

**01 美白フェイシャル&リフトアップ体験**  
お肌のカウンセリング診断後、クレンジング→ピーリング→リンパマッサージ→仕上げにビタミンC導入！フェイスラインがグッとUPします！

8/12(金)・22(月)・23(火)  
10:00~11:30  
22(月)・24(水)  
13:00~14:30

- 会場: エステティックTOMO
- 講師: 長山 房子
- 材料費: 1,500円 ●持ち物: なし
- 定員: 2名まで ●対象: 女性

エステティックTOMO 霧島市国分中央1丁目24-31-2F  
定休日/木曜日、第2・4日曜日  
営業時間/10:00~19:00  
☎0995-46-4888 参加申込受付 10:00~19:00

**まぢぜみ 私たちが講師です**

まぢぜみ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教える国分中心商店街で行う少人数制ミニ講座です。60~90分程度で分かりやすく、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。

★きれいな美容・キレイに関する講座  
🍴たべる飲食に関する講座  
🍷みつくる作った、体験する講座  
📖まなぶ知識や知恵を学べる講座

**02 自宅でできるお子様の前髪Cut**  
お子様の前髪をご自宅でもできるようにご指導いたします。

8/31(水) 9/7(水)  
全て11:00~15:00

- 会場: Hairs
- 講師: 中霧 幸一
- 材料費: なし ●持ち物: ハサミ
- 定員: 2名または1組
- 対象: どなたでも

Hairs 霧島市国分中央3丁目7-3  
定休日/毎週月曜日、第2火曜日  
営業時間/9:00~19:30  
☎0995-46-0821 参加申込受付 11:00~15:00

**07 ローストビーフを作りましょう**  
お家で簡単にできるローストビーフの作り方を教えます。

9/5(月)・6(火)  
14:30~16:00

- 会場: 薩摩屋 中央店
- 講師: 白垣 まさよ
- 材料費: 500円
- 持ち物: エプロン
- 定員: 5名または2組
- 対象: 18歳以上

薩摩屋 中央店 霧島市国分中央3丁目24-26  
定休日/水曜日  
営業時間/17:00~24:00  
☎0995-56-5800 参加申込受付 16:00~23:00

**12 教えます!バーテンダーのハイボール講座**  
美味しいハイボールの作り方を教えます。家でも飲めるプロの味を、伝授します。

8/16(火) 9/6(火)  
全て19:00~20:00

- 会場: Y's Bar 30's ワイズバーサーティーズ
- 講師: 四本 正則
- 材料費: 500円 ●持ち物: なし
- 定員: 8名
- 対象: 20歳以上

Y's Bar 30's 霧島市国分中央3丁目25-3, 1F  
定休日/日曜日  
営業時間/20:00~翌3:00  
☎0995-46-1558 参加申込受付 20:00~24:00

**03 体調改善★リフレッシュ体操**  
日常の疲れや癖などで凝り固まった筋肉をほぐしてストレッチ。血液やリンパの流れを良くし、メタボやロコモにならないための健康体操。

8/24(水)・31(水)  
全て13:30~14:30

- 会場: 霧島商工会議所 会議室
- 講師: 常盤 葉子
- 材料費: なし
- 持ち物: 運動の出来る服装、タオル等
- 定員: 6名 ●対象: どなたでも

きりしま保険事務所 ☎0995-45-7468  
霧島市国分中央2丁目2-17  
定休日/日曜日、祝日  
営業時間/9:00~18:00  
参加申込受付 10:00~17:00

**08 釣った魚を調理して食べよう**  
当店の釣り堀でアジを釣って、「アジのたたき」を楽しむって食べよう。

8/22(月)・23(火)  
14:30~16:00

- 会場: 薩摩屋のさかなや
- 講師: 白垣 まさよ
- 材料費: 300円 ●持ち物: エプロン
- 定員: 5名または2組
- 対象: 親子で参加OKです。お子様のみ参加はできません。

薩摩屋のさかなや 霧島市国分中央3丁目24-26  
定休日/水曜日  
営業時間/17:00~24:00  
☎0995-46-8050 参加申込受付 16:00~23:00

**13 小さな動物のフィギュアを作ろう**  
プラモ用造形パテで作って手の平に乗る小さな動物のフィギュアを作ってみましょう。

8/11(木・祝)・27(土)  
9/4(日) 全て10:00~12:00

- 会場: マルタカヤ模型
- 講師: 岩重 賢司
- 材料費: 500円(造形用パテ、塗料代)
- 持ち物: はさみ、粘土ヘラ、工作マット(持っている人は動物図鑑)
- 定員: 6名

●対象: 小学生から大人まで(3以下のお子様はなるべく保護者同伴)

マルタカヤ模型 霧島市国分中央3丁目12-40  
定休日/火曜日 営業時間/10:00~19:30  
☎0995-45-1296 参加申込受付 10:00~19:30

**04 ところ屋さんが教える白髪染めのコツ**  
自分で出来る白髪染めのコツを、やさしく、ていねいにお教えします。

8/15(月)・29(月)  
全て10:00~11:30

- 会場: 文化理容所
- 講師: 時任 俊一
- 材料費: なし
- 持ち物: お使いの白髪染め
- 定員: 5名
- 対象: どなたでも

文化理容所 霧島市国分中央1丁目7-37  
定休日/月曜日、第3日曜日  
営業時間/8:00~19:00  
☎0995-45-1225 参加申込受付 8:00~19:00

