

令和から紡ぐ
新たな、まちゼミ♪

第7回 鹿児島・天文館

まちゼミ

得する街のゼミナール

2019.10.1(火) - 11.17(日)

*1

¥0

受講料無料

*2

販売勧誘無し

9.18(水)から
受付スタート!!

お申し込みは各店へお電話でお申し込み下さい。

まちゼミって...?

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る少人数のミニ講座(60~90分程度)です。

安心のまちゼミ *1 ... 内容によっては材料費がかかるものがあります。 *2 ... 安心してお気軽に受講してくださいね!

01~11
美容・きれいを磨きたい!

きれい

01 話題のパワープレート たった10分ダイエット

開催日: 10/5(土) 10:00~11:00, 14:00~15:00; 10/27(日) 10:00~11:00, 14:00~15:00; 11/9(土) 10:00~11:00, 14:00~15:00

会場: サロンド アビアン
鹿児島市大黒町4-10-203 定休日/不定休 営業時間/10:00~20:00

TEL/090-3324-9250 受付時間 10:00~20:00

02 秋の保湿美容体験会

開催日: 11/7(木) 12:00~13:00; 11/8(金) 12:00~13:00; 11/9(土) 12:00~13:00

会場: コスメキッチンマーケット マルヤガーデンズ1F
鹿児島市呉服町16-5 営業時間/10:00~20:00 定休日/不定休

TEL/099-248-7791 受付時間 10:00~20:00

03 シミ・首すじのイボ アトピー対処法 (かゆみがでにくい食事)

開催日: 10/3(木) 14:00~15:00; 10/26(土) 11:00~12:00; 11/2(土) 14:00~15:00

会場: オリブ薬局
鹿児島市金生町1-9 営業時間/9:00~19:00(日・祝/10:00~)

TEL/099-222-1395 受付時間 9:00~19:00

04 秋の美肌づくり体験

開催日: 10/3(木) 14:00~17:00 (肌測定含む); 10/4(金) 14:00~17:00 (肌測定含む)

会場: 山形屋2号館1階アルビオンコーナー
鹿児島市金生町3番1号 営業時間/10:00~19:30

TEL/099-227-6960 受付時間 10:00~19:30

05 頭皮マッサージでリフトアップしましょう!

開催日: 10/12(土) 11:00~12:00; 11/9(土) 11:00~12:00

会場: POLA HEART いづろ店
鹿児島市金生町7-10 2F 定休日/日・祝日 営業時間/10:00~18:00

TEL/099-222-0056 受付時間 10:00~17:00

06 50歳~の高機能エステと肩こり解消W体験

開催日: 10/5(土) 10:00~11:30; 10/13(日) 10:00~11:30; 10/19(土) 10:00~11:30

会場: 綺麗屋
鹿児島市中町5-25ドラッグイレブン3F 営業時間/11:00~19:00 定休日/水曜日

TEL/0120-434-874 受付時間 11:00~19:00

07 初めての酵素ファスティングで素肌美人

開催日: 10/25(金) 11:00~12:30

会場: シュシュbyコルテーヌ
鹿児島市中町4-1 第2マルタマビル2F 定休日/ナシ 営業時間/10:00~19:30

TEL/099-295-3039 受付時間 10:00~19:30

08 美と健康を知る「美陽+体幹コア」~入門編

開催日: 10/15(火) 10:30~11:30; 10/16(水) 10:30~11:30; 10/24(木) 10:30~11:30

会場: 桜小町匠
鹿児島市東千石町8-26タカビル5F 定休日/月曜日 営業時間/10:00~18:00

TEL/099-225-6413 受付時間 10:00~17:00

09 似合うアクセサリとストール選び

開催日: 10/31(木) 16:00~17:00; 11/8(金) 16:00~17:00; 11/17(日) 10:30~11:30

会場: なや通り すずらん
鹿児島市東千石町13-16-1F 営業時間/11:00~19:00

TEL/099-226-3250 受付時間 11:00~19:00

10 「ママドレ」体験! 試着&撮影会

開催日: 10/5(土) 13:30~15:00; 10/24(木) 10:30~12:00; 11/5(火) 13:30~15:00

会場: エルセルモ鹿児島 セルモ特約代理店
鹿児島市照国町11-27 営業時間/10:00~20:00 定休日/水曜日

TEL/090-2392-2494 受付時間 10:00~20:00

11 眉・チーク・リップ 基本のメイクレッスン

開催日: 10/11(金) 13:00~14:00; 10/25(金) 13:00~14:00; 11/8(金) 13:00~14:00; 11/15(金) 13:00~14:00

