

まちの学校55 春期生募集

題字提供 さおり書道会 関野 美穂さん



佐野ブランドキャラクター
さのまる ©佐野市



佐野商工会議所 1F 『まちなかサロン』にて

～私たちは、まちの学校を応援しています!～

あなたは **相続問題の危険度** をチェックしたことはありますか?

認知症になるとお金引き出せない?
子供がいない我が家の相続人は?
遺言書を書いた方がよいケースは?

相続相談の専門家があなたの課題と解決への道筋を提供します

ご予約 → 初回ヒアリング → 生きやすい未来への教科書の提示

料金 11,000円(税込)
※課題解決までのサポートが必要な場合別途コンサルティング料が発生致します

相続相談の専門家
TSURAGU SOUZOKU SALON

繋ぐ相続サロン® ラクレア ご予約・お問合せ
Tel.0283-86-9333
平日・土曜 10時～19時

LINE予約QR ▶ 24時間OK

私たちは『相続』に強い不動産会社です

相続の不動産コンサルティングを中心とした不動産会社です。

複雑な案件も各士業と連携し解決致します。

セミナーなどのご依頼もお気軽にお問合せ下さい

ご相談・お問い合わせ
不動産売買・仲介
株式会社LACREA
佐野市植下町4007-3

TEL 0283-86-9333
LINE予約QR ▶ 24時間OK

家族で通える **脱毛 美肌 小顔**

美肌サロン **ラフレイジュ**
佐野出身の美容家の正直で良心的な店

【ヒゲ部ラフレイジュ発足】
「激痛で効果が遅い」が一般的なヒゲ脱毛。でもラフレイジュなら無痛の最高級専門機、抜けた毛がその場で確認できる速攻効果! 一部だけ残すデザインヒゲも対応

ヒゲ脱毛専門
機器導入!

ヒゲは加齢臭の原因になるし、ひげ剃りから解放される

家族で通える 介護脱毛
も、今や常識ね!

バアバとママは美顔
私は全身脱毛
当然ハイジニーナ

シワ/シミ改善
小顔リフトUP左施術

【お客様の声】
・シワ/シミ/目のクマ改善、リフト効果で目もパッチリ。最近増えたホクロも薄くなったんです! (50代看護師)
・小顔になり「ヤせたね」と言われる♡ (20代OL)
・宇都宮某の脱毛は毛穴がヤケドっぽくガサガサ。ラフレイジュは無痛スベスベ! 宇都宮某店は倒産してお金が戻らない(泣) ラフレイジュは地元経営安心信頼! (30代)

小顔カッサ 6600円
光美顔 7700円
会員様はもっとお得特典一杯!

ラフレイジュは高い技術をリーズナブル。脱毛は世界最高級機で無痛最速。光美顔はシミシワ改善「小顔と美肌が一度に叶う」と大好評。医師・看護師 弁護士・経営者・学生・主婦・会社員・公務員・70代80代シニア層 老若男女全てにご利用頂いてます 佐野駅3分・市役所近く。カウンセリング無料、気軽にお電話下さい

090-1625-3489
LINE問合せOK 電話 いつもニコリ さあヨヤク

ちょっとお待ちください!!

長年ご愛用されている大切なバッグで、色落ち・壊れ・汚れなどでご使用を諦めていませんか?
当工房にて修理いたします。

※品物の状態を拝見し、打ち合せの上で修理代はご相談とさせていただきます。お気軽にお問い合わせください。

ワディシルバー 森 憲司 ☎090-3225-8035 (植下町赤城神社西側)

■営業内容■
オーダーメイド革製品・宝飾品・トートバッグ・財布・小物類など、ご予算に応じてお作りいたします。さらに、宝飾品の修理・リメイク・サイズ直し及び加工をいたします。先ずは、お気軽にお電話ください。古物商 411040001314

あなたの大切な時計、修理しませんか!!

◇腕時計・掛時計・置時計なんでも修理承ります
只今 修理料金:廉価サービス中!

◆オーバーホール料金(税別)
(一例) ロレックス・オメガ
手巻き式 18,000円～
自動巻き式 23,000円～
クォーツ式 15,000円～ tokai修理料金表

☆時計修理とメガネの専門店☆
(公認)一級時計修理技能士 & 一級眼鏡作製技能士の店
シマダ時計眼鏡店
佐野市大祝町 2273 TEL:0283-22-1775 定休 木曜日

処分市

手編作品処分販売
↑以上5,000円以下↓有り

5月1日(月)～(日曜日定休)
PM1時～4時

ネオヤあみもの手芸店
佐野市久保町 0283-22-0182

悩んでいませんか? その腰痛!

