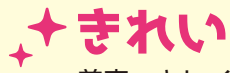




私たちが講師です

まち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「まち」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。



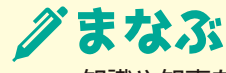
美容・キレイに関する講座



飲食に関する講座



作ったり、体験する講座



知識や知恵を学べる講座

01 ストレッチボールで姿勢美人
自分では難しい背中から腰にかけてのストレッチで、姿勢を改善してくれるストレッチボール。その驚きの効果と便利な使い方を紹介します。

10/24 (火)・31 (火)
11/7 (火) 全て 14:00～15:00

●会場：あおい整骨院 ●材料費：なし
●持ち物：動きやすい服装、タオル
●定員：4名または2組 ●対象：どなたでも

あおい整骨院 霧島市国分名波町10-17 定休日/日・祝・水曜日午後
営業時間/9:00～19:30 (土曜は17時まで)
☎ 0995-50-3253 参加申込受付 9:00～19:30

06 SUNTORY 世界の5大ウイスキーセミナー
5大ウイスキーの香り、味わいを体感頂く。日本、アメリカ、スコットランド、カナダ、アイルランドの五カ国のウイスキーの説明をします。

11/8 (水)・15 (水)
両日 18:00～19:00

●会場：居酒屋 お宿のかくれ家
●講師：星ノ谷 瑛 (SUNTORY)
●材料費：なし ●持ち物：メモ
●定員：6名まで ●対象：20歳以上

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/18:00～24:00
☎ 0995-47-5188 参加申込受付 13:00～17:00

11 お家でできるたこ焼き
実際にたこ焼きを焼きながら、ご家庭で焼くときのコツをお教え致します。焼いたたこ焼きはお持ち帰りいただくか、その場で召し上がっていただきます。

10/31 (火)・11/7 (火)・14 (火)
全て 13:00～14:00

●会場：笑い家
●講師：勝目 裕二郎
●材料費：500円 (材料代、ドリンク代)
●持ち物：なし ●対象：どなたでも
●定員：各回3名又は1組

笑い家 霧島市国分中央3-15-15 ミナオテナント1F
定休日/月曜日 営業時間/18:00～23:00
☎ 0995-45-2900 参加申込受付 13:00～17:00

02 ツルツル! スベスベ! 脱毛体験
脱毛に興味・関心のある方に、毛周期、発毛メカニズムを知って頂き、個人カウンセリングを行います。その後、実際に脱毛体験をして頂きます。

10/26 (木) 10:00～11:30
10/28 (土) 10:00～11:30
13:00～14:30

●会場：エステティックTOMO
●講師：大野 朋子
●材料費：1,000円 ●持ち物：なし
●定員：2名 ●対象：女性

エステティックTOMO 霧島市国分中央1-24-31-2F
定休日/月曜日・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

07 長山さんちのガネ食べてみます? 味くらべ!!
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姜を効かせた、さっぱり軽めのガネ。ぜひご賞味下さい。

10/23 (月)
10:00～11:00 13:30～14:30

●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：4名 ●対象：女性

エステティックTOMO 霧島市国分中央1-24-31-2F
定休日/月曜日・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

12 青春ポップス
歌って踊れる「青春ポップス」青春の名曲をあの頃に戻って、みんなと楽しく歌えるコースです。カラオケ以上、レッスン未満、新しい歌の楽しみ方!

10/26 (木)・11/16 (木)
両日 11:00～12:30

●会場：十字屋ヤマハ音楽・英語教室 国分センター
●講師：濱田 孝子 ●材料費：なし
●持ち物：なし ●定員：10名
●対象：大人の方 (子供は不可)

十字屋ヤマハ音楽・英語教室 国分センター 霧島市国分中央3丁目12-37 グロ・アール20 2階
定休日/なし 営業時間/14:00～20:00
☎ 0995-45-4552 参加申込受付 15:00～20:00

03 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グッとUPします♪

10/25 (水) 10:00～11:30
13:00～14:30
11/1 (水) 10:00～11:30
13:00～14:30

●会場：エステティックTOMO
●講師：大野 朋子
●材料費：1,500円 ●持ち物：なし
●定員：2名 ●対象：女性

エステティックTOMO 霧島市国分中央1-24-31-2F
定休日/月曜日・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

08 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ます出汁のとおり方と、その出汁を使って今晚の酒の肴を教えます。

10/24 (火)・11/14 (火)
各 13:00～14:00

●会場：居酒屋 お宿のかくれ家
●講師：長沼 法文
●材料費：なし ●持ち物：なし
●定員：各回6名まで ●対象：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 13:00～17:00

