

## 1. 楽しく学べる♪ セルフケアレッスン!



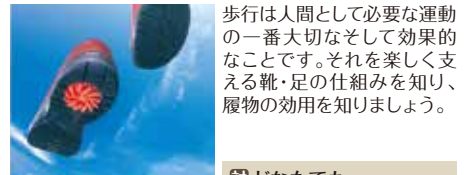
「夏のダメージ」と「秋の乾燥」でお肌の状態は急降下! 夏の終わりのお肌ケア&うるおいスキンケアレッスンを一緒にやってみませんか。お肌の悩み、ご相談ください。

**開催日** 8/23(水)・9/2(土)・9/3(日) 各日 10:00~11:30

**対** どなたでも  
**定** 3名  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 横山美奈

**POLA 城東ショップ**  
甲府市城東1-9-4  
**TEL.055-232-2565**  
(受付)10:00~17:00  
定休日 土・日・祝 ※予約の場合は営業します。

## 2. 足を丈夫に健康長寿



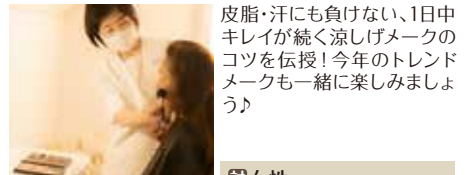
歩行は人間として必要な運動の一番大切なことで効果的なことです。それを楽しく支える靴・足の仕組みを知り、履物の効用を知りましょう。

**開催日** 8/2(水)・8/4(金)・8/6(日) 各日 11:00~12:00

**対** どなたでも  
**定** 5名  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 高野洋志雄

**吉字屋履物店**  
甲府市中央4-4-28  
**TEL.055-233-0175**  
(受付)11:00~18:00 定休日 なし

## 3. 崩れない!くすまない! 夏のメイクレッスン



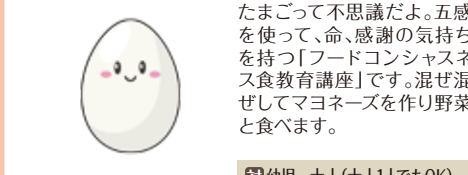
皮脂・汗にも負けない、1日中キレイが続く涼しげメイクのコツを伝授!今年のトレンドメイクも一緒に楽しみましょう!

**開催日** 8/3(木)・8/5(土) 各日 10:30~11:30

**対** 女性  
**定** 2名  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 三森栄子

**POLA 貢川 AYU 店** 申込期間:7/21~7/27 抽選日:7/28,7/28以降に当選者のみ電話でお知らせします。  
甲府市貢川本町3-11-D  
**TEL.055-225-6818**  
(受付)9:30~17:00 定休日 日・祝 ※ご相談に応じます。

## 10. 夏休み親子講座、たまごの不思議、 マヨネーズを作ろう



たまごって不思議だよ。五感を使って、命、感謝の気持ちを持つ「フードコンシャネス食教育講座」です。混ぜ混ぜしてマヨネーズを作り野菜と食べます。

**開催日** 8/6(日) 13:30~15:00

**対** 幼児~大人(大人1人でもOK)  
**定** 12名6組  
**持** エプロン、ボール、泡だて器  
**費** 1組700円(材料費、烏龍茶)  
**講** 師 登壇(フードコンシャネス講師)ストラカ

**ビストロ メゾン・ド・ルージュ**  
甲府市丸の内1-14-10 内藤ビル1階B  
**TEL.055-268-3331**  
(受付)10:00~21:00(除く11:30~13:30) 定休日 不定休

## 11. ガラスペンで カラーインクを楽しもう!



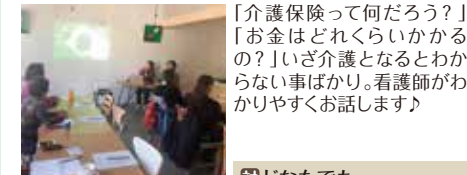
今人気のガラスペンを使って24色のカラーインクを楽しみましょう。

**開催日** 8/20(日)・8/27(日) 各日 14:00~14:30

**対** どなたでも  
**定** 3名もしくは3組  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 田邊澤康太

**山梨万年筆商会**  
甲府市丸の内1-16-1  
**TEL.055-233-4377**  
(受付)10:00~19:00 定休日 不定休

## 12. 地域に根ざす暮らしの保健室 ~よくわかる介護保険講座~



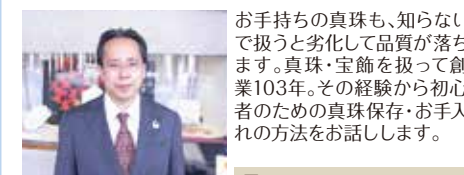
「介護保険って何だろう?」「お金はどれくらいかかるの?」いざ介護となるとわからない事ばかり。看護師がわかりやすくお話しします!