まったく新しい腰痛の改善方法!

周波数療法

何故か、当院だけが結果を出し続けているのか?
世界56か国のメディアでも取り上げられた!
世界最強の「腰痛治療」遂に公開・
世界の俳優や有名芸能人、スポーツ選手も絶賛!

申込フォーム

通常5500円を64%引き
お試し1980円

アトラスヒーリング整体院
代表:桑原裕之
佐野市高砂町682-2
(増田内科医院様の斜め前)

お問合せ先:0283-22-7925

addict cure
～アディクトカール～

人気のLash addictから回を重ねるたびに
美しさが増すまつ毛カール登場。

まつ毛は育てて上げる時代へ...
まつ育&カールでマツエク級自まつ毛!!化粧品登録で安心
アディクトカール¥5,300⇒新規様¥4,800税込。
アディクトサロンケア(まつ育)¥6,600⇒新規様¥4,800税込

まつ毛カール&まつ毛育毛サロンLicht〜リヒト
佐野市堀米町1696-1 ☎080-7150-2313
コーポラスアベニュー302
Hot Pepperbeauty24時間ネット予約&ブログをチェック!

主催 / 佐野商工会議所 ☎327-0027 佐野市大和町2687-1 まちの学校の お申込み、お問合せは ☎(0283)22-5511

※まちの学校55の講座は、令和5年4月1日(土)午前10時(当所窓口優先受付・先着順)にてお申込みいただけます。詳しくは裏面をご覧ください。

※新型コロナウイルス感染症対策のため、手指消毒、手洗い、咳エチケット、マスク着用、換気等、感染症対策を講じるとともに、体調不良の方のご参加はご遠慮下さい。

次の注意事項をご確認の上、お申込みください。

- ①受講料・教材費については、各講座により異なります。詳細は募集要項をご確認ください。
- ②受講料及び教材費は、全て税込みです。
- ③事務負担の軽減のため、受講料及び教材費につきましては、おつりのないよう、ご協力をお願いします。
- ④申込期限は、原則各開催日5日前までとさせていただきます。(※事前にご予約ください。)
- ⑤予約の取り消しは、原則各開催日5日前までとさせていただきます。なお、受講料及び教材費が必要な講座については、キャンセル料として実費受講者の負担となりますのでご注意ください。
- ⑥複数回の講座において、欠席の場合、連絡の有無・理由のいかんを問わず、受講料及び教材費の返金はいたしません。
- ⑦受講申込が少ない場合、講師と相談の上、講座を中止させていただくことがありますのでご了承ください。(前々日までに電話にてご連絡いたします。)
- ⑧講座中は、商品・サービスの販売は一切行っておりません。
- ⑨複数回、主催者に無断で欠席を繰り返す方については、参加申込をお断りさせていただきます。
- ⑩講座中に、講師並びに受講者の迷惑になる行為があった場合は、今後の参加をお断りさせていただきます。
- ⑪マスク着用は、原則として個人の判断が基本となりますが、講座によってはマスク着用をお願いする場合もございますので、ご協力をお願いいたします。
- ⑫未就学児をお連れになる方は、申込時に同伴参加が可能かどうかご確認ください。
- ⑬講座内外における諸問題については、当事者間で解決するものとし、主催者は一切責任を負いません。(例:ケガ、盗難、事故、販売トラブル、セクハラ等)
- ⑭講座開始から10分以上の遅刻、及び再入場はご遠慮ください。
- ⑮原則として申込完了後、主催者より確認等の連絡はいたしませんので、各自で日程及び内容を確認の上ご参加ください。
- ⑯受講者の個人情報は講座に関する連絡の他、お客様のサービス向上をはかる目的で利用させていただきますが、受講者の同意無しに第三者に開示したり提供したりすることはありません。
- ⑰「まちの学校55」は、No.33～41を除き当会館内で開催するものいたします。各講師が自主的に当会館内及び各店舗等において主催する講座と、まちの学校及び佐野商工会議所は一切関係なく、またその講師及び事業所を佐野商工会議所が推薦又は保証するものではないことをご理解の上ご参加ください。
- ⑱(講師希望の方へ)講師経験が豊富で集客が見込める講座であり、当所講師基準を満たす方を優先いたします。なお、開催の有無については全体的なバランスや受講申込状況等を勘案し主催者が決定いたします。(ただし、審査の経過は公開いたしません。)

