

25 正しいスキンケアとセルフマッサージで
“夏ダメージ&秋の乾燥 W ケア” **参加費 美**

株式会社 POLA 焼津店
与惣次 17

10/17 (月)・10/27 (木)・11/8 (火)
10:00～11:30

会 場: 焼津 POLA 焼津店
講 師: ○○ ○○ 定 員: 各回 6 名
参加費: 500 円 持ち物: 手鏡

プロのエスティシャンが、スキンケアの基本を 1 から丁寧に
教えます!! そしてお家で出来るセルフマッサージも楽しく学ば
ましょう。

申込受付 **625-8393** 平日 10:00～17:00

28 癒しマッサージ体験 **参加費 健**

ボディケア iyashiro (イヤシロ)
本町 2-14-13 (昭和通り)

開催期間中毎日

会 場: ボディケア iyashiro
服 装: 自由
参加費: 1,000 円

中国の僧侶が開発したと言われる「足流整体法」による「究
極の癒しマッサージ」を体験してみませんか? 「痛気持ち
いい」刺激で腰痛・肩こり等のメンテナンスを是非!

申込受付 **090-3384-1846** 10:00～21:00

31 はじめての補聴器 **健**

メガネのサトウ
本町 5-11-3 (神武通り・ゴールデン街)

10/16 (日)・10/22 (土)・
10/30 (日) 13:00～

会 場: メガネのサトウ
講 師: 佐藤 正次
定 員: 各回 3 名

補聴器ははじめての方に、わかりやすく説明をし音を聴いて
もらいます。耳のいい人でも OK!

申込受付 **628-4491** 10:00～19:00 (水曜日定休)

34 膝痛限定!! 歩けなくなる不安は
ありませんか! **参加費 健**

焼津整健院 そら
石津 2-1 カネツビル 1-C

開催期間中 (日曜日定休)
9:00～20:00 所要時間 50 分

会 場: 焼津整健院 そら
講 師: 院長 大野 定 員: ○名
参加費: 1,500 円 持ち物: フェイスタオル
服 装: 膝が見える格好

LINE 予約

カウンセリング+膝痛改善整体
身体の専門家が全身をみてあなたの膝痛の原因を特定し施術を行います。

申込受付 **080-4214-5899** 9:00～21:00 (日曜日定休)
施術中は電話に出れない為、折り返しの電話をお待ちください!

**次回まちゼミの参加店を
募集しております。**

令和5年〇月開催予定

machizemi812@yahoo.co.jp
までご連絡ください。

開催店舗は
この旗が
目印です!

**まちゼミ
参加店**

感染症対策にあたり
受講者様へのお願い

体温が高い場合
受講を
お控えください

マスク着用にご協力
をお願いします

26 運動能力向上メソッド体験 **参加費 美・健**

ボディケア iyashiro (イヤシロ)
本町 2-14-13 (昭和通り)

開催期間中毎日

会 場: ボディケア iyashiro
講 師: 加藤 浩利
服 装: 運動が出来る服装・タオル
定 員: 各回 1 名 参加費: 1,000 円

筋肉を支配する神経にアプローチして、運動能力をその場
で飛躍的に向上させる有名トップアスリート御用達のメ
ソッドをぜひ体験してください!

申込受付 **090-3384-1846** 10:00～21:00

29 あなたの姿勢、
大丈夫ですか!? **参加費 健・美**

Ryo カイロプラクティック
栄町 1-1-36 グランササ焼津 E603

開催期間中 [10/13 (木)～11/13 (日)]
14:00～18:00 のうち約 60 分

会 場: Ryo カイロプラクティック
講 師: 青木 良子 定 員: 各回 1 名
持ち物: フェイスタオル・マスク
参加費: 1,000 円

姿勢検査・骨盤調整 慢性的な症状はカラダのゆがみが原因かも
しれません。放置するとカラダがたいへんなこと! ? あなたも
ゆがみのチェックをしてみませんか?