会場: POLA天文館 美vie(ビヴィ)店
鹿児島市松原町1-32-1F(天文館公園横) 営業時間/10:00~19:00 定休日/日・祝日

TEL/099-226-1533 受付時間 10:00~18:00

12~23 体のこと知りたい!

健康

きれいな星

10/11(金) 11/1(金)
10/12(土) 11/8(金)
10/18(金) 11/15(金)
10/25(金) 11/16(土)

会場:コンディショニングジムTRY
講師:永田慶子
定員:1講座2名 持ち物:タオル・水

筋力トレーニングで腰・膝・肩・股関節等々、お身体改善! 強化! 予防! アスリートから高齢者まで、反射・バランス・必要筋力・必要動作を取り戻しましょう。

コンディショニングジムTRY ■10月3日(木)より受付
鹿児島市大黒町1-3-6F 営業時間/12:00~21:00(土曜日10:00~18:00) 定休日/日・祝日

TEL/090-5289-5038 受付時間 12:00~21:00

13 本気の口腔ケアと筋トレで健康予防!

10/7(月) 13:30~14:30
10/24(木) 13:30~14:30
11/6(水) 13:30~14:30

会場:コンディショニングジムTRY
講師:福留 博文(歯科技工士)
定員:10名 持ち物:タオル・水

お口の状態は全身の健康に直結します。口腔ケアと筋トレで身体の両面から美しくなります。今さら聞けないことを歯の専門家が答えました。

コンディショニングジムTRY ■10月3日(木)より受付
鹿児島市大黒町1-3-6F 営業時間/12:00~21:00(土曜日10:00~18:00) 定休日/日・祝日

TEL/090-5289-5038 受付時間 12:00~21:00

14 糖尿病専門医による糖尿病予防ゼミ

10/22(火) 16:00~17:00
11/17(日) 16:00~17:00

会場:マルヤガーデン地下F キッチンスタジオ
講師:林 大輔(糖尿病専門医)
定員:1講座30名

食生活の変化により糖尿病患者が増えています。糖尿病は合併症を引き起こし、他の治療や手術でもできなくなる危険な病気です。糖尿病専門医の林大輔先生に糖尿病の予防についてお話していただきます。

スーパーハルタ
鹿児島市大黒町1-1 定休日/ナシ
営業時間/10:00~20:00

TEL/099-226-6180 受付時間 10:00~18:00

15 プロが教える誰でも出来る簡単全身トレーニング

10/21(月) 13:00~14:00
10/28(月) 13:00~14:00
11/11(月) 13:00~14:00

会場:スタジオプリコ
講師:松浦 好克
定員:1講座10名 対象:女性のみ
持ち物:飲み物・タオル

手ぶらでOK! 自宅でも道具なしで行える、安全かつ効果的に全身を鍛える方法をお教えします! 経験豊富なプロのトレーナーが指導するので安心です。

初 プリコスタジオ
鹿児島市大黒町1-3-8F 定休日/ナシ
営業時間/9:00~18:00

TEL/099-227-5535 受付時間 9:30~17:00

16 指先の血流が目で見えて実感! (機械に指をのせるだけ)

10/10(木) 14:00~15:00
10/31(木) 14:00~15:00
11/9(土) 14:00~15:00

会場:オリーブ堂薬局
講師:武 柳子
材料費:なし
定員:1講座6~8名

ご自分の血流がすぐわかります。〇血流を良くする漢方紹介 〇アレルギーの方の血流もすぐわかる 〇ドロドロ血液ってこんな形

漢方のオリーブ堂薬局
鹿児島市金生町1-9 営業時間/9:00~19:00(日・祝日10:00~)