2023年4～6月期
(第55回)

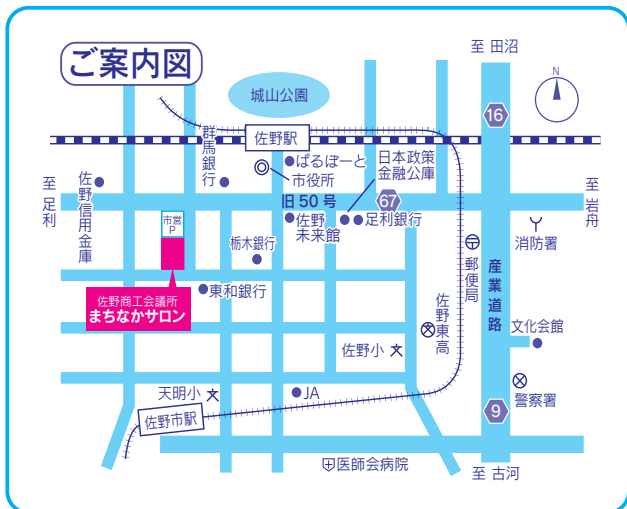
予約の電話が繋がらない…。
そんなお客様の声にこたえて、
①または②の方法でお申込ください。

1 当所窓口優先受付

4月1日(土)・2日(日)
午前10時～午後5時
♥おすすめです。

2 電話予約受付

4月3日(月)
午前10時より



1 ハーブよもぎパック作り NEW Teacher

国産よもぎと数種類のハーブからハーブを選んで、自分だけの「ハーブ入りよもぎパック」を作ってみませんか？

※よもぎパック5つ付き
※よもぎパックはお風呂に入れて使用します。
※写真はイメージです。

女性専用かつさサロン gloriefille 代表
新井 幸枝

①4月27日(木) 10:00～11:30
②5月25日(木) 10:00～11:30

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各2,000円

2 季節の言葉を愉しむ 65歳からの公文式書写教室 NEW Teacher

気持ちをつなぐひと言や時々の知見を深める季節課題等楽しく書く事を目的としつつ読み物としても楽しめる飾りたくなるような教材です。

※筆ペン等をご持参ください。

公文式 堀米町東教室 代表
人見 久美子

①4月27日(木) 14:00～15:30
②5月31日(水) 14:00～15:30

[定員]各10名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各1,100円

3 【手ぶらで体験書道教室 書く楽しさを感じよう】

基本からご指導いたしますので、初めての方もお気軽にご参加ください。

①筆ペンの部
②毛筆の部
※必要な道具は全て用意いたします。
※汚れてもいい服装でご参加ください。

佐野市ふるさと特使 さおり書道会 代表
書道家 さおり

①4月11日(火) 10:00～11:30
②5月9日(火) 10:00～11:30

[定員]各6名 ※講座内容は異なります。[受講料]各2,000円(教材費込)

4 気軽に持てるお出かけバッグ ワンマイルトート(全2回コース) イチオシ

見た目は小さいけど!!使いやすさ抜群のワンマイルトートバッグ。仕上がりまで、全サポートいたします。手ぶらでご参加ください。

※必要な材料・道具は全て用意します。
※写真はイメージです。

ワティ シルバー 代表
森 憲司

(第1回)4月12日(水) 13:00～16:00
(第2回)4月19日(水) 13:00～16:00

[定員]10名 [受講料]2,860円(2回分) [教材費]9,000円(2回分)

5 伸びる子、自主的に学習する子になるためには？

✓やる気スイッチが入らなくて、つい感情的に叱ってしまう…そんなママ達からすぐに生かして楽しく学べると大好評だった宇都宮での内容を講演します。

※対象:5歳～保護者

(国)キャリアコンサルタント教育専門
石川 恵理

4月15日(土) 10:00～11:00

[定員]10名 [受講料]550円 [教材費]無料

6 投資初心者が絶対知っておきたい お金の管理術セミナー

物価上昇・超低金利に増税時代が待ち受けている中、海外富裕層がみんなやっている「お金の管理術」でお金に縛られない生活を手に入れましょう!

