~18:30

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~17:00
☎042-555-8386

定休日 日・祝・土(予約下さい)

会場 自店 対象 女性限定
定員 4名 材料費 500円(メイク道具代)

持ち物 フェイスタオル
講師 福田 りか

39 トルティーヤで作るかんたんピザ作り体験！

和風肉ビストロ空楽 ランヂタイム11:00~18:00 ディナータイム17:00~23:00

元気いっぱいスタッフと一緒にかんたんで美味しいオリジナルピザを作ってみませんか？ 親子での参加も大歓迎！ 楽しみながら作りましょう！

開催日時 ●10月20日 15:00~16:00
●10月27日 15:00~16:00
●11月10日 15:00~16:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:16:00~22:00
☎042-578-3295

定休日 ランヂタイム(土・日) ディナータイム(基本的に無し)

会場 自店 対象 なたでも
定員 4名 材料費 500円(ピザ材料代)

持ち物 なし
講師 高橋風花、斉藤のどか、大島秀規

41 推し芋発掘！ 様々な焼き芋一気に食べ比べ！

おもいも農家の台所 五ノ神1-11-71F 11:00~18:00

全国から集まるさつまいも、有名ブランドや超希少種を6種以上食べ比べて推し芋を探そう！ 通常比5倍の品種説明！

開催日時 ●10月29日 12:00~13:00

受付 令和6年10月7日~9日
m242kr@f31.comへ空メール
お申し込み多数の場合は抽選

定休日 不定休

会場 自店 対象 なたでも
定員 3名 材料費 無料
持ち物 空袋
講師 松尾一俊

43 お家で楽しむ。美味しいカクテル初級編

Café&Bar808 五ノ神4-2-8 加藤2ビル103号 18:00~23:00

お家で出来る、簡単カクテルを作ってみよう。お好きなお酒をアレンジしてみませんか？ (ノンアルコールカクテルも作れます。)

開催日時 ●10月19日 17:00~18:00
●10月20日 15:00~16:00
●11月10日 15:00~16:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:13:00~20:00
☎080-5889-8080

定休日 月・第3日

会場 自店 対象 20歳以上
定員 6名 材料費 500円(カクテル材料代)

持ち物 筆記用具、使いたいお酒があればお持ち下さい。(お店でも、ご用意あります。)

講師 中丸 歩美

44 やわらかハンバーグの作り方

M's Kitchen 富士見平2-14-9 11:30~14:30

ご家庭でもよく作られているハンバーグ！ 皆大好きなハンバーグと一緒に作りませんか？ 焼き上がり失敗しないコツをお教えいたします。

開催日時 ●11月1日 14:00~15:00
●11月15日 14:00~15:00

受付 令和6年10月8日~
受付時間:11:00~14:00
☎042-578-0710

定休日 月・祝(不定期のお休みはSNSでお知らせ)

会場 自店 対象 成人の方
定員 2名 材料費 800円(ひき肉・野菜)

持ち物 エプロン・皿の長い方はゴムをご持参ください。

講師 入江 紀子

24 初めてのベリーダンス&ダンサーズストレッチ

Bar 梅風 小作台1-26-4ツインビル101 21:00~3:00

ゆっくりとストレッチをして、身体を暖めてから、ベリーダンスの基本動きを練習します。最後は楽しく踊りましょう。女性らしいしなやかなボディラインを目指します！

開催日時 ●10月15日 15:00~16:00
●11月4日 15:00~16:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:16:00~22:00
chakra124@docomo.ne.jp

定休日 不定休

会場 自店 対象 なたでも
定員 4名 材料費 無料
持ち物 動きやすい服装 タオル 飲み物
講師 優香

26 もっと早く知りたかった！ 美肌になる洗顔法

エステサロン ラヴィール 小作台1-28-1 PLATZ OZAKU 1F 9:30~19:00

肌悩みを抱える9割の人が洗顔を間違えています。洗顔こそ美肌を作るための一番大事なスキンケア。そんな洗顔方法と泡の立て方教えます！

開催日時 ●10月24日 13:30~14:30
●11月2日 13:30~14:30

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~18:00
☎042-554-9688

定休日 日

会場 自店 対象 なたでも
定員 6名 材料費 無料
持ち物 タオル2枚
講師 奥山 三代江

28 古い角質などの老廃物を取り除くパック体験

Beauty Studio ハーモニー 神明台1-21-3 10:00~18:00

お肌のキメをみてみませんか？ ここでしか体験できないのがスクラブのパック。毛穴スッキリ、ふっくらお肌。

開催日時 ●10月18日 10:00~11:30 ●11月12日 10:00~11:30
●10月18日 14:00~15:30 ●11月12日 14:00~15:30
●10月18日 17:00~18:30 ●11月12日 17:00~18:30

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~17:00
☎042-555-8386

定休日 日・祝・土(予約下さい)

会場 自店 対象 女性限定
定員 4名 材料費 500円(スキンケアアイテム)

持ち物 フェイスタオル
講師 福田 りか

30 魔法の骨盤調整 ゆがみを直せば若返る

ともカイロプラクティック 羽中1-25-1 16:00~21:00

骨格のゆがみが原因で起こる身体の不調や肌トラブルの原因と予防法をお伝えします。AI姿勢診断&骨盤調整体験

開催日時 ●10月17日 10:00~11:30 ●11月8日 15:30~17:00
●10月17日 13:00~14:30 ●11月14日 10:00~11:30
●10月17日 15:30~17:00 ●11月14日 13:00~14:30
●11月8日 10:00~11:30 ●11月14日 15:30~17:00
●11月8日 13:00~14:30

受付 令和6年10月7日~
受付時間:10:00~18:00
☎090-7198-0997

定休日 不定休

会場 自店 対象 なたでも
定員 4名 材料費 無料
持ち物 フェイスタオル 講師 松本 朗昌

40 青梅の地酒 澤乃井飲み比べ体験

和風肉ビストロ空楽 ランヂタイム11:00~18:00 ディナータイム17:00~23:00

スタッフと一緒に楽しくおしゃべりしながら青梅の地酒「澤乃井」を飲み比べてみませんか？ 簡単なおつまみもご用意します！

開催日時 ●10月24日 15:00~16:00
●10月31日 15:00~16:00
●11月7日 15:00~16:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:16:00~22:00
☎042-578-3295

定休日 ランヂタイム(土・日) ディナータイム(基本的に無し)

会場 自店 対象 20歳以上
定員 4名 材料費 700円(お酒代)

持ち物 なし
講師 高橋風花、斉藤のどか、大島秀規

42 甘くて美味しいやき芋を食べ比べ！

武蔵液化ガス株式会社 五ノ神4-14-11 北三エールM 6:30~17:30

ガスコンロで作る「やき芋」を食べ比べ。お芋のお土産も差し上げます。更に、ベジチェックで野菜摂取量のチェックもできます。

開催日時 ●10月31日 15:00~16:00
●11月6日 15:00~16:00
●11月14日 15:00~16:00

受付 令和6年10月7日~
受付時間:8:30~17:30
☎042-578-1900

定休日 日・祝

会場 自店 対象 なたでも
定員 7名 材料費 無料
持ち物 なし
講師 従業員

協賛企業

SHINSEL 株式会社 コナモール

株式会社 コナモール

AMEKURA リモデルショップ あめくら

ORLEANS オリンズ

株式会社 まあか MAKA

らんか FUKUSHIMAYA TASTING MARKET

伊吹グループ 羽村市商業協同組合

リンケーアート paint anything