



### 01 10歳以上若返る 美肌と健康習慣体験法

美容・きれいを磨きたい！

毎日のお手入れで満足できない方へ、小顔と美肌を同時に叶える方法を体験し、鏡を見るのが楽しくなる。10歳若返りのコツをお伝えします！

会場 綺麗屋 ●講師 今井恵子 ●定員2名 ●持ち物 コレクションのメイク用品

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/099-227-5155 受付時間 11:00~18:00

### 02 巡りから整える 大人のためのダイエット

巡りが整うことで体重だけでなく、肌のハリや朝のスッキリ感、イキイキとした前向きな気持ちなど、見た目と内面から一生続くキレイを目指します。

会場 CoCo nattsu(名山町3-7「鹿児島南ナッツ専門店」) ●講師 五反美穂子・西寿子 ●定員6名 ●持ち物 筆記用具 ●費用 1,000円(ハーフ食材)

鹿児島市吉野町 営業時間 不定 定休日 不定休  
TEL/090-9484-6177 受付時間 9:00~14:00

### 03 更年期女性の心と体の悩みに 食事と漢方(血圧、痛み、ストレス)

更年期は老化の始まり  
補腎、補血、活血の漢方  
血液とホルモンの素を食べる

会場 オリーブ堂薬局 ●講師 柳子 ●定員6名 ●持ち物 柳子 ●費用 1,800円(画材・キャンパス)

鹿児島市金生町1-9 営業時間 9:00~18:30(日祝日 10:00~)  
TEL/099-222-1395 受付時間 14:00~15:00

### 18 夏色にとときめく!初心者でも簡単に描けるアクリル画~空・海・星・花編~

全講座 14:00~16:00

会場 集景堂 ●講師 堀美幸(空色ありえ講師) ●定員5名または3組 ●持ち物 毛筆・筆記用具 ●費用 1,800円(画材・キャンパス)

鹿児島市東千石町11番8号 営業時間 10:00~17:00 定休日 第1・3水曜日  
TEL/090-8393-4876(編) 受付時間 17:30~20:30

### 19 初めてのアート筆文字~大切な人に贈る心に響く伝筆(ついで)カードを書こう

全講座 10:30~12:00

会場 集景堂 ●講師 堀美幸(空色ありえ講師) ●定員5名または3組 ●持ち物 毛筆・筆記用具 ●費用 1,800円(画材・キャンパス)

鹿児島市東千石町11番8号 営業時間 10:00~17:00 定休日 第1・3水曜日  
TEL/090-8393-4876(編) 受付時間 17:30~20:30

### 20 運気を变える♡ 占い体験とサンキャチャー作り

全講座 13:00~14:30

会場 Caféサカエ(中町5-28-2F) ●講師 長津之介(ふたばり重めく) ●定員3名 ●費用 2,000円(材料・コーヒーお菓子付き)

鹿児島市中町5-1-2F 営業時間 13:00~18:00 定休日 水曜日  
TEL/080-7588-7909 受付時間 14:00~17:00

### 21 季節を彩る手書き文字

全講座 10:30~11:30

会場 センテラス天文館4F・天文館図書館交流スペース ●講師 公文書教室指導者 ●定員10名(当日受付有り) ●対象 シニアの方(ふたばり重めく) ●持ち物 筆記用具(貸出可) ●費用 300円(額定)

鹿児島市東町4-2教室 営業時間 各教室に合わせます  
TEL/090-6425-6497 受付時間 9:00~14:00

### 04 イブサ カウンセリング体験

全講座 10:30~17:00

会場 山形屋2号館1階 ●講師 イブサ ●定員なし

鹿児島市金生町3-1 営業時間 10:00~19:00  
TEL/099-227-6887 受付時間 10:00~19:00

### 05 髪!!お肌!!の アンチエイジング

全講座 13:00~14:00

会場 コンディショニングジムTRY ●講師 永田麻子 ●定員3名

鹿児島市大黒町1-3(プラザビル6F) 営業時間 10:00~21:00(土曜日 10:00~18:00) 定休日 日・祝日  
TEL/090-5289-5038 受付時間 10:00~21:00