(有)マインズプランニング 代表 IFA
石井 修一

①4月15日(土) 10:00～11:30
②5月14日(日) 10:00～11:30

[定員]各10名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]無料

7 美味しく減塩料理教室 ～1食2gってどんな味?～【カレー】

生活習慣病の食生活で基本となるのは「減塩」1人分でも調理の工夫を通して、減塩のポイントを知ってもらう講座です。

※エプロンをご持参ください。
※すべて持ち帰ります。

認定栄養ケア・ステーションlee.くつく
森下 利江子

①4月15日(土) 13:00～15:00
②6月17日(土) 10:00～12:00

[定員]各5名または3組 ※講座内容は同じです。[受講料]各1,100円 [教材費]各900円

8 生きづらさから抜け出す たった一つの方法(全2回コース)

私、本当に変われますか?あなたが「変わる」と決めたら変わります。「あなたの思いが現実を作る」あなたがあなたを助けましょう。あなたを救えるのはあなたしかいません。

ライフコーチ
栢谷 ユリ子

(第1回)4月16日(日) 10:30～12:00
(第2回)5月21日(日) 10:30～12:00

[定員]6名 [受講料]4,400円(2回分・教材費込)

9 ウェーブ模様のプルオーバー、【かぎ針編】(全3回コース) イチオシ

ウェーブ状にデザインされたモダンな編地が目目をひく横編みの作品!薄い淡色はどんな色とも合うでしょう。長編はかりなので安心ですよ。
※色は①オフホワイト ②ベージュ ③淡ブルーグレーからお選びください。
※下記の物をご持参ください。
①かぎ針4号または5号 ②リング
※どこでもカードのポイントを差上げます。
※写真はイメージです。

ネオヤあみもの手芸店 小沼 恵美子

(第1回)4月16日(日) 13:30～15:30
(第2回)4月30日(日) 13:30～15:30
(第3回)5月14日(日) 13:30～15:30

[定員]12名 [受講料]1,650円(3回分) [教材費]4,400円(3回分)

10 ドライフラワースワッグ&プリザーブドフラワー仏花

①ナチュラル感が魅力のおしゃれなスワッグ。今大注目の人気アイテムです。(写真左)
②夏のお水の入れ替えが大変な時期にお花を供えて、ご先祖様に喜んで頂きましょう。(写真右)
※写真はイメージです。

フローラルK 主宰
鳥羽田 克江

①4月17日(月) 10:00～12:00
②6月20日(火) 10:00～12:00

[定員]各6名 ※講座内容は異なります。[受講料]各550円 [教材費]各3,300円

11 花や野菜果物を絵手紙に描いて楽しみましょう。(全3回コース)

基本から丁寧に指導いたします。

※下記の物をご持参ください。
①初回いちご ②書道用具一式
③絵の具一式 ④ティッシュ
※②、③は手持ちのもので結構です。
※写真はイメージです。

日本書道文化遺産作家 千金楽 恒水

(第1回)4月20日(木) 10:00～11:30
(第2回)5月18日(木) 10:00～11:30
(第3回)6月1日(木) 10:00～11:30

[定員]15名 [受講料]1,650円(3回分) [教材費]200円(3回分)

※まちの学校55の講座は、このチラシに掲載されている日程及び場所以外では、一切開催していません。 ※次回、夏期生の受付は、7月3日(月)を予定しております。

※新型コロナウイルス感染症対策のため、手指消毒、手洗い、咳エチケット、マスク着用、換気等、感染症対策を講じるとともに、体調不良の方のご参加はご遠慮下さい。

12 『相続・終活』個別相談 わが家の問題点を早期発見!



相続対策、何から始めていいかわからない方、まずは専門家とお話をしてみませんか?

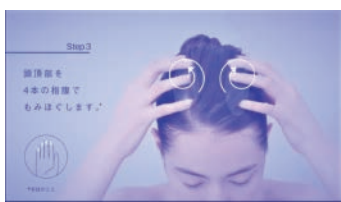
※相続の「健康診断」診断カルテをプレゼント
※お一人様50分の個別相談となります。
※筆記用具をご持参ください。

繋ぐ相続サロン@ラクレア 代表
大谷 香也子

①4月21日(金) 10:30~12:30
②4月21日(金) 13:30~16:20

[定員]①2名②3名 ※講座内容は同じです。[受講料]各1,100円 [教材費]無料

13 血液の循環をよくして 女性ホルモンを活かせる美肌づくり



女性ホルモンは最終的には、美肌にも、つながります。知らない損する女性ホルモンのお話&簡単5ステップセルフ頭皮マッサージで血行促進!

