

きれい

作る

食べる

学ぶ



ゼミ開催スケジュール

お申込みは各店舗までお願い致します
※応募多数の場合は先着になります。

日	月	火	水	木	金	土
			2/1 <small>4 14 21</small>	2	3 <small>1 20</small>	4 <small>13</small>
5 <small>8 9 23</small>	6 <small>5 18</small>	7 <small>22 25 27 30</small>	8 <small>10 15 21 23 29</small>	9 <small>1 26</small>	10 <small>2 28</small>	11 <small>13</small>
12 <small>16</small>	13 <small>1 14 18 20</small>	14 <small>6 8 9 11 19 25 30</small>	15 <small>2 5 15 21 29</small>	16 <small>26</small>	17	18 <small>13 20</small>
19 <small>24</small>	20 <small>4 18</small>	21 <small>2 17 25</small>	22 <small>12 21 22 24 29</small>	23 <small>3</small>	24	25 <small>1 3 13 19 20</small>
26 <small>16</small>	27	28 <small>7 17</small>				

お店の人が
教えて
くれる!

プロの知識が
あなたのものに!

得する街のゼミナール

酒 in 五泉



まちゼミとは?

お店の方が講師となって、専門知識やプロのコツを無料で教えてもらえるミニ講座です！
安心して受講していただくためお店からの販売・勧誘はありません。

知って得する体験教室

受講料無料!

※講座の内容によっては材料費がかかる場合がございます。

1月22日(日)より受講受付開始!

受講期間

2月1日(水) ~ 28日(火)

※応募多数の場合は先着になります。

主催：五泉まちゼミ実行委員会
TEL 0250-43-5551 FAX 0250-42-1151



私達が講師です!

- きれいな
- 作る
- 食べる
- 学ぶ

まぢゼミは店主やスタッフが講師となって専門知識やプロの技を無料でお教えるミニ講座です。分かりやすく、気軽に参加していただけます。「お店」と「まぢ」のファンになっていただくための講座ですので、お店からの販売は一切ありません!安心して受講してください。
※講座によっては材料費が必要な場合がございます。

1月22日(日)～受付スタートお申込みは各店へ!

- 選ぶ**
チラシの内容をよく見て、あなたの興味のある講座をお選びください。
- 申し込む(予約)**
受けたい講座のお店へ直接お電話で御予約・申し込みください。
※参加申し込み受付時間を必ずお守りください。
※受付時間外の予約は承ることができませんので、予めご了承ください。
- 当日**
時間・場所をお間違えのないようご参加ください。

1 超音波でスッキリフェイスアップ 講師 渡辺秀子・伊藤昌美

2/3(金)、2/9(木)、2/13(月)、2/25(土)
時間はいずれの日も ①10:00～11:00
②11:00～12:00
③13:00～14:00
④14:00～15:00
⑤15:00～16:00

超音波を使ってフェイシャルエステ
[会場] レディスわたなべ
[対象] どなたでも [持ち物] 無
[材料費] 1,000円 [定員] 4名

レディスわたなべ 五泉市本町3-4-3
TEL. 0250-42-2586 [受付] 10:00～15:00

6 アロマを使った「バスソルト」づくり!! 講師 渡辺秀子・伊藤昌美

2/14(火) 10:30～12:00

風邪予防や肌ケアの効果が期待できるバスソルトを作りましょう。
[会場] 堀内カメラ 化粧品ほりうち
[対象] 興味のある方。お子様同伴OK
※ベビーカー可
[持ち物] 無
[材料費] 500円 [定員] 5名

堀内カメラ 化粧品ほりうち 五泉市本町3-3-15
TEL. 090-7706-5611 [受付] 14:00～16:00

11 恋愛成就しちゃうかも? 恋婚ブローチ 講師 阪井 明子

2/14(火) 13:00～14:00

五泉特産品レンコン「五泉美人」を使ってまん中の穴が♡(ハート)になっている恋婚(レンコン)に色をぬり自分だけのブローチを作りましょう。
[会場] やまちょう 2F
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 700円 [定員] 3名

やまちょう 五泉市本町3-3-13
TEL. 0250-42-2430 [受付] 10:00～18:30(日曜を除く)

16 初心者のための「のり巻き講座」 講師 波多 昇

2/12(日) 14:00～15:00
2/26(日) 14:00～15:00

難しいと思われているのり巻きのコツを覚えてご家庭でも作ってみませんか!!
[会場] 寿しとよ
[対象] 初めてののり巻きを作る方
[持ち物] エプロン
[材料費] 500円 [定員] 5～6名

