

# まちゼミとは？

お店の人が講師となって専門店ならではの知識や情報、コツを無料で教える少人数制のミニ講座です。安心して受講していただくため、お店からの販売は一切ありません！

## 講座の種類



食べる

飲食に関する講座です。



きれい

美容・キレイを追求する講座です。



健康

健康に過ごすための講座です。



つくる

作品制作を行う講座です。



まなぶ

新しい発見があります。

## 参加までの流れ

### 1 ゼミを選ぶ

チラシの内容をよく見て受講したい講座をお選びください。



### 2 電話またはQRコードで申し込む

受けたい講座のお店へ直接電話でお申込み下さい。「まちゼミ申し込みです。」と声をかけて下さい。受講内容や持ち物、材料費などの詳細も各店へお気軽にお問い合わせください。

受けたい講座にQRコードがある場合は、そちらからの申し込みが可能になります。

- ①チラシ中面の受けたい講座を選ぶ。
- ②QRコードをお手持ちのスマホで読み取り、LINE公式アカウントを追加。
- ③トーク画面で、参加される方のお名前と受講日をお知らせください。

### 3 当日

時間、場所をお間違えないようにご参加下さい。参加店の地図をスマホで右のQRコードを読み取り、ご覧いただけます。

参加店 MAP



第7回

全33講座！！  
お店の人が教えてくれる！



# 日南まちゼミ

得する街のゼミナール

2023 9.1 (金) — 10.10 (火)

受付開始 8.23 (水) ~



受講料無料！

※講座によっては材料費がかかる場合があります。

## 28 健康寿命は足

笑十指 (スマイルエンジェル) 講師 / 守永 佳子

●日南市平野 2558-2 ●金曜日  
9/13 (水) 11:00 ~ 12:00  
9/30 (土) 13:30 ~ 14:30



健康

健康で長生きするために必要な運動

●会場：笑十指 (スマイルエンジェル)  
●材料費：無料 ●対象：指定限定なし  
●持ち物：水・タオル ●定員：5名 または 2組  
申込 090-3015-4913 受付 10:00 ~ 18:00

## 29 身体の不調を自分で出来るケア講座！！

善按配 (いいあんばい) 講師 / 坂本 洋子

●日南市板敷 267-3 ●不定休  
9/3 (日) 10:00 ~ 11:00  
9/3 (日) 14:00 ~ 15:00  
9/4 (月) 10:00 ~ 11:00  
9/5 (火) 10:00 ~ 11:00



健康

自分で出来る簡単足裏マッサージと、とっておきの呼吸法を体験してみませんか？☆健康の相談も受けつけます☆

●会場：善按配 (いいあんばい)  
●材料費：無料 ●対象：指定限定なし  
●持ち物：なし ●定員：3名 または 2組  
申込 090-8910-4446 受付 9:00 ~ 17:00

## 30 頑張っている貴女に癒しのごほうびを！！

ビューティスタジオ Hina・Cosmesi 講師 / 柴田 佐和子

●日南市春日町 3-9 (柴田印刷所 2階自宅) ●月曜日  
9/9 (土) 9/10 (日)  
9/16 (土) 9/17 (日)  
9/18 (月・祝)  
各 10:00 ~ 17:00



美

お仕事、子育て、家事で毎日忙しい貴女にエステの体験はいかがですか？(施術1人60分) リフレッシュして又頑張らしましょう。

●会場：ビューティスタジオ Hina・Cosmesi  
●材料費：1,000円 (化粧品代として) ●対象：女性限定  
●持ち物：なし ●定員：1日3名様まで  
申込 090-9572-8638 受付 10:00 ~ 17:00

## 31 更年期の悩み アロマで解消

アロマセラピーサロン ぶらす 講師 / 八代 美佳子

●日南市平野 2635-1 あいらんど道 A-206 ●不定休  
9/1 (金) 9/9 (土)  
9/19 (火) 9/26 (火)  
10/5 (木)  
各 10:00 ~ 11:00



美

イライラ・不安・体調不良...更年期!? 更年期のあれこれを話して聞いてアロマでの解消法みつけてみませんか？ご希望の方のみ施術体験あり。

●会場：アロマセラピーサロン ぶらす  
●材料費：500円 (オイル代別途体験される方のみ) ●対象：18才以上  
●持ち物：なし ●定員：1名または1組(2名)  
申込 080-8380-8043 受付 9:00 ~ 18:00

## 32 眉の描き方レッスン

COLOR COSME 講師 / 養毛 みつえ

●日南市上平野町 2丁目 3-4 ●日曜日  
9/2 (土) 9/8 (金)  
9/13 (水)  
各 14:00 ~ 15:00



美

メイクは眉で決まります。日やけしない、くすまないメイク法と共に、あなたにピッタリの眉をご紹介しています。

●会場：COLOR COSME  
●材料費：無料 ●対象：指定限定なし  
●持ち物：なし ●定員：3名  
申込 0987-23-7080 受付 10:00 ~ 19:00

## 33 ほかほか♡リンパマッサージ

Salon-de M' SWAN (エムズワン) 講師 / 日高 美幸

●日南市大字平野 4208-6 ●不定休  
9/4 (月) 9/7 (木)  
9/13 (水) 9/21 (木)  
10/6 (金)  
各 13:00 ~ 14:00



美

血流改善に効果のあるクリームを塗るだけで、首・肩のこりをほぐす体験をしてみませんか？何度も体感しなくなります！！

●会場：Salon-de M' SWAN (エムズワン)  
●材料費：1人1,000円 施術材料費 ●対象：同業者NG・女性限定・夫控OK  
●持ち物：なし・動きやすい服装 ●定員：2名 または 1組(2人)  
受付 公式LINEQRコードにて8/24(木)より受付開始 10:00 ~ 17:00

## お申し込みの注意点

- ・お申し込みは受講したい講座の各店にご連絡をお願い致します。
- ・駐車場の有無などは、お申し込み時にご確認ください。
- ・講座によっては、教材費がかかるものもあります。
- ・なお、申し込み後のキャンセルは、材料費を頂く場合もあります。
- ・感染症対策につきましては、各参加店の指示に従ってください。

参加店 MAP



まちゼミに関する情報発信中！！  
詳しくは右のQRコードから！



## 2023 まちゼミカレンダー 8.23(水)から

日 (Sunday)	月 (Monday)	火 (Tuesday)	水 (Wednesday)	木 (Thursday)	金 (Friday)	土 (Saturday)
					9/1 8 23 24 31	2 2 27 32
3 2 19 21 29	4 29 30	5 7 9 14 22 23 29	6 6 21	7 5 10 23 33	8 32	9 2 12 20 21 25 26 30 31
10 2 30	11	12 9 15 17 21 23	13 7 8 28 32 33	14 5 10	15 18 22 23 25 26	16 8 11 16 30
17 19 30	18 20 30	19 1 17 22 23 31	20 6 12	21 5 7 10 13 15 33	22 23	23 11 24 27
24	25 23	26 1 15 17 31	27 7 14	28 5 23	29	30 11 16 22 28
10/1 20 23	2	3 7 18	4 6 23	5 3 4 27 31	6 23 33	7 16 25 26
8 19 23	9	10 23				

次回【まちゼミ】の参加店を募集中！

詳しくはHPをご覧ください。日南商工会議所にお問い合わせください。

主催 日南商工会議所 TEL 0987-23-2211