※ハンドトリートメントをご体験ください。

ポーラエステイン with you 代表
坂口 雅美

①4月22日(土) 10:00~12:00
②5月19日(金) 13:30~15:30

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]無料

14 丸底がま口を作ります。 (全2回コース)



毛糸を使用します。底を丸く編み口金具を取り付け2回で完成させます。

※8号のかぎ針、めがねが必要な方はご持参ください。
※写真はイメージです。

ハンドメイドクリエイター
TOMOKO

(第1回)4月22日(土) 13:30~15:30
(第2回)4月29日(祝・土) 13:30~15:30

[定員]5名 [受講料]1,100円(2回分) [教材費]800円(2回分)

15 シニアのための脳トレピアノ® 脳がいきいき若返る!



脳を活性化させるためにピアノを取り入れた楽しい内容です。『誰でも』『何歳からでも』1本指からスタート!お気軽に参加ください。

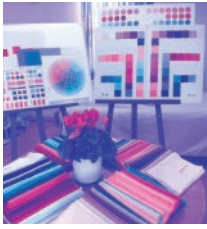
※お申込の際にキーボードの有無をお知らせください。楽器はなくても大丈夫です。

脳トレピアノ®認定講師 ましお音楽教室
真尾 雅子

①4月24日(月) 10:00~11:30
②4月24日(月) 13:30~15:00

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各100円

16 自分に似合う色を 発見してみましょ!



洋服選びを好きな色から似合う色へ…。オシャレに役立ててください。

※写真はイメージです。

パーソナルカラーリスト(株)美趣 代表
浦嶋 文純子

①4月25日(火) 10:30~12:00
②6月6日(火) 10:30~12:00

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]無料

17 自分で作る見開き大判サイズ さのまる柄御朱印帳



「大人かわいい!」ご当地キャラをデザインするスラブウインがリクエストの多かった見開きの御朱印が貼れる御朱印帳づくりを開催いたします。

※下記の物をご持参ください。
①裁ちばさみ(布を切る際使用します)
②スティックのり(液体のりは濡きにくいため不可)
※写真はイメージです。

School&Salonスラブウイン 代表
柏倉 美香

5月3日(祝・水) 10:30~12:00

[定員]10名 [受講料]550円 [教材費]2,600円

18 作って楽しもう アイシングクッキー講座



母の日クッキー作り
作ってケーキ飾りませんか?

※エプロンをご持参ください。
※写真はイメージです。

coco_sucreglace 代表
奥山 京子

5月7日(日) 13:30~15:00

[定員]10名 [受講料]550円 [教材費]1,000円

19 麻ひもバッグ講座 (全3回コース)



三つ編み持ち手のトートバッグです。

※8号のかぎ針をご持参ください。
※写真はイメージです。

ときまま 代表 大山 紀代美

(第1回)5月9日(火) 13:30~16:00
(第2回)5月16日(火) 13:30~16:00
(第3回)5月23日(火) 13:30~16:00

[定員]10名 [受講料]1,650円(3回分) [教材費]1,000円(3回分)

20 楽しく♡素敵に! メイキング・アクセサリー



①リボンチャームも可愛いアメジストカラーのネックレス。(写真左)
②パールとロンデルの大人ネックレス。(写真右)
※必要な工具は全て用意いたします。
※めがねが必要な方はご持参ください。
※申込締切及びキャンセルは各講座開催日の10日前までといたします。
※写真はイメージです。

Nature~ナチュレ~ 代表
坂本 正子

①5月12日(金) 10:00~12:00
②6月10日(土) 10:00~12:00

[定員]①7名 ②10名 ※講座内容は異なります。[受講料]各550円 [教材費]①1,600円 ②1,500円

21 自分で作る カーネーションの花束



母の日、父の日のプレゼントに、カーネーションの花を作ります。

※対象:中学生以上
※必要な道具は全て用意いたします。
※写真はイメージです。

せつけん工房 代表
岡田 育子

①5月13日(土) 10:00~12:00
②5月13日(土) 13:30~15:30

[定員]各10名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各1,200円

22 オランダのトルペイント アッセンデルフト



楕円の小箱(縦10.3×横20.5×高さ6.2センチ)にアイリスの花を描きます。
宝箱?キャンディーBOX?