**09 お好み焼きの作り方**  
お好み焼きをおいしく作るコツをお教えします。受講していただく方に実際に焼いていただきます。

8/17(水)・24(水)・31(水)  
全て14:00~15:00

- 会場: 笑い家
- 講師: 勝目 裕二郎
- 材料費: 300円(材料費、お持ち帰りのパック代)
- 持ち物: エプロン ●定員: 4名
- 対象: どなたでも

笑い家 霧島市国分中央3-15-15 ミナオナント1F  
定休日/月曜日  
営業時間/11:30~14:00、17:00~23:00  
☎0995-45-2900 参加申込受付 17:00~23:00

**14 “ラジオでしゃべっちゃおう!”パーソナリティ体験**  
ラジオパーソナリティとしての基礎の修得と実際に番組制作及び生放送を楽しみます。

8/11(木・祝)・22(月)  
26(金) 全て14:00~15:30

- 会場: FMきりしま
- 講師: 堀之内 有里
- 材料費: なし ●持ち物: なし
- 定員: 3名 ●対象: どなたでも

FMきりしま 霧島市国分中央3丁目33-34 大山ビル2F  
定休日/土、日曜日  
営業時間/9:00~19:00  
☎0995-73-7070 参加申込受付 10:00~17:00

**05 長山さんちのガネ食べてみませんか?**  
鹿児島郷土料理のガネ。各家庭で材料・味は様々です。小麦粉と餅米粉に生薬を効かせた、さっくり軽めのガネ。ぜひご賞味下さい。

8/26(金)・30(火)  
10:00~11:00

- 会場: エステティックTOMO
- 講師: 長山 房子
- 材料費: 300円
- 持ち物: なし ●定員: 6名
- 対象: 女性

エステティックTOMO 霧島市国分中央1丁目24-31-2F  
定休日/木曜日、第2・4日曜日  
営業時間/10:00~19:00  
☎0995-46-4888 参加申込受付 10:00~19:00

**10 パティシエと作るケーキ教室**  
霧や櫻や店内の見える工房で、パティシエからケーキ作りのコツを学んでみませんか?作ったケーキはもちろんお持ち帰りいただけます。

9/7(水) 13:00~15:00

- 会場: 霧や櫻や
- 講師: 千葉博士(パティシエ)
- 材料費: 2,000円(ケーキ材料代)
- 持ち物: スリッパ ●定員: 15名
- 対象: 未就学児の同伴は危険ですので御遠慮ください。

霧や櫻や 霧島市国分中央西456-1  
定休日/不定休 営業時間/8:00~20:00  
☎0995-46-1117 参加申込受付 9:00~17:00

**15 ギターと音楽**  
音楽とギターのかかわりと、その発展に果たした役割を、楽しく話し合いませんか?

8/12(金)・26(金)  
全て15:30~17:00

- 会場: ミヤタカンパニー
- 講師: 宮田 隆一
- 材料費: なし
- 持ち物: なし
- 定員: 5名
- 対象: どなたでも

ミヤタカンパニー 霧島市国分中央3丁目6-8  
定休日/日曜日  
営業時間/10:00~19:00  
☎0995-46-1200 参加申込受付 10:00~19:00

**06 居酒屋の学校「日本料理の基本“出汁”の常識」**  
居酒屋の料理って色々ありますが、今回は、日本料理の基本であり出す汁のとおり方、その出汁を使って今晚の酒の肴を教えます。

8/15(月)・16(火)  
各14:00~15:00

- 会場: お宿のかくれ家
- 講師: 長沼 法文
- 材料費: 500円
- 定員: 各回5名まで
- 対象: 20歳以上の女性

お宿のかくれ家 霧島市国分中央3-17-19 アーバンホテル国分1F  
定休日/不定休 営業時間/18:00~0:00  
☎0995-47-5188 参加申込受付 10:00~17:00

**11 おうちで簡単!燻製づくり!**  
家でもできるフライパンを使った、かんたん燻製の作り方を教えます。

8/22(月)・23(火)  
全て13:00~14:00

- 会場: お宿のかくれ家
- 講師: 袴田 幸二
- 材料費: 1,000円 ●持ち物: なし
- 定員: 各回5名まで
- 対象: 20歳以上の女性

お宿のかくれ家 霧島市国分中央3-17-19 アーバンホテル国分1F  
定休日/不定休 営業時間/18:00~0:00  
☎0995-47-5188 参加申込受付 10:00~17:00

**16 親子で!はじめてのワクワクレッスン**  
親子で歌を歌ったり、エレクトーンを弾いたり楽しみましょう。

8/20(土)・27(土)  
全て10:30~11:30 9/10(土)

- 会場: 十字屋ヤマハ音楽教室 国分センター
- 講師: 濱田 孝子
- 材料費: なし ●持ち物: なし
- 定員: 7組
- 対象: 4歳以上の子どもと保護者同伴

十字屋ヤマハ音楽教室 霧島市国分中央3丁目12-37 クロ・アール20 2F  
定休日/なし  
営業時間/13:00~20:00  
☎0995-45-4552 参加申込受付 15:00~20:00