TEL/099-222-1395 受付時間 9:00~19:00

17 2ヶ月半で9kgラクラクダイエット成功法則・骨密度も測定

10/5(土) 14:00~15:00
10/19(土) 14:00~15:00
11/7(木) 14:00~15:00

会場:オリーブ堂薬局
講師:武 柳子
材料費:なし
定員:1講座6~8名

〇プロ用の体重計で測定 〇筋肉・体脂肪・骨密度測定 〇元気にやるべきコツを教えます。 〇血糖が気になる方も大歓迎 〇やせて、筋肉質になる食べ方

漢方のオリーブ堂薬局
鹿児島市金生町1-9 営業時間/9:00~19:00(日・祝日10:00~)

TEL/099-222-1395 受付時間 9:00~19:00

18 こんなに簡単! アロマセラピーでリラックスタイムを過ごそう!

10/19(土) 11:00~11:40

会場:山形屋1号館階生活の木コーナー
定員:5名
講師:内屋 麗
費用:税込550円(バスソルト・精油・容器代)

アロマセラピーを始めてみたいというかた向けの講座です。体調を崩しやすいこの時期にリラックスできる方法をいくつかご紹介。ご体験していただけます。

山形屋
鹿児島市金生町3番1号 営業時間/10:00~19:30

TEL/099-227-6489 受付時間 10:00~19:30

19 肩こり腰痛等と必ずサヨナラできる体験会

10/6(日) 10:00~11:30
10/14(月) 10:00~11:30
10/20(日) 10:00~11:30

会場:綺麗屋
講師:今井輝男
定員:1講座5名

つらい肩こりは肩を揉んでも治りません、なぜなら原因は他の場所にあるからです。肩こり・腰・膝痛・神経痛の悩みを解消して楽しい毎日を過ごしてみませんか?

エステ&美容整体 綺麗屋
鹿児島市中街5-25 ドラッグイレブン3F 定休日/水曜日
営業時間/11:00~19:00

TEL/0120-434-874 受付時間 11:00~19:00

20 つらいアトピーアレルギー克服相談会

10/27(日) 10:00~11:30
11/3(日) 10:00~11:30
11/10(日) 10:00~11:30

会場:綺麗屋
講師:今井輝男
定員:1講座5名

大人も子供もつらいアトピー・アレルギー。本当の原因である弱った内臓を強くし、リンパの流れを良くする事で改善できます。悩まずご相談ください。

エステ&美容整体 綺麗屋
鹿児島市中街5-25 ドラッグイレブン3F 定休日/水曜日
営業時間/11:00~19:00

TEL/0120-434-874 受付時間 11:00~19:00

21 食欲の秋! 美容健康に良いナッツを食べよう

10/25(金) 13:00~14:00
10/28(月) 13:00~14:00
10/31(木) 13:00~14:00

会場:タマチャンショップ鹿児島 天文館店
講師:原野 良寛
定員:1講座4名または2組

7種類のナッツを食べ比べ!! それぞれの成分や効果を比較して、身体のお悩みに合ったナッツを見つけてみませんか?

タマチャンショップ鹿児島 天文館店
鹿児島市東千石町14-6 定休日/毎月第1火曜日
営業時間/10:00~20:00

TEL/099-294-9099 受付時間 10:00~20:00

22 社交ダンスで能トレ&ロコモ予防!

10/1(火) 11:00~12:00
10/17(木) 13:00~14:00
11/11(月) 18:30~19:30

会場:Danceable Pomme
講師:神宮 華代 定員:1講座8名
対象:女性のみ
持ち物:屋内シューズ

マンボやシルバ等のパーティダンスで、楽しく体を動かしながら能トレしませんか? 運動不足を解消したい方、能トレしたい方は是非!