寿しとよ 五泉市駅前1丁目4-22
TEL. 0250-42-2683 [受付] 10:00～17:00(転送されます)

21 知ると知らぬで大違い! 筋力アップのコツをお教えします! 講師 池田 徹

2/1(水)、2/8(水)、2/15(水)、2/22(水)
時間はいずれの日も19:00～20:30

筋力をつけることで健康維持能力がアップします。知っているとお得な筋力アップのコツをご紹介します!
[会場] イケダスポーツ店舗内
[対象] どちらかというと中年以上
[持ち物] 基本座学です。普段着と動きやすいシューズでOK。
[材料費] 無 [定員] 5名

イケダスポーツ 五泉市駅前1丁目10-15
TEL. 0250-42-5251 [受付] 10:00～19:00

26 保険を活用しての上手な資産運用講座 講師 武藤 仁志

2/9(木) 10:00～11:30
2/16(木) 10:00～11:30

マイナス金利時代、賢く上手に資産運用しませんか?投資の基本を分かりやすくお伝えします。
[会場] 五泉商工会議所 応接室
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 5名

アクサ生命保険株式会社 五泉市郷屋11丁目2-9
TEL. 0250-24-9814 [受付] 9:00～17:00

2 ワックス脱毛体験 講師 渡辺秀子・伊藤昌美

2/10(金)、2/15(水)、2/21(火)
時間はいずれの日も ①10:00～11:00
②11:00～12:00
③13:00～14:00
④14:00～15:00
⑤15:00～16:00

脇の脱毛、ワックスでスピーディーに脱毛します。
[会場] レディスわたなべ
[対象] 女性の方 [持ち物] 無
[材料費] 500円 [定員] 5名

レディスわたなべ 五泉市本町3-4-3
TEL. 0250-42-2586 [受付] 10:00～15:00

7 アロマを使った「保湿クリーム」づくり!! 講師 渡辺秀子・伊藤昌美

2/28(火) 10:30～12:00

赤ちゃんも安心してつかえる保湿クリームを作りましょう。
[会場] 堀内カメラ 化粧品ほりうち
[対象] 興味のある方。お子様同伴OK
※ベビーカー可
[持ち物] 無
[材料費] 500円 [定員] 5名

堀内カメラ 化粧品ほりうち 五泉市本町3-3-15
TEL. 090-7706-5611 [受付] 14:00～16:00

12 れんこんアクセサリーを作ろう!(イヤリング・ピアス) 講師 阪井 明子

2/22(水) 10:30～11:30

野菜好きに大好評、某有名アウンサーも気に入りのレンコンアクセサリー!を手作りしてみませんか?!!
[会場] やまちょう 2F
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 800円 [定員] 4名

やまちょう 五泉市本町3-3-13
TEL. 0250-42-2430 [受付] 10:00～18:30(日曜を除く)

17 五泉産アロニア×○○ オリジナルジャム作り! 講師 桐生・土田

2/21(火) 10:00～12:00
2/28(火) 10:00～12:00

サンファームが栽培するスーパーフード「アロニアベリー」を使って、あなたのオリジナル商品を企画・開発してみませんか?アロニアの説明と商品の企画(コンセプト)商品試作の実験(今回はジャム作り)を考えています。作ったジャムはお持ち帰り!
[会場] ㈱サンファーム泉
[対象] アロニアを知りたい方
[持ち物] ①の順にアロニアに合うと思われる果物や野菜などをもつ
[材料費] 500円 [定員] 2名

㈱サンファーム泉 五泉市赤海1-14-56
TEL. 0250-47-8808 [受付] 9:30～15:00

22 初めて1人で着る和服 講師 佐藤 裕子

2/7(火) 15:00～16:00
2/22(水) 10:00～11:00

和服の着付けから、簡単な帯の結び方
[会場] 一包一心 はまや
[対象] 15才以上
[持ち物] 着物・帯一式(なければご相談下さい)
[材料費] 無 [定員] 3名

一包一心 はまや 五泉市本町3-1-4
TEL. 0250-42-2529 [受付] 10:00～20:00

27 知っておきたい薬や健康食品の正しい使い方がせ方 講師 井上 和之

2/7(火) 16:00～17:00

お薬や健康食品と上手に付き合うために、お薬の知識を学び安全に正しく使用して健康的な毎日を送りましょう。
[会場] 井上薬局
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 5名

井上薬局 五泉市駅前1-6-1
TEL. 0250-43-1087 [受付] 10:00～18:00

3 笑いヨガ 講師 林 泉

2/23(木) 10:00～11:00
2/25(土) 10:00～11:00

笑いと、ヨガの呼吸法を合わせた笑いヨガ。道具も使わないし、誰でも簡単に出来ます。
[会場] 株式会社カッテン
[対象] 普段笑うことの少ない方、少し体を動かしたい方
[持ち物] 水(飲料用)
[材料費] 無 [定員] 5名