申込受付 **090-3950-2565** 13:00～20:00

32 姿勢を正して疲労や
ストレスを癒し整える **参加費 健**

リセット整体院
本町 5-6-8 (アトリー舎すくぞそば)

開催期間中 月曜日～金曜日 10:00～17:00

会 場: リセット整体院 講 師: 杉山 明子
定 員: 各回 1 名 (約 50 分) 参加費: 1,500 円

体の歪みが原因の猫背や悪い姿勢は見た目だけでなく肩こりや頭痛、自律神経の乱
れなどの体の不調の原因にもなります。講座では今の自分の状態を知るための体の
ゆがみや姿勢をチェックし無痛の矯正でストレスや緊張を直し整えスッ
キリ家になります。一人一人に合った日常生活で気を付けるポイントもア
ドバイします。今回は頭蓋骨矯正も行い自律神経の調整も行います。

申込受付 **628-2703** 10:00～17:00 (日・祝日定休)
(LINE は 24 時間受付します)

35 深視力を測ってみよう **健**

メガネのサトウ
本町 5-11-3 (神武通り・ゴールデン街)

10/15 (土)・10/29 (土)
13:00～

会 場: メガネのサトウ
講 師: SS 認定眼鏡士 佐藤 正次
定 員: 各回 3 名

なぜ立体的に物に見えるのか?
わかりやすい説明と深視力 (立体視力) を測ってみます。

申込受付 **628-4491** 10:00～19:00 (水曜日定休)

R4 年秋 焼津まちゼミ参加特典得々クーポンのお知らせ

※本券は受講終了時にお渡し致します。

27 着物デビュー しませんか!! **美・学**

はんなり 着物塾
一色 880-2

開催期間中、電話で予約
10:00～11:30、14:00～15:30

会 場: はんなり着物塾
講 師: 増田 さえ子
定 員: 各回 2 名

お着物に関する困り事、リサイクル着物の
買い方、コーディネート の仕方、着物買い
取り事情など。

申込受付 **623-0415** (非通知には出られません) 9:00～21:00

30 腰痛限定!! あなたの腰痛の
原因わかります **参加費 健**

焼津整健院 そら
石津 2-1 カネツビル 1-C

開催期間中 (日曜日定休)
9:00～20:00 所要時間 50 分

会 場: 焼津整健院 そら
講 師: 院長 大野 定 員: ○名
参加費: 1,500 円 持ち物: フェイスタオル
服 装: 動きやすい格好

LINE 予約

腰痛を本気で治したい人限定で個別カウンセリングと 1 人 1 人に合わせた施術を行います。
つらい腰痛我慢していませんか? どこに行ってもよくならなかった腰痛お任せください!
坐骨神経痛 ヘルニア 脊柱管狭窄症をお持ちでも大丈夫です。

申込受付 **080-4214-5899** 9:00～21:00 (日曜日定休)
施術中は電話に出れない為、折り返しの電話をお待ちください!

33 パーソナルトレーニング体験! **参加費 健**

ボディケア iyashiro (イヤシロ)
本町 2-14-13 (昭和通り)

開催期間中毎日

会 場: ボディケア iyashiro
講 師: 加藤 浩利
服 装: 運動が出来る服装・タオル
定 員: 各回 1 名 参加費: 1,000 円

元プロスポーツ選手によるパーソナルトレーニングを体験してみませんか? 道具を使わず
自身の体重を利用する自重トレーニングで、運動不足の解消や基礎代謝を上げて痩せや
すい体に大変身! 30 分のマンツーマントレーニングです (^^) v

申込受付 **090-3384-1846** 10:00～21:00

36 頭痛を伴う肩こり限定!! **参加費 健**

焼津整健院 そら
石津 2-1 カネツビル 1-C

開催期間中 (日曜日定休)
9:00～20:00 所要時間 50 分

会 場: 焼津整健院 そら
講 師: 院長 大野 定 員: ○名
参加費: 1,500 円 持ち物: フェイスタオル
服 装: 動きやすい格好

LINE 予約

カウンセリング+頭痛を伴う肩こり改善整体
半年で 8 名が頭痛薬いらずになった施術とカウンセリングを行います。

申込受付 **080-4214-5899** 9:00～21:00 (日曜日定休)
施術中は電話に出れない為、折り返しの電話をお待ちください!

2022 年

まちゼミ

お店の人が教えてくれる
やいづ
焼津まちなかゼミナール

開催期間 **10/13 (木)～11/13 (日)**

受付開始 **10/10 (月)**

受講料 **無料**

※ 材料費 は材料費を、
参加費 は参加費を、
要する講座です。

地元商店街の商店主などが講師となり、各店の専門知識を受講者
(お客様)に無料[※]で提供する少人数のゼミナールです。
商店主から得られるちょっとした豆知識が、普段の生活に
大いに役立ちます。※内容によっては材料費・参加費がかかるものもあります。

学 22 作品を作ったり、
知識を深める講
座です。

健 9 健康に関する
講座です。

美 3 美容に関する
講座です。

食 2 料理に関する
講座です。

講座における販売行為は一切行いません!