初 Danceable Pomme(ダンサブル ポム)
鹿児島市東千石町9-7番松ビル3F 定休日/日曜日
営業時間/11:00~21:00(予約制)

TEL/099-295-3178 受付時間 14:00~18:00

23 口臭をなくして健康になる話

10/2(水) 19:00~19:40
10/19(土) 16:30~17:10
11/16(土) 16:30~17:10

会場:ながい正彦歯科
講師:永井 正彦
定員:1講座5名
持ち物:筆記用具

お口のリンや歯みがきでは無くならない、虫歯も歯周病もないのに感じる口臭! 美と健康につながる唾液や口臭予防のお話です。

ながい正彦歯科
鹿児島市名山町10-4 定休日/水・日・祝日
営業時間/(平)9:00~13:00、14:30~19:00(土)9:00~13:00/14:00~16:00

TEL/099-225-0909 受付時間 8:30~19:00

24 くるみボタンのヘアゴム作り

10/2(水) 10:30~11:30
10/16(水) 10:30~11:30
10/30(水) 10:30~11:30
11/6(水) 10:30~11:30

会場:キモノード
講師:馬場 環
定員:1講座3~4名

素敵な和柄の生地でカンタンにできます。楽しくおしゃべりしながら一緒に作ってみませんか?

KIMONODE(キモノード)
鹿児島市大黒町1-3-4F 定休日/土・日・祝日 営業時間/9:30~17:30

TEL/099-295-0114 受付時間 9:30~17:30

25 初心者でも簡単に作れる秋冬ビーズアクセサリー

10/11(金) 10:00~11:30
10/17(木) 10:00~11:30
11/13(水) 10:00~11:30

会場:ケンタッキーフライドチキン天文館店3F
講師:下松八重 めぐみ
定員:5名または3組 教材費:500円(材料代)(ドリンク付)

ビーズアクセサリーは夏だけでなく、秋冬もお楽しみいただけます。人気の大ききビーズを使って、ご自身の好きな色のパーツをお選びいただけます。すぐに使えるネックレスとイヤリング又はピアスのセットを楽しみましょう!

初 ケンタッキーフライドチキン 天文館店
鹿児島市東千石町1-6 営業時間/10:00~20:00 定休日/年中無休

いづる商店街振興組合
鹿児島市金生町1-12-4F 営業時間/9:30~17:00 定休日/土・日・祝日

TEL/090-7165-4706 受付時間 10:00~16:00

26 アロマセラピーで心も体もリラックス

10/23(水) 11:00~12:30
10/26(土) 11:00~12:30

会場:コルテヌ
講師:上野 智子
定員:1講座8名 持ち物:筆記用具
費用:1,000円(アロマセラピートリートメントオイル代)

アロマを使って簡単にお家でできる、ホームケアを香りを楽しみながらお話しします。アロマスプレーとトリートメントオイルを作ります。

コルテヌ
鹿児島市中街4-7 コルテヌビル2F 定休日/なし(元日のみ)
営業時間/10:30~19:30

TEL/099-222-3520 受付時間 10:30~19:30

27 1玉で簡単に編めるスヌード

10/8(火) 13:00~15:00
10/25(金) 13:00~15:00
10/27(日) 13:00~15:00

会場:手芸のまきの Chou-Chou
講師:上橋元
定員:1講座2名
費用:2,500円(毛糸)

極太ヤーンCOCOONでスヌードを編みます。ふわっと軽く柔らかな素材が人気の糸です。短時間で仕上がるので初心者さんにもオススメ!

手芸のまきの Chou-Chou
鹿児島市東千石町15-10 定休日/なし
営業時間/平10:00~19:30 日10:30~19:00

TEL/099-226-3551 受付時間 10:30~19:00

28 《伝筆つてふで》初めての筆ペン年賀状

10/12(土) 10:30~12:00
10/24(木) 14:00~15:30
11/2(土) 10:30~12:00
11/10(日) 10:30~12:00

会場:集景堂 講師:堀美幸(伝筆認定講師)
定員:1講座4名または2組 対象:小学生以上
費用:200円(ハガキ等)
持ち物:筆ペン(会場で購入可)

「手描きが苦手〜」とお困りの方へ。クセ字を魅力に変える魔法の筆文字《伝筆》で描くオリジナル年賀状にチャレンジしてみませんか?