※下記の物をご持参ください。
①エプロン ②タオル
※写真はイメージです。

ヨーロッパクラシカルフォークアート 講師
永島 由江

5月17日(水) 10:00~12:00

[定員]5名 [受講料]550円 [教材費]1,700円

23 話題のアドラー流 悩みとの付き合い方講座



・アドラー心理学を学びます。
・気が楽になる悩みとの付き合い方を楽しくワークをしながら学びます。
「もやもや」が少し楽になりますよ!

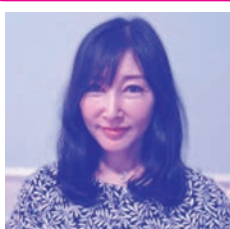
※筆記用具をご持参ください。

(株)チームフロー認定メンタルコーチ
今泉 秀俊

①5月20日(土) 10:00~12:00
②6月4日(日) 10:00~12:00

[定員]各8名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]無料

24 初めてのハーバルアストロジー アロマとホロスコープ



ホロスコープであなたの運勢や性質を読み取り、ご自分を元気づける・癒す等の目的にあったアロマをアドバイスします。

※ホロスコープ・鑑定書・アロマ・ハーブティ、以上4点お土産付き

ラフレイジュメイクスタジオ
永澤 有希

5月21日(日) 13:30~15:00

[定員]6名 [受講料]1,000円 [教材費]無料

25 手作りプリザーブドフラワー



基本的着色法以外にも、プリザーブドフラワーならではの素敵な着色を楽しむことができます。アレンジした作品はお持ち帰りいただけます。

※カッターをご持参ください。
※申込締切及びキャンセルは各講座開催日の10日前までといたします。
※写真はイメージです。

ユニバーサルデザイナーズ協会 認定講師
上波 恵子

①5月26日(金) 13:30~15:30
②6月23日(金) 13:30~15:30

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各3,500円(教材費込)

26 2日間完結!!似合う軸講座♡ 「骨格診断&顔タイプ診断」



自分軸で一生涯悩まないファッションスタイルを学ぶ講座。
①骨格診断②顔タイプ診断
2日間の受講で診断と失敗しない服選びの理論が学べます

※小物体験コーナー有り。
※筆記用具をご持参ください。

自分スタイルファッションコンサルタント 美サンテ 代表
関 美由紀

①5月28日(日) 14:00~15:30
②6月18日(日) 14:00~15:30

[定員]各6名 ※講座内容は異なります。[受講料]各3,300円(教材費込)

※まちの学校55の講座は、このチラシに掲載されている日程及び場所以外では、一切開催していません。 ※次回、夏期生の受付は、7月3日(月)を予定しております。

※新型コロナウイルス感染症対策のため、手指消毒、手洗い、咳エチケット、マスク着用、換気等、感染症対策を講じるとともに、体調不良の方のご参加はご遠慮下さい。

27 コールドプロセス石けんと 手作りコスメ講座



肌にも環境にも優しい石けんを手作りしてみませんか。
日焼け後の肌に良いクリームも作ります。

※下記の物をご持参ください。
①エプロン ②メガネ
③保温バックまたは大きめのタオル
※写真はイメージです。

Arvo Craft 代表
michi

①6月3日(土) 10:00~12:00
②6月3日(土) 13:30~15:30

[定員]各4名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各2,500円

28 くまちゃんの誕生日ケーキ (樹脂粘土)



樹脂粘土で誕生日ケーキ(ギフト缶)を作ります。
中に好きな小物やプレゼントを入れるのにオススメです。
可愛いものがお好きな方にもオススメです。
※エプロンをご持参ください。
※食べ物ではありません。
※写真はイメージです。