### 06 体の不調は足に原因がある「足」の悩み答えます

全講座 13:30~15:00

会場 ベネシュ鹿児島 ●講師 眞田順子 ●持ち物 半ズボン・筆記用具 ●定員5名又は2組

鹿児島市大黒町4-13 営業時間 10:00~18:00 定休日 日曜日  
TEL/099-222-8755 受付時間 10:00~18:00

### 07 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)

全講座 14:00~15:00

会場 オリーブ堂薬局 ●講師 武柳子 ●定員6名

鹿児島市金生町1-9 営業時間 9:00~18:30(日祝日 10:00~)  
TEL/099-222-1395 受付時間 14:00~15:00

### 22 季節の変わり目、なにに掛ける? おすすめ6選試してランキング

全講座 14:00~15:00

会場 有馬明治堂 ●講師 有馬明治 ●定員1組

鹿児島市中町1-16 営業時間 10:00~18:00 定休日 火曜日  
TEL/099-222-2575 受付時間 10:00~17:00

### 23 何かわからない貴金属・ジュエリー アクセサリーの買取無料査定!!

全講座 14:00~15:00

会場 グローバルアイディア ●講師 宮田美保 ●定員2名 ●持ち物 筆記用具・飲み物(ご自分)

鹿児島市大黒町1-17(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 24 本好き集まれ~! 第1回目

全講座 19:00~20:30

会場 モッキンパード ●講師 鹿島啓蔵 ●定員6名 ●対象 男女老若皆大歓迎 ●費用 500円(バー・ソフトドリンク)

鹿児島市東千石町17-1(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 25 物価上昇到来!! 知っておきたい自分資産の作り方

全講座 10:30~12:00

会場 ライフプラザパートナーズ鹿児島 ●講師 稲葉寛 ●定員1講座5名または2組 ●持ち物 電車

鹿児島市大黒町1-3 2F 営業時間 9:00~17:00 定休日 土曜日  
TEL/099-219-5977 受付時間 9:00~17:00

### 26 新NISAで始める資産運用! 口座開設知っておきたい始め方

全講座 13:30~15:00

会場 シンクルーム ●講師 稲葉寛 ●定員1講座5名または2組 ●持ち物 電車

鹿児島市東千石町8番10号 営業時間 9:00~17:00 定休日 土曜日  
TEL/090-3016-9687 受付時間 9:00~18:00

### 08 指先の血流が目で見ても実感!(機械に指をのせるだけ)

全講座 14:00~15:00

会場 オリーブ堂薬局 ●講師 武柳子 ●定員6名

鹿児島市金生町1-9 営業時間 9:00~18:30(日祝日 10:00~)  
TEL/099-222-1395 受付時間 14:00~15:00

### 09 増えている「うつ」と「不登校」。心と体のエネルギーを補う食と漢方

全講座 14:00~15:00

会場 オリーブ堂薬局 ●講師 武柳子 ●定員6名

鹿児島市金生町1-9 営業時間 9:00~18:30(日祝日 10:00~)  
TEL/099-222-1395 受付時間 14:00~15:00

### 10 赤ちゃんを授かりやすい 身体づくり(食事と温灸と漢方)

全講座 11:00~12:00

会場 オリーブ堂薬局 ●講師 武柳子 ●定員6名

鹿児島市金生町1-9 営業時間 9:00~18:30(日祝日 10:00~)  
TEL/099-222-1395 受付時間 14:00~15:00

### 11 体験!!オーダー枕作り ~よい眠りのために~

全講座 10:30~12:00

会場 ふとんの大新 ●講師 新内雅代(西川ヒロア) ●定員3名

鹿児島市金生町1-11 営業時間 10:00~19:00 定休日 無し  
TEL/099-223-4649 受付時間 10:00~18:00

### 12 きこえにお悩みの方へ きこえの相談会

全講座 10:00~13:00

会場 キク薬舗 いづろ店 ●講師 川崎将輝(シコム) ●定員3名

鹿児島市東町1-5 営業時間 10:00~18:00 定休日 日曜日  
TEL/099-225-2001 受付時間 10:00~18:00

### 13 サッカー観戦で フレイル対策

全講座 13:30~14:30

会場 漢方のセオ 金生店 ●講師 上之國太 ●定員3名

鹿児島市東町1-5 営業時間 10:00~18:00 定休日 日曜日  
TEL/099-225-2001 受付時間 10:00~18:00

### 14 初めての 社交ダンスで脳トレ!

全講座 12:00~13:00

会場 Danceable Pomme ●講師 神宮華代 ●定員5名 ●持ち物 屋内シューズ

鹿児島市東千石町9-7若松ビル3F 定休日 日曜日  
営業時間 11:00~21:00(予約可) 公式LINE@9535imewc  
お申し込みはLINEにて承ります!