集景堂
鹿児島市東千石町11番8号 定休日/第1・3水曜日
営業時間/10:00~19:00

TEL/090-8393-4876(堀) 受付時間/9:30~20:00

29 ご自分に愛を届ける 天使の塗り絵アート

10/24(木) 14:00~15:30
11/1(金) 14:00~15:30
11/16(土) 14:00~15:30

会場:cafe home 講師:にがお作家 舞
定員:1講座4名または2組 費用:300円(画材代)

普段は似顔絵作家として活動中ですが、今回はまちゼミのためにバスタオルで癒される塗り絵アートをご用意しました。ぜひハートと共に楽しんでください。

Cafe home
鹿児島市千石町錦通り3-17 営業時間/12:30~21:00 定休日/火曜日

初 舞のにがお笑屋
TEL/050-5319-3216 受付時間 11:00~19:00

30 ハンドメイド アクセサリー

10/12(土) 10:30~12:00
10/15(火) 10:30~12:00
10/26(土) 10:30~12:00
10/29(火) 10:30~12:00

会場:名山町 スザク
講師:生駒 香織 定員:1講座5名
費用:500円(材料費)
※選ばれたパーツで多少費用が異なります

ピアスやイヤリング台に好みのパーツを組み合わせ繋げます。世界にひとつのオリジナルアクセサリーを作り上げましょう。

初 名山町 スザク
鹿児島市名山町3-2 定休日/日・月曜日 営業時間/8:00~18:00

TEL/090-9861-3792 受付時間 10:00~20:00

31~58 プロの知識を学ぼう!

学ぶ

10/12(土) 10:30~12:00
10/15(火) 10:30~12:00
10/26(土) 10:30~12:00
10/29(火) 10:30~12:00

会場:Mencha(マルヤガーデンズ7F)
講師:時吉 清美 定員:5名 対象:女性
いまや11人に1人が乳がんの時代、ものものに慌てないために...Menchaのおいしいスイーツを食べながら乳がんの体験者がお話します。

初 (株)オフィス 時吉
鹿児島市大黒町13-16-1F 営業時間/8:00~16:00 定休日/土日祝日

初 Mencha
鹿児島市東千石町15-10 営業時間/11:00~20:00

TEL/090-8393-8996 受付時間 9:00~20:00

31 はじめてのピンクリボン講座

10/9(水) 14:00~15:00
10/19(土) 14:00~15:00
10/30(水) 14:00~15:00

会場:Mencha(マルヤガーデンズ7F)
講師:時吉 清美 定員:5名 対象:女性

「手描きが苦手〜」とお困りの方へ。クセ字を魅力に変える魔法の筆文字《伝筆》で描くオリジナル年賀状にチャレンジしてみませんか?

集景堂
鹿児島市東千石町11番8号 定休日/第1・3水曜日
営業時間/10:00~19:00

TEL/090-8393-4876(堀) 受付時間/9:30~20:00

32 今年のクリスマスは着物でLet's! Go!!

11/9(土) 10:30~12:00
11/10(日) 10:30~12:00
11/16(土) 10:30~12:00

会場:前結び宗家きの和装学苑
講師:豊平ルミ子
定員:1講座2名
対象:女性

着物は簡単に着れます。帯結びからたたみ方まで丁寧に教えます。今年のクリスマスやお正月は自分を変えてみませんか? 手ぶらで受講OK!

前結び宗家きの和装学苑
鹿児島市大黒町1-3-4F 定休日/土・日・祝日 営業時間/8:30~17:30

TEL/099-223-6160 受付時間 8:30~17:30

57 親子で学ぼう!!

～鹿児島キッズマネースクール中央校～

10/12(土) ●10:00～12:00
●会場:マルヤガーデンズ 7F
●講師:前村 大士・重村 俊介 ●持ち物:色鉛筆
●定員:1講座10名または5組
●対象:キッズ・親子での参加大歓迎

10/19(土) ●10:00～12:00

10/26(土) ●10:00～12:00

将来役に立つお金や仕事について、お店屋さんごっこや、うさぎとカメの話などを通して、一緒に楽しく学びませんか？

初 (株)フロンティアライフ
鹿児島市照国町2番9号 定休日/土・日・祝日
営業時間/9:00～17:00

TEL/099-239-1167 受付時間 9:00～17:00

58 幸せの令翠学～基礎編～

10/31(木) ●15:30～17:00
11/ 6(水) ●15:30～17:00
11/ 8(金) ●15:30～17:00

●会場:うふふ しろくま食堂
●講師:菜那合翠
●定員:1講座6名 ●持ち物:筆記用具+メモ
●費用:1,000円(運命鑑定書代)

令翠学は易学を基に研究解明された運命鑑定学です。生年月日を基に自らの生まれ持った特徴と運気を知る鑑定書を作成し令翠学の基礎を学びます。

令翠学運命鑑定 ●10月28日(月)受付開始!
鹿児島市鴨池新町5-6-602 定休日/不定休
営業時間/9:00～18:00

TEL/090-3076-0543 受付時間 11:00～20:00

59~67

美味しいを
楽しみたい!