こねこねねこね 代表
小松原 姫真

①6月 3日(土) 10:30~12:00
②6月24日(土) 10:30~12:00

[定員]各5名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各2,000円

29 スモークツリーと 植物のブーケ・リース作り



もくもくふわふわお部屋を彩る
①ブーケ(写真左)
②リース(写真右)
を作しましょう。

※持帰り用袋をご持参ください。
※写真はイメージです。

Melaleuca 代表
堤崎 亜弥子

①6月 6日(火) 14:00~16:00
②6月20日(火) 14:00~16:00

[定員]各6名 ※講座内容は異なります。[受講料]各550円 [教材費]①3,850円②4,950円

30 スノーボールとグリーンの ナチュラルスワッグ



アーティフィシャルフラワー(高級造花)を使った、ナチュラルなスワッグです。
フリンジリボンで爽やかに。

※写真はイメージです。

朱花~shuka~ 代表
向田 和枝

①6月 7日(水) 10:00~11:30
②6月14日(水) 10:00~11:30

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各1,310円

31 大人のための英語講座 (全3回コース)



英米文学作品の中から、優れた短編小説を取り上げ、皆さんと一緒に講読していきます。
是非ご参加ください。

※教材はお申込の際にお渡します。
※下記の物をご持参ください。
①英和辞典 ②筆記用具

English Academy 代表 塚越 八重子
(第1回)6月 8日(木) 10:30~12:00
(第2回)6月15日(木) 10:30~12:00
(第3回)6月29日(木) 10:30~12:00

[定員]7名 [受講料]2,500円(3回分) [教材費]200円(3回分)

32 すべての女性必見! 今こそ「骨盤底筋体操」でスッキリ解決



尿漏れ・ぼっこりお腹は多くの女性の悩み。
実は「骨盤底筋」が原因かも!?
歳だからと諦めていませんか?
いくつになっても体は変わります!

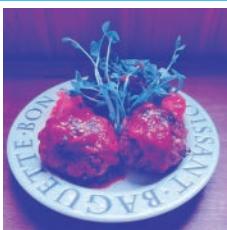
※女性限定
※ハンドタオルをご持参ください。

JYIA認定ヨガインストラクター・保健師
MINA

①6月25日(日) 10:00~11:30
②6月28日(水) 10:00~11:30

[定員]各10名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]無料

33 大豆ミート活用術 ヴィーガンで作るハンバーグ



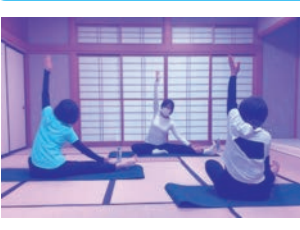
植物性のみでも食べ応え充分!!ヘルシーな大豆ミートを手軽においしく取り入れましょう♡
調理後に試食します(寝かせ玄米・味噌汁付き)
※下記の物をご持参ください。
①エプロン ②包丁
※写真はイメージです。
※会場:やさい専科ILOHA168
佐野市万町73
070-3834-0168

やさい専科 ILOHA168
山本 美智子

①4月12日(水) 11:00~13:00
②6月21日(水) 11:00~13:00

[定員]各6名 ※講座内容は同じです。[受講料]各2,610円(教材費込)

34 肩こり・腰痛がらくになる!! ほぐし&ヨガ体操



独自のほぐし動作で体の不調を楽に。どなたでも参加できます。

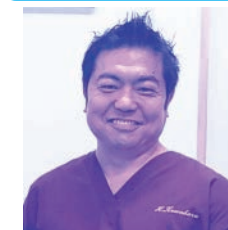
※動きやすい服装でご参加ください。
※タオルをご持参ください。
※会場:城山記念館
佐野市若松町504
090-5756-1394

らく楽ヨガ 二葉くらぶ
植田 智恵子

①4月15日(土) 10:00~11:00
②4月27日(木) 14:00~15:00

[定員]各5名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]無料

35 改善の難しい腰痛、 肩こりを改善しませんか?