### 15 心身の健康維持、強化に役立つ筋力トレーニング!

全講座 11:00~12:30

会場 コンディショニングジムTRY ●講師 永田麻子 ●定員3名 ●持ち物 タオル・飲み物 ●定員3名

鹿児島市大黒町1-3(プラザビル6F) 営業時間 10:00~21:00(土曜日 10:00~18:00) 定休日 日・祝日  
TEL/090-5289-5038 受付時間 10:00~21:00

### 16 体の歪みチェックと 簡単改善セルフケア講座

全講座 11:00~12:30

会場 綺麗屋 ●講師 今井輝男 ●定員4名

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/099-227-5155 受付時間 11:00~18:00

### 17 楽しくラッピング♪

全講座 15:00~16:00

会場 パッケージプラザゴトウ いづろ店3F (エレベーターはございません) ●講師 川畑佳子・後藤研一 ●定員3名又は1組 ●持ち物 はさみ・カッター

鹿児島市東千石町9番7若松ビル3F 定休日 日曜日  
営業時間 11:00~21:00(予約可) 公式LINE@9535imewc  
お申し込みはLINEにて承ります!

### 18 夏色にとときめく!初心者でも簡単に描けるアクリル画~空・海・星・花編~

全講座 13:00~14:00

会場 集景堂 ●講師 堀美幸(空色ありえ講師) ●定員5名または3組 ●持ち物 毛筆・筆記用具 ●費用 1,800円(画材・キャンパス)

鹿児島市東千石町11番8号 営業時間 10:00~17:00 定休日 第1・3水曜日  
TEL/090-8393-4876(編) 受付時間 17:30~20:30

### 19 初めてのアート筆文字~大切な人に贈る心に響く伝筆(ついで)カードを書こう

全講座 10:30~12:00

会場 集景堂 ●講師 堀美幸(空色ありえ講師) ●定員5名または3組 ●持ち物 毛筆・筆記用具 ●費用 1,800円(画材・キャンパス)

鹿児島市東千石町11番8号 営業時間 10:00~17:00 定休日 第1・3水曜日  
TEL/090-8393-4876(編) 受付時間 17:30~20:30

### 20 運気を变える♡ 占い体験とサンキャチャー作り

全講座 13:00~14:30

会場 Caféサカエ(中町5-28-2F) ●講師 長津之介(ふたばり重めく) ●定員3名 ●費用 2,000円(材料・コーヒーお菓子付き)

鹿児島市中町5-1-2F 営業時間 13:00~18:00 定休日 水曜日  
TEL/080-7588-7909 受付時間 14:00~17:00

### 21 季節を彩る手書き文字

全講座 10:30~11:30

会場 センテラス天文館4F・天文館図書館交流スペース ●講師 公文書教室指導者 ●定員10名(当日受付有り) ●対象 シニアの方(ふたばり重めく) ●持ち物 筆記用具(貸出可) ●費用 300円(額定)

鹿児島市東町4-2教室 営業時間 各教室に合わせます  
TEL/090-6425-6497 受付時間 9:00~14:00

### 22 季節の変わり目、なにに掛ける? おすすめ6選試してランキング

全講座 14:00~15:00

会場 有馬明治堂 ●講師 有馬明治 ●定員1組

鹿児島市中町1-16 営業時間 10:00~18:00 定休日 火曜日  
TEL/099-222-2575 受付時間 10:00~17:00

### 23 何かわからない貴金属・ジュエリー アクセサリーの買取無料査定!!

全講座 14:00~15:00

会場 グローバルアイディア ●講師 宮田美保 ●定員2名 ●持ち物 筆記用具・飲み物(ご自分)

鹿児島市大黒町1-17(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 24 本好き集まれ~! 第1回目

全講座 19:00~20:30

会場 モッキンパード ●講師 鹿島啓蔵 ●定員6名 ●対象 男女老若皆大歓迎 ●費用 500円(バー・ソフトドリンク)

鹿児島市東千石町17-1(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 25 物価上昇到来!! 知っておきたい自分資産の作り方