食
べ
る

59 こだわり米・旬野菜 ×

スパイスカレー試食会

11/ 6(水) ●15:00～16:00
11/11(月) ●15:00～16:00
11/13(水) ●15:00～16:00

●会場:Cafe Anniv ●定員:1講座10名 ●費用:500円(食材費)
●講師:林優介(アニブ)・野菜/米農家さん(日替り) ●対象:20歳以上
ハルタで人気のこだわり米(びか丸米)旬野菜でつくるスパイスカレーの美味しさを味わっていただきます。人気の若手農家さんも来店!!簡単な調理方法もお教えします。希望の方はハルタお薦めのワインで乾杯!!

スーパーハルタ
鹿児島市大黒町1-1 定休日/なし 営業時間/10:00～20:00

Cafe Anniv. ●会場はこちらです
鹿児島市金生町1-12-6F 定休日/木曜日 営業時間/11:30～15:00 18:00～22:00

TEL/099-226-6180 受付時間 10:00～20:00

60 やさしい「泡」講座～今、

話題の赤ワインを楽しむ

10/11(金) ●11:00～12:30
●15:00～16:30

●会場:マルヤガーデンズキッチン
●講師:上野 謙介
(南アフリカワインスペシャリスト/ソムリエ(JSA認定))
●定員:1講座12名 ●持ち物:筆記用具 ●対象:20歳以上

食前酒的に楽しむスパークリングワインから、今話題のニューワールドワインを合わせる料理も含めて、楽しく知ることができる講座です。

北野エース マルヤガーデンズ店
マルヤガーデンズ 地下
鹿児島市呉服町6-5 営業時間/10:00～20:00 定休日/不定休

TEL/099-216-8825 受付時間 13:00～20:00

61 映画で旅して、

お抹茶を楽しむ

10/10(木) ●14:30～16:00
10/18(金) ●14:30～16:00
10/22(火) ●18:30～20:00
11/17(日) ●14:30～16:00

●会場:ガーデンズシネマ・ギャラリービーンズ花月 ●定員:1講座3名
●講師:黒木 美智子・森 健一 ●費用:1,000円(お抹茶とお菓子)

映画館では人生を豊かにしてくれる世界各国の映画を予告編で楽しみ、お茶室のあるギャラリーではお抹茶とお菓子を至福の時間を味わいます。

ギャラリービーンズ花月 マルヤガーデンズ5F
鹿児島市呉服町6-5 営業時間/10:00～20:00 定休日/不定休

ガーデンズシネマ マルヤガーデンズ7F
鹿児島市呉服町6-5 営業時間/10:00～22:00 定休日/不定休

TEL/099-222-8746 受付時間 13:00～21:00

62 自分で作って食べよう

抹茶金時白玉かき氷

10/ 5(土) ●15:00～16:30
10/12(土) ●15:00～16:30

●会場:うふふ しろくま食堂
●講師:黒木 亜子 ●持ち物:エプロン
●定員:1講座4名
●費用:500円(材料代)

しろくま食堂自家製の抹茶シロップ、白玉だんご、小豆等を用意いたしますので、抹茶金時白玉かき氷を自分で作って食べてみませんか。特別な美味しさですよ。

うふふ しろくま食堂
鹿児島市金生町1-12-1F 営業時間/11:00～17:00 定休日/日・祝日

TEL/090-2392-2643 受付時間 11:00～17:00

63 初心者のための

スパイスカレー体験会

10/ 6(日) ●15:00～16:00
10/27(日) ●15:00～16:00
11/ 3(日) ●15:00～16:00
11/10(日) ●15:00～16:00

●会場:Cafe8Bar Anniv.
●講師:船越 将平
●定員:1講座5名
●材料費:500円(食材費)

スパイスカレーとは?を学ぶ、お話と試食の講座です。ご家庭のカレーとは違う魅力のスパイスカレーの世界へ!!毎回すぐに満員の人気講座ですので予約はお早め!