株式会社カッテン 五泉市泉町1-4-16
TEL. 090-4759-4516 [受付] 9:00～18:00

8 自分でできる! ミニブーケ&ラッピング 講師 当社スタッフ

2/5(日) 15:00～16:30
2/14(火) 15:00～16:30

覚えれば役に立つ!ミニ花束の作り方やステキなラッピング&リボンプロの花屋が教えます。これからの季節、お世話になった方へのプチプレゼントとしても...
[会場] フローリスト・カネコ五泉駅前店
[対象] 興味のある方
[持ち物] ハサミ
[材料費] 1,000円 [定員] 5名

フローリスト・カネコ 五泉市駅前1-7-10
TEL. 0250-42-4573 [受付] 9:30～18:30

13 体験!オリジナルのTシャツを作ってみよう! 講師 池田 徹

2/4(土)、2/11(土)、2/18(土)、2/25(土)
時間はいずれの日も13:00～14:30

昇華プリントによる、プリントTシャツの作成体験。白いTシャツに好みのデザインや写真などもプリントができます。
[会場] イケダスポーツ店舗内
[対象] どなたでも(小学生以下は保護者同伴)
[持ち物] プリントしたい写真・写真、デジタルデータなどお持ち。
[材料費] 1,000円 [定員] 3名

イケダスポーツ 五泉市駅前1丁目10-15
TEL. 0250-42-5251 [受付] 10:00～19:00

18 早指し将棋大会 講師 鈴木 長一

2/6(月)、2/13(月)、2/20(月)
時間はいずれの日も18:30～20:00

一手30秒以内で将棋を指す。
[会場] 寿々長店内
[対象] 小・中学生(要保護者同伴)
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 4～8名

寿々長 五泉市本町2丁目1-11
TEL. 090-7423-3147 [受付] 9:00～19:00

23 タンスの肥やし活用法 講師 加藤 恵子

2/5(日) 13:00～15:00
2/8(水) 13:00～15:00

家に持っている着方のわからない洋服のコーディネート提案
[会場] マルムラ
[対象] 30才以上の女性の方
[持ち物] 家に眠っている組み合わせ方わからない洋服
[材料費] 無 [定員] 3名

マルムラ 五泉市駅前1-6-7
TEL. 0250-42-4776 [受付] 10:00～18:00

28 お年寄りの病氣とくすりとの養生について 講師 井上 和之

2/10(金) 16:00～17:00

高血圧、脳心筋梗塞、糖尿病、前立腺肥大、尿も頻尿、白内障などの高齢者が薬と上手に付き合う方法と食事
[会場] 井上薬局
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 5名

井上薬局 五泉市駅前1-6-1
TEL. 0250-43-1087 [受付] 10:00～18:00

4 しっかりとるおう手作り保湿ローション講座 講師 五十嵐智佳子

2/1(水) ① 10:30～11:30、② 19:00～20:00
2/20(月) ① 10:30～11:30、② 19:00～20:00

3種のアロマオイルを使ってお肌に優しい保湿ローションを作ってみませんか。材料はすべて自然の物です。講座が終わったら美味しいハーブティーをご用意しております。
[会場] 季の香り KO・KO
[対象] 高校生以上のお客様
[持ち物] エプロン
[材料費] 650円 [定員] 4名

季の香り KO・KO 五泉市三本木字早出3026番地 キュピット三本木店
TEL. 0250-47-7768 [受付] 11:30～17:30

9 自分でつくる!初めてのフラワーアレンジメント 講師 当社スタッフ

2/5(日) 13:00～14:30
2/14(火) 13:00～14:30

プロから学ぶふっとしたコツで簡単なフラワーアレンジメントを作ってみませんか?親子でのご参加もOKです!
[会場] フローリスト・カネコ五泉駅前店
[対象] 興味のある方
[持ち物] ハサミ
[材料費] 1,300円 [定員] 5名

フローリスト・カネコ 五泉市駅前1-7-10
TEL. 0250-42-4573 [受付] 9:30～18:30

14 グラスで飾るお花 講師 佐藤 裕子

2/1(水) 10:00～11:00
2/13(月) 10:00～11:00

家にあるカップやグラスに飾るミニブーケ等を作りします。
[会場] 一包一心 はまや
[対象] 15才以上
[持ち物] 花ばさみ
[材料費] 1,000円 [定員] 3名

