

## 武蔵関駅周辺・上石神井・ 下石神井・石神井台地区



### 57 おひとり様セミナー



安心終活のお手伝い  
お店 **マキノ祭典** 石神井公園駅前店  
石神井町7-1-2

おひとりでお生活されている方のご不安を終活カウンセラーや行政書士と一緒に解決するセミナーです。

講師/好永 章二  
【定員】4名  
【対象】どなたでも  
【持ち物】特になし  
【材料費】なし

開講日  
2月5日 11:00~12:00  
2月7日 11:00~12:00

【受付】10:00~17:00  
【定休日】なし **☎03-6913-2075**

### 60 60歳からの「初めての」ウクレレ



武蔵関から繋がる「音楽の輪」  
お店 **ウクレレ★パラダイス**  
関町北2-30-4 コーポオーカー102  
Island Closet

軽くて簡単に楽しめるのがウクレレの魅力！持ち方から丁寧に伝授しますのでご安心を！音楽のある生活を♪

講師/高嶋 尚子  
【定員】10名 【対象】60才以上  
【持ち物】筆記用具、持っている人はウクレレ(※無い人はレンタルあります)  
【材料費】なし

開講日  
1月19日 14:30~15:30  
1月21日 14:30~15:30  
2月4日 14:30~15:30  
2月9日 14:30~15:30  
2月18日 14:30~15:30

【受付】9:00~21:00  
【定休日】なし **☎090-8816-1739**

### 63 知って得する保険セミナー



損しない保険えらび  
お店 **東都システムサービス(株)**  
関町北4-2-14 いづやビル2F

①公的医療制度の今 ②病気になる時  
いくらかかるのか? ③医療保険のしくみ  
④加入のタイミング ⑤医療保険は必要か?

講師/村上 哲雄  
【定員】6名  
【対象】どなたでも  
【持ち物】特になし  
【材料費】なし

開講日  
1月23日 10:00~11:00  
2月6日 14:00~15:00  
2月15日 14:00~15:00

【受付】9:00~17:30  
【定休日】土曜、日曜、祝日 **☎03-3954-2977**

### 64 リサイクルきもの上手な選び方



リサイクル・品質良い作品・親切  
お店 **(株) 呉服 おくら工夫堂**  
関町北4-4-7

経験豊富な講師です。高価な作品を、直接自分で体に合わせずに買った商品を自分風に帯、小物の組合せの仕方で大変化します。

講師/小原 ゆふ呼  
【定員】5名  
【対象】どなたでも  
【持ち物】特になし  
【材料費】なし

開講日  
2月2日 13:30~15:00  
2月17日 13:30~15:00  
2月18日 13:30~15:00

【受付】10:30~18:30  
【定休日】水曜、木曜、第2・4日曜 **☎03-3928-2451**

### 58 不動産売却の手順や賃貸管理手法



変わる街 武蔵関の不動産屋  
お店 **アイエスエート(株)**  
関町北2-29-8

不動産売却が活発な今だから、その手順を学び、複雑な物件管理を専門家へ依頼して賃貸収入を得ましょう。

講師/中垣  
【定員】3名  
【対象】30才以上  
【持ち物】筆記用具  
【材料費】なし

開講日  
1月23日 16:30~17:00  
1月30日 16:30~17:00  
2月6日 16:30~17:00  
2月13日 16:30~17:00  
2月20日 16:30~17:00

【受付】12:00~13:00  
【定休日】土曜、日曜、祝日 **☎050-3612-7933**

### 61 親子で作ろう簡単手打ちうどん



生そば店  
お店 **やぶ久 生そば店**  
下石神井4-15-8

家庭でもつくれる手打ちうどん。小さいお子様も歓迎。親子でつくってみよう。

講師/石川 圭右  
【定員】3名または3組  
【対象】幼稚園年長5才以上  
【持ち物】エプロン、タオル  
【材料費】1組500円(小麦粉代)

開講日  
1月20日 15:00~16:00  
1月27日 15:00~16:00

【受付】10:00~20:00(11:00~15:00不可) 【定休日】月曜 **☎03-3995-3020**

### 55 食から温活! スパイス調合講座



冷え性改善に特化したエステサロン  
お店 **エミリオン**  
関町南4-14-32-701

冷えは万病の元。温活には栄養バランスの良い食事が大切! ガラムマサラを調合してお料理に活用しませんか?

講師/濱 恵美  
【定員】4名  
【対象】女性限定  
【持ち物】筆記用具  
【材料費】500円(材料費・資料代)

開講日  
1月20日 13:00~14:30

【受付】10:00~19:00  
【定休日】完全予約制 **☎090-9814-9918**

### 56 気候変動と物価高に強い住まい!



練馬区の窓ガラス・サッシ屋さん  
お店 **(株) 町田硝子店**  
上石神井3-28-2

「窓」の力で暑さ、寒さを抑え、1年中心地良い家に変身できます。話題の補助金事業についても解説します。

講師/町田 篤・林 チヒロ  
【定員】5名  
【対象】どなたでも  
【持ち物】特になし  
【材料費】なし

開講日  
2月3日 10:00~11:00  
2月3日 13:30~14:30

【受付】平日9:30~17:00(12:00~13:00除く) 【定休日】日曜、祝日 **☎03-3928-1011**

### 59 今すぐ1曲弾ける! レッツウクレレ



武蔵関から繋がる「音楽の輪」  
お店 **ウクレレ★パラダイス**  
関町北2-30-4 コーポオーカー102  
Island Closet

ウクレレはハワイアンだけでなくジャズやポップスまで楽しみ方も無限大! 今日で1曲をマスターしてみませんか?

講師/高嶋 尚子  
【定員】10名 【対象】どなたでも  
【持ち物】筆記用具、持っている人はウクレレ(※無い人はレンタルあります)  
【材料費】なし

開講日  
1月19日 13:00~14:00  
1月21日 13:00~14:00  
2月4日 13:00~14:00  
2月9日 13:00~14:00  
2月18日 13:00~14:00

【受付】9:00~21:00  
【定休日】なし **☎090-8816-1739**

### 62 オーガニック100%ヘナ 体験会



ヘナ染セルフ&おまかせコース有  
お店 **美容室 サロンド MON**  
関町東2-13-8 マルイコーポ101

植物天然100%のヘナは化学物質と違い髪と頭皮を傷めずに白髪染めができます。ご自宅で染める方法やコツを実技指導いたします。

講師/木戸 三由紀  
【定員】4名 【対象】どなたでも  
【持ち物】タオル6枚、汚れてもよい襟無しTシャツ等 【材料費】2,000円、ロング3,000円(ヘナ粉代)

開講日  
1月30日 13:00~16:30  
2月21日 13:00~16:30

【受付】10:00~19:00  
【定休日】火曜、第3水曜 **☎03-3928-7186**

## まちゼミを受講してみませんか?



初めて顔を合わせた地元の受講者と一緒に、楽しいひと時を過ごすことができました。

まちゼミとは、お店の人が講師となって、専門知識やコツを無料で手ほどきする、ミニ講座です。興味のある講座をみつけたら、お店に直接電話でお申し込みください。新しい知識やお店、仲間との出会いが待っています。皆さんの受講をお待ちしております!

興味のあることを教えてもらえてうれしかった。



講座の内容も説明も良かった。そして何より店主の温かい人柄に心がとても癒された。