全講座 10:30~12:00

会場 ライフプラザパートナーズ鹿児島 ●講師 稲葉寛 ●定員1講座5名または2組 ●持ち物 電車

鹿児島市大黒町1-3 2F 営業時間 9:00~17:00 定休日 土曜日  
TEL/099-219-5977 受付時間 9:00~17:00

### 26 新NISAで始める資産運用! 口座開設知っておきたい始め方

全講座 13:30~15:00

会場 シンクルーム ●講師 稲葉寛 ●定員1講座5名または2組 ●持ち物 電車

鹿児島市東千石町8番10号 営業時間 9:00~17:00 定休日 土曜日  
TEL/090-3016-9687 受付時間 9:00~18:00

### 27 40代からの 私らしい未来のつくり方

全講座 14:00~15:30

会場 グローバルアイディア ●講師 宮田美保 ●定員2名 ●持ち物 筆記用具・飲み物(ご自分)

鹿児島市大黒町1-17(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 28 初夏の風に弾む ブルーグラス音楽を楽しむ

全講座 19:00~20:30

会場 モッキンパード ●講師 鹿島啓蔵 ●定員6名 ●対象 男女老若皆大歓迎 ●費用 500円(バー・ソフトドリンク)

鹿児島市東千石町17-1(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 29 喜算リーグ2026 (算数計算リーグ戦)

全講座 13:30~15:30

会場 山小公民館 ●講師 山小公民館 ●定員15名 ●持ち物 筆記用具 ●対象 小学生4年生以上 ●費用 500円(テキスト代)

鹿児島市大黒町1-3 2F 営業時間 9:00~17:00 定休日 土曜日  
TEL/099-219-5977 受付時間 9:00~17:00

### 30 帯の芸術 結アート作品作り

全講座 18:00~19:30

会場 前結び宗家 きの和装学苑 ●講師 木野美千代 ●定員各日3名 ●持ち物 ご自分の帯をお持ちの方は帯をタンスの中で待機している帯を使ってお作り。帯を切らずにそのまま結びが元の状態に戻り、何回も作品作りを楽しめます。

前結び宗家 きの和装学苑 ●講師 木野美千代 ●定員各日3名 ●持ち物 ご自分の帯をお持ちの方は帯をタンスの中で待機している帯を使ってお作り。帯を切らずにそのまま結びが元の状態に戻り、何回も作品作りを楽しめます。

TEL/099-223-6160 受付時間 9:00~18:00

### 31 自己判断はトラブルのもと 遺言書の書き方講座

全講座 13:00~14:00

会場 行政書士法人 みらいず ●講師 高田山 久保樹久 ●定員4名

鹿児島市大黒町1-2 加治屋ビル2F 営業時間 9:00~18:00 定休日 日・祝日  
TEL/099-298-9575 受付時間 10:00~17:00

### 32 映画で旅して、これからの親子のかたちを考える

全講座 10:15~11:35

会場 ガーデンスシネマ ●講師 黒岩美智子・柴山美穂 ●定員5名 ●持ち物 筆記用具

鹿児島市東千石町17-1(バスタービル1F) 営業時間 11:00~19:30 定休日 日・祝日  
TEL/099-225-1274 受付時間 11:00~20:00

### 33 ズバット!実践心理学 NLP体験セミナー

全講座 13:00~14:00

会場 中突町15-22 ●講師 西 裕樹 ●定員6名 ●持ち物 タオル(汗拭き用)

鹿児島市甲突町15-22 営業時間 9:00~20:00  
TEL/090-4986-4087 受付時間 9:00~20:00

### 34 ベビーマッサージ教室 生後2ヶ月~OK!

全講座 11:30~12:30

会場 センテラス天文館図書館 ●講師 西 裕樹 ●定員3組 ●持ち物 タオル(汗拭き用)

鹿児島市東千石町11番8号 営業時間 10:00~17:00 定休日 第1・3水曜日  
TEL/090-4986-4087 受付時間 9:00~20:00

### 35 弁護士と学ぶ エンディングノート活用術

全講座 10:00~11:00

会場 正法法律事務所 ●講師 正法 達朗(弁護士) ●定員3名 ●持ち物 筆記用具 ●費用 500円(エンディングノート代)

鹿児島市山下町9番1号チャームビル504 営業時間 9:00~17:00 定休日 土・日・祝日  
TEL/099-295-3785 受付時間 9:00~17:00

### 36 マヤ暦で知る 本当の自分

全講座 14:00~15:30

会場 Cafe楽屋(サカエビル2F) (マルヤガーデンズ前) ●講師 大久保ゆき子 ●定員5名 ●持ち物 筆記用具 ●費用 500円(マヤ暦・コーヒー付)

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/099-227-5155 受付時間 11:00~18:00