焼津まちゼミホームページでも、講座内容・空き状況を確認できます。
<http://machizemi.starfree.jp/>

主催/焼津まちなかゼミナール
協力/焼津市・焼津商工会議所・焼津市商店街連合会

- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- 申込みは、各店の指定申込み時間内をお願いします。
- 申込み初日は、電話回線の混雑が予想されます。ご承知置ください。
- 講座内容により、受講対象者が限定される講座もありますのでご注意ください。
- 小学生以下のお子様は保護者同伴での参加をお願いします。
- 各講座ともに、申込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。
- ◆ 材料費・参加費は講座日に会場まで徴収させていただきます。
- ◆ お申込み後のキャンセルは、材料費・参加費を頂戴する場合がありますので、ご承知置き
ください。

感染症対策にあたり
受講者様へのお願い

体温が高い場合
受講を
お控えください

マスク着用にご協力
をお願いします

1 だしの取り方と懐かしい
手削り体験いかがですか? **食**

株式会社 柳屋本店
東小川 2-1-10

10/8 (土) 14:00～15:30

会 場: 柳屋本店 2F 会議室
講 師: 高木・森下
持ち物: 筆記用具 定 員: 15 名

・かつお節の製造工程
・かつお節の種類と特徴、使い分け
・だし関連商品の豆知識
・だしの取り方実習

・だしの飲み比べ
・かつお節の削り体験
(かつお節に関する基本的な内容が
中心です。料理教室ではありません。)

申込受付 **629-3244** 8:30～17:30 (土・日・祝日定休)

4 つみたて NISA・iDeCo を活用した
「ほったらかし投資」実践方法 **学**

アイマーク株式会社
東小川 2-6-35

10/15 (土) 13:00～15:00
10/16 (日) 10:00～12:00、
15:00～17:00

会 場: アイマーク 2F セミナールーム 定 員: 各回 8 名
講 師: アイマーク 代表 村松 繁 持ち物: スマホ

つみたて NISA や iDeCo など、非課税制度を活用してほったらかし投資を実践する方法をお伝えします。
複雑な国の制度を熟知した講師が投資データに基づき、ほったらかし投資先はどこが良いかも分析して
いきます。ご希望があれば、お好きなネット証券会社の口座開設もお手伝いします。(後日個別に)

申込受付 **0120-719-194** 10:00～18:00
(日・祝日定休)

2 プロから学ぶオムライス作り **食**

オムライス & ステーキ 山正亭
栄町 4-2-2 (駅前通り)

10/20 (木)・10/27 (木)
14:30～

会 場: 山正亭 定 員: 各回 1 名
講 師: 堀田 益正 材料費: 無料
持ち物: マイ包丁、エプロン、タオル、タッパー

・オムライスの作り方を 1 から教えます
・実習があります ※マスク着用でご参加ください。

申込受付 **629-0730** 10:00～17:00
(火曜日・第 3 月曜日定休)

5 やさしい証券投資 **学**

内藤証券 株式会社 焼津支店
西小川 7-2-2

10/〇(〇)・10/〇(〇)
13:30～16:00 (2 時間 30 分)

会 場: くらさ〜(ときめきホール) 本町 4-14-13
講 師: 支店長 西田 潤
定 員: 各回 5 名 持ち物: マスク

証券投資のイロハをわかりやすくお話しいたします。
はじめての方も経験豊富な方も、ふるってご参加ください。

申込受付 **621-1311** 8:00～17:00 (土・日・祝日定休)

3 ミュージックパルで楽しく
♪きんこんか〜ん **学**

Dolce Garden W
石津 556-3

10/17 (月)・10/18 (火)
10/25 (火)
10:00～11:00

会 場: Dolce Garden W
講 師: 小池 充子 持ち物: 筆記用具 定 員: 各回 4 名

音楽の基礎を学びながら、ステキな曲を数人で奏でましょう。
初めての方も、初めてではない方も大歓迎! (ドリンク、焼き菓子付き)

申込受付 **090-8137-6040** 9:30～16:30
(平日)

6 女性一級建築士による
個別リフォーム相談会 **学**

株式会社 いちまるホームینگ
八幡 3-12-9

10/8 (土) 11/5 (土)
10:00～12:00、13:00～16:00

会 場: (株) いちまるホームینگ 社 1F
コミュニティールーム
講 師: 女性一級建築士

持ち物: お家に関する資料をお持ちいただく、よりスムーズに相談ができます。
建物古くて、地震に耐えられるか心配です。耐震工事に補助金はもらえる
んですか? 住みながらの全面リフォームを考えているのですが、大丈夫ですか?
いろいろな悩みをお気軽に相談ください!

申込受付 **671-1010** 9:00～16:00 (日・祝日定休)