一包一心 はまや 五泉市本町3-1-4
TEL. 0250-42-2529 [受付] 10:00～20:00

19 夏の尾瀬ヶ原に行ってみよう! 講師 関川 和男

2/14(火) 15:00～16:00
2/25(土) 15:00～16:00

誰もが行きたい尾瀬、足に自信のない方でもらくらく楽しめる尾瀬ヶ原行きを教えます。TVでみるだけでなく、今年こそ実現させましょう。
[会場] 尚博金堂
[対象] 50才以上の男女
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 7名

尚博金堂 五泉市本町2-3-34
TEL. 0250-42-2020 [受付] 10:00～18:00

24 看板猫のじろくに会いにきませんか? 講師 加藤 恵子

2/19(日) 15:00～16:00
2/22(水) 15:00～16:00

看板猫のじろくとふれあってもらう(コーヒー付)
[会場] マルムラ
[対象] 30才以上の女性の方
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 3名

マルムラ 五泉市駅前1-6-7
TEL. 0250-42-4776 [受付] 10:00～18:00

29 自分で帯が結べるようになります! 講師 加藤 真利子

2/8(水)、2/15(水)、2/22(水)
時間はいずれの日も10:00～11:00

きものは着れても、帯を結べない方がおられます。かんたんに、楽に、帯を結ぶようにお教えいたします。
[会場] 加藤呉服店
[対象] 和服に興味のある方
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 5名

加藤呉服店 五泉市赤海1-3-7
TEL. 0250-42-3282 [受付] 10:00～

5 乾燥知らずの手作り保湿たっぷりハンドクリーム講座 講師 五十嵐智佳子

2/6(月) ① 10:30～11:30、② 19:00～20:00
2/15(水) ① 10:30～11:30、② 19:00～20:00

お好きな香りのアロマオイルを入れた自分だけのハンドクリームを作ってみませんか。材料はすべて自然の物です。講座が終わったら美味しいハーブティーをご用意しております。
[会場] 季の香り KO・KO
[対象] 高校生以上のお客様
[持ち物] エプロン
[材料費] 650円 [定員] 4名

季の香り KO・KO 五泉市三本木字早出3026番地 キュピット三本木店
TEL. 0250-47-7768 [受付] 11:30～17:30

10 れんこんブローチを作ろう! 講師 阪井 明子

2/8(水) 11:00～12:00

五泉の特産品レンコン「五泉美人」を使って本物の野菜ブローチを作ります。お好みの色にぬり、あなただけのレンコンブローチを作りませんか。
[会場] やまちょう 2F
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 600円 [定員] 4名

やまちょう 五泉市本町3-3-13
TEL. 0250-42-2430 [受付] 10:00～18:30(日曜を除く)

15 NHKにも取り上げられた鯉のさばき方、料理の仕方をお伝えします。 講師 笠原 恵美

2/8(水) 13:30～15:00
2/15(水) 13:30～15:00

NHKにも取り上げられた鯉のさばき方、料理の仕方をお伝えします。
[会場] 竹ぞう
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 5名

竹ぞう 五泉市馬場町1丁目5-3
TEL. 0250-47-4680 [受付] 17:30～20:00

20 ゴム長靴 国産品と輸入品の違い 講師 山田 宏之

2/3(金)、2/13(月)、2/18(土)、2/25(土)
時間はいずれの日も10:00～11:00

ゴム長靴 国産品と輸入品の違い
[会場] シューズ&バッグヤマダ
[対象] どなたでも
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 5名

シューズ&バッグヤマダ 五泉市本町2丁目2番32号
TEL. 0250-42-2363 [受付] 10:00以降

25 空き家のお困り相談 講師 笠原 恵美

2/7(火)、2/14(火)、2/21(火)
時間はいずれの日も、午前10:30～12:00、午後13:30～15:00

認定空き家相談士が、空き家をどのようにしたらよいか、一緒に考えます。
[会場] 中央不動産事務所
[対象] 現在、空き家をお持ちの方、今後空き家になる予定の方
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 午前1名、午後1名

中央不動産 五泉市駅前1丁目1-8
TEL. 0250-48-5308 [受付] 10:00～15:00

30 人体のしくみ(基本的な医学知識) 講師 加藤 純也

2/7(火) 13:00～14:00
2/14(火) 13:00～14:00

骨格や筋肉の働きや人体の反応など、知っている様で知らない医学的な知識をお教えします。
[会場] 加藤整骨院
[対象] 健康に興味のある方
[持ち物] 無
[材料費] 無 [定員] 3～5名

加藤整骨院 五泉市赤海1-3-7
TEL. 0250-42-3575 [受付] 10:00～