13 ドレミクラブ
ヤマハ音楽教室の講師による1～3歳のお子さまと保護者の方のための音楽ひろばです。ご家庭ではなかなか味わえない、多彩な音楽体験をお届けします。

11/1 (水)・22 (水)
両日 11:00～12:00

●会場：十字屋ヤマハ音楽・英語教室 国分センター
●講師：渡瀬 圭子 ●材料費：なし
●持ち物：なし ●定員：5組
●対象：1～3歳児

十字屋ヤマハ音楽・英語教室 国分センター 霧島市国分中央3丁目12-37 グロ・アール20 2階
定休日/なし 営業時間/14:00～20:00
☎ 0995-45-4552 参加申込受付 15:00～20:00

04 乳酸菌で元気にキレイに
ふだんの生活の中で続けられる貯筋と貯気と貯菌について話してみよう。

10/25 (水) 18:00～19:30
11/2 (木)・8 (水) 22 (水)
10:00～11:30

●会場：きりしまミクス2F
●講師：赤塚 涼子・稔
●材料費：なし ●持ち物：なし
●定員：6名 ●対象：どなたでも

(株)ファイトケミカル・ラボ 霧島市国分福島3-33-17、名波町20-14
定休日/土・日・祝日 営業時間/9:00～17:00
☎ 0995-73-6464 参加申込受付 9:00～17:00

09 芋焼酎の歴史と楽しい飲み方
芋焼酎の誕生秘話 (歴史など) 健康的な飲み方や日々の焼酎がもっと楽しくなる方法など、ちょっとしたことで新たな発見ができる講座内容です。

11/18 (土)・23 (火)
両日 13:00～14:30

●会場：石野商店
●講師：石野 孝二、若松 翔平
●材料費：なし
●持ち物：筆記用具
●定員：各回6名
●対象：20歳以上

石野商店 霧島市国分広瀬2-28-33 定休日/なし
営業時間/8:00～20:30
☎ 0995-45-5019 参加申込受付 13:00～17:00

14 刺繍体験
お持ちの服などに刺繍をしてみませんか? 簡単な名前など刺繍します。

11/9 (木) 11/14 (火)
18:00～19:00 16:00～17:00

●会場：バロンコズマ
●講師：小妻 幸亮 ●材料費：なし
●持ち物：刺繍したい私物
●定員：2名または2組
●対象：どなたでも

バロンコズマ 霧島市国分中央3-12-8 定休日/なし
営業時間/10:00～19:00
☎ 0995-45-0133 参加申込受付 10:00～19:00

05 失敗しないペペロンチーノの作り方
普段おうちでパスタを作る時、失敗のない、プロのコツを伝授します。シンプルなパスタ程難しい!! おうちレシピ増えるまちがない!!

10/29 (日) 各 15:00～16:00
11/5 (日)・12 (日)

●会場：イタリア食堂 マチルダ
●講師：土川 龍二
●材料費：500円 ●持ち物：なし
●定員：各回6名まで ●対象：どなたでも

イタリア食堂 マチルダ 霧島市国分中央3-24-11 定休日/日曜日
営業時間/18:00～25:00
☎ 0995-73-3030 参加申込受付 14:00～18:00

10 焼肉屋が伝授する! お肉の楽しみ方
お肉についての知識と、おいしい食べ方をお酒を飲みながら楽しく学びませんか?

10/23 (月) 各 13:00～14:00
11/6 (月)・20 (月)

●会場：個室焼肉ひごや
●講師：肥後 浩和
●材料費：1,000円 (ワンドリンク&お肉)
●持ち物：なし ●対象：20歳以上
●定員：各回6名または3組

個室焼肉ひごや 霧島市国分中央3-570-9 定休日/木曜日
営業時間/18:00～24:00
☎ 0995-73-4529 参加申込受付 12:00～18:00

15 プリントゼッケン作成 縫いつけ
保育園・幼稚園の体操服のゼッケンを作成して縫いつけまで行います。

10/26 (木) 11/7 (火)
両日 11:00～12:00

●会場：バロンコズマ
●講師：小妻 幸亮 ●材料費：なし
●持ち物：ゼッケンをつけたい体操服
●定員：3名または2組
●対象：どなたでも

バロンコズマ 霧島市国分中央3-12-8 定休日/なし
営業時間/10:00～19:00
☎ 0995-45-0133 参加申込受付 10:00～19:00