Cafe Anniv.
鹿児島市金生町1-12-6F 定休日/木曜日 営業時間/11:30～14:30 18:00～21:00

TEL/099-248-9748 受付時間 10:30～21:00

64 誰でも美味しい珈琲が

家庭でお飲みいただけます

10/16(水) ●15:00～16:00
10/30(水) ●15:00～16:00
11/13(水) ●15:00～16:00

●会場:カフェ 彼女の家 天文館店
●講師:井戸 久順
●定員:1講座6名または3組(1組2名)

ご家庭でも本格的な珈琲が美味しく入れられるコツをお教えいたします。

カフェ彼女の家(天文館店)
鹿児島市東千石町8-18 ストーンビルB1 定休日/なし
営業時間/11:00～21:30

TEL/090-4345-7981 受付時間 11:00～17:00

65 NO!脇役。健康食材

「きくらげ」の魅力

10/16(水) ●15:00～16:00
10/23(水) ●15:00～16:00
11/13(水) ●15:00～16:00

●会場:桜小町 匠
●定員:1講座5名
●講師:内匠 正修(きくらげ生産農家)

知ってます?「木耳」と書いて「きくらげ」です。きのこです。食べる漢方と言われ「美人と健康」の栄養たっぷり!生産農家から楽しく語ります。

初 桜小町 匠
鹿児島市東千石町8-28タカダビル5F 定休日/月曜日
営業時間/10:00～18:00

TEL/099-225-6413 受付時間 10:00～17:00

66 バーテンダーが教える

美味しいハイボール講座

10/13(日) **11/10(日)**
10/27(日) **11/17(日)**
11/ 3(日) 全講座 ●18:00～19:00

●会場:バー カミーユ
●講師:前田 裕 ●定員:1講座5名
●対象:20歳以上
●費用:500円(氷・お酒代)

美味しいハイボールを作るコツ。お酒のちょっとしたうちやBARの楽しみ方などをお伝えいたします。

初 bar camille(バー カミーユ)
鹿児島市東千石町7-10-2F 定休日/火曜日
営業時間/19:00～2:00

TEL/099-204-0709 受付時間 17:30～22:00

67 おいしいお茶の入れ方と

お茶菓子談義

10/ 6(日) ●14:00～15:30
10/13(日) ●14:00～15:30

●会場:みのる園茶舗 ●講師:山口 真一・武田 清孝
●定員:1講座あたり6名

美味しいお茶の入れ方と保存方法、お茶の効能、急須のお手入れ等、知っておくと為になるお茶のお話をゆめりあ特撰最中を食べながら語り合います。

(有)みのる園茶舗
鹿児島市東千石町8-18 営業時間/10:00～18:00 定休日/なし

天文館まちの駅 ゆめりあ
鹿児島市東千石町8-24 営業時間/9:00～19:00 定休日/第2・4木曜日

TEL/099-226-8603 受付時間 10:00～18:00



10 一講座日程

10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24			
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金			
22 56	23 24 33 40 49	03 04 44 45	04 38	01 06 10 17 43	54 62 63 67	19 42 63	13 40 52	27 39 55	31 40	16 35 45 46 50	51 52 61 36 53	11 12 25 30 35	05 06 66 67	09 53	08 30	08 24 45 64 65	22 25 34 38 40	41 49 55 56 40	12 36 37 39 46	06 17 18 23 31	06 34 47 54 57	19	15	14 61	26 44 65	08 10 13 28 29	48 50 51 56 66
25 07 11 12 21 27	26 03 26 30 33 47	27 01 20 39 63	28 15 21	29 30 37	30 24 31 38 53 64	31 09 16 21 50 58	1 12 29	2 03 28 47 48 52	3 20 52 63 66	4 51 52	5 10	6 13 24 39 58 59	7 02 17 46	8 02 09 11 12 58	9 01 02 05 16 32	10 20 28 32 48 63	11 15 22 59	12 37 38 39	13 25 44 59 64 65	14 46	15 11 12	16 12 23 32	17 09 14 33 61 66	09 14 33 61 66			