半年以上改善のみられない、いわゆる難治性の腰痛、肩こり、改善させる自身があります。本気で改善したい方のみの募集です。

※動きやすい服装でご参加ください。
※全日程共、下記の物をご持参ください。
①飲み物 ②タオル2枚
※会場:アトラス整体院
佐野市高砂町682-2
0283-22-7925

日本疼痛リハビリテーション アトラス整体院 代表
桑原 裕之

①4月14日(金) 13:00~15:00
②4月21日(金) 13:00~15:00

[定員]各3名 ※講座内容は同じです。[受講料]各2,178円(教材費込)

36 痩せる方法・筋肉を付ける 方法が身に付く講座



正しいトレーニングメニュー。
食生活でため込んだお肉を落としてみませんか?
パーソナルトレーニングを体験して効果を感じてみてください。
悩みや失敗談を是非聞かせてください。

※動きやすい服装でご参加ください。
※飲み物をご持参ください。
※会場:加圧トレーニングジム リージェ
佐野市高萩町1207-2YKテナント2階
0283-85-8558

加圧トレーニングジム リージェ 代表
徳富 相悟

①4月15日(土) 14:00~15:30
②4月22日(土) 14:00~15:30

[定員]各2名 ※講座内容は同じです。[受講料]各1,500円 [教材費]無料

37 ~安眠の為の夜ヨガ~



週末の疲れ、凝り固まった体をほぐすようゆっくり呼吸しながら動きます。血流が良くなり緊張していた心も緩み、ぐっすり眠れる体に。

※下記の物をご持参ください。
①ヨガマット ②飲み物
③フェイスタオル(補助道具として)
※会場:中央公民館(観光物産会館)
佐野市金井上町2519
090-3338-4041

&M YOGA
近藤 真由美

4月21日(金) 19:00~20:00

[定員]10名 [受講料]550円 [教材費]無料

38 自まつ毛派におすすめ! 目元パッチリ☆アディクトカール



話題のまつ育《ラッシュアディクト》から【まつ毛カール】が登場!
高いトリートメント力で美しく上げる。
※ご来店初めてのお客様対象です。
※当日のマスクラはお控えください。
※まつ毛の状態によりできない場合がございます。

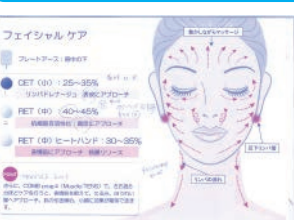
※会場:Eyelash salon Licht~リヒト~
佐野市堀米町1696-1
コーポラスアベニュー302
080-7150-2313

Eyelash salon Licht~リヒト~ 代表
大橋 佳枝

①5月12日(金) 12:00~13:30
②5月12日(金) 13:30~15:00

[定員]各1名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各2,000円

39 美得♡うる艶肌へと導く 若返りエステ



マスクをはずしたお顔に貴女は、自信がありますか?
マスクでお肌は年を取ってしまいました。筋力アップとリンパマッサージをご提供いたします。
癒しへのごほうびを脳と心に。

※化粧品販売はいたしません。
※会場:加藤化粧品店
佐野市金町2385
0283-22-2048

加藤化粧品店 エステサロン
加藤 まりこ

①5月14日(日) 10:00~17:00の間
②6月25日(日) 10:00~17:00の間

[定員]各3名 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各1,650円

40 興味はあるけど敷居が高い! 子供脱毛・男性脱毛を実体験



☆子供脱毛⇒両肘下or両膝下
☆男性脱毛⇒顔下半分脱毛

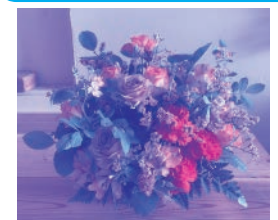
※所要時間はお一人様約60分です。
※髭及びムダ毛は事前に処理してからご来店ください。
※アレルギー、服薬の種類によっては施術不可です。(要連絡)
※会場:美肌脱毛 さろん・ど・ぶーけ
佐野市浅沼町
0283-55-7834

美肌脱毛 さろん・ど・ぶーけ

①5月20日(土) 11:00~15:00の間
②5月28日(日) 11:00~15:00の間

[定員]各3名 ※講座内容は同じです。[受講料]各2,550円 [教材費]無料

41 佐野市産のバラを使った フラワーアレンジメント



昔ながらの栽培方法で自家栽培した「土のバラ」をメインに、季節の草花を組み合わせたフラワーアレンジメントを楽しく作ってみませんか?

※会場:花の店 woodspoon
佐野市万町79
0283-21-2302

花の店 woodspoon
小林

①5月23日(火) 14:00~15:30
②6月20日(火) 14:00~15:30

[定員]各10名または5組 ※講座内容は同じです。[受講料]各550円 [教材費]各2,500円

※まちの学校55の講座は、このチラシに掲載されている日程及び場所以外では、一切開催しておりません。 ※次回、夏期生の受付は、7月3日(月)を予定しております。