**開催日** 8/22(火)・9/5(火) 各日 14:00~15:00

**対** どなたでも  
**定** 5名  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 長友小百合

**暮らしの保健室晴ればれ**  
甲府市中央1-5-6 デュオヒルズ甲府1F  
**TEL.055-236-8611**  
(受付)10:00~16:00 定休日 土・日

## 4. 知ってます? 真珠の美を保つ5つのお話



お手持ちの真珠も、知らないうちに劣化して品質が落ちます。真珠・宝飾を扱って創業103年。その経験から初心者のための真珠保存・お手入れの方法をお話しします。

**開催日** 9/4(月)・9/5(火) 各日 11:00~11:40、14:00~14:40

**対** どなたでも  
**定** 3名  
**持** 宝飾の状態を見て欲しい人は1人2点まで  
**費** 0円  
**講** 師 深澤隆

**フカサワ宝石** 講座参加者の方はマスクの着用をお願いしております。  
甲府市中央1-2-15  
**TEL.055-237-1313**  
(受付)10:00~18:00 定休日 木・第3水

## 5. 爽やかレモンケーキを焼こう



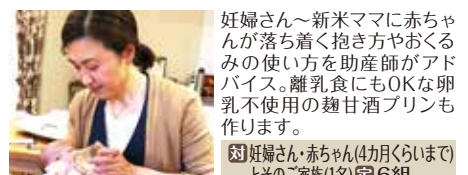
アイシング仕上げのレモンケーキの失敗しない作り方のコツやパウンドケーキの焼き方教えます。

**開催日** 8/7(月)・8/9(水)・8/10(木) 各日 13:30~15:00

**対** どなたでも  
**定** 5名  
**持** エプロン、きれいなシューズ、帽子  
**費** 500円(材料費)  
**講** 師 小川義美

**早川ベーカリー** 申込期間:7/21~7/22 抽選日:7/23 7/23以降に当選者のみ電話でお知らせします。  
甲府市中央1-1-2  
**TEL.055-235-1515**  
(受付)10:30~19:00 定休日 火・水(不定期)

## 6. 新米ママのまんまる抱っこ 離乳食プリン



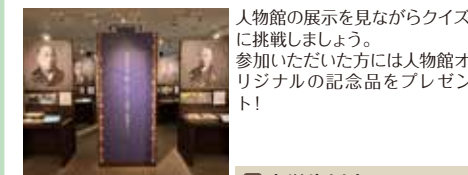
妊婦さん~新米ママに赤ちゃんが落ち着く抱き方やおくるみの使い方、助産師がアドバイス。離乳食にもOKな卵乳不使用の麹甘酒プリンも作ります。

**開催日** 8/3(木)・8/24(木) 各日 15:00~16:30

**対** 妊婦さん・赤ちゃん(4カ月くらいまで)とそのご家族(1名) 6組  
**持** 持っている方はおくるみ、筆記用具  
**費** 100円/組(材料費)  
**講** 師 小林美香、平野由布  
ネットにて24時間  
<https://www.fluunt.net/cookingclass>

**サロン水無月&フルウント甲府** www.fluunt.net/  
甲府市中央1-1-7 飯田ビル1F  
受付・受講方法のサポートなどは、ホームページに詳細がございます。QRコードを読み取ってください。

## 13. 人物館クイズにチャレンジ!



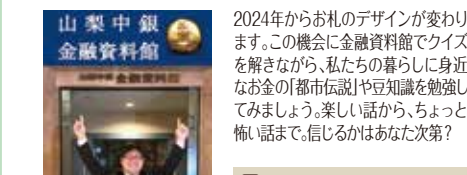
人物館の展示を見ながらクイズに挑戦しましょう。参加いただいた方には人物館オリジナルの記念品をプレゼント!

**開催日** 8/1(火)~9/10(日) 9:00~16:00 (随時開催)

**対** 小学生以上  
**定** なし※混雑時はお待ちいただく場合がございます  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 人物館スタッフ

**山梨近代人物館** 申込不要  
甲府市丸の内1-6-1 山梨県庁舎別館2F  
**TEL.055-231-0988**  
(開催時間)9:00~16:00 定休日 第2・4火

## 14. 「お金の都市伝説」とおもしろパナシ ~信じるのかどうか、あなた次第!~



2024年からお札のデザインが変わります。この機会に金融資料館でクイズを解きながら、私たちの暮らしに身近なお金の「都市伝説」や豆知識を勉強してみましょう。楽しい話から、ちょっと怖い話まで。信じるかはあなた次第!

**開催日** 8/2(水)~9/2(土) 開館時間内 ※企画展は7/20から開催しています。

**対** どなたでも  
**定** なし  
**持** なし  
**費** 0円

**山梨中銀金融資料館** 申込不要  
甲府市中央2-11-12  
**TEL.055-223-3090**  
(開催時間)9:00~12:00、13:00~16:00 定休日 日・月・火・祝

## 15. パソコンで 動画編集をしてみよう!



マイクロソフトのSurfaceを使って動画の編集をしてみよう。VideoStudioというソフトで、動画編集をご体験いただけます。

**開催日** 8/5(土)・8/6(日)・8/26(土)・8/27(日) 各日13:00~14:30、16:00~17:30

**対** どなたでも  
**定** 4名  
**持** なし  
**費** 0円  
**講** 師 山本大輔、上岡慎哉

**ヨドバシカメラマルチメディア甲府**  
1階パソコンコーナー  
甲府市丸の内1-3-3  
**TEL.055-230-1010**  
(受付)9:30~22:00 定休日 なし

## 7. スペシャルティコーヒーの 手網焙煎体験



スペシャルティグレードの豆を使用して手網で焙煎体験を行っていただきます

**開催日** 8/5(土) 10:00~11:30

**対** どなたでも  
**定** 3名  
**持** なし  
**費** 1000円(コーヒー豆代)  
**講** 師 寺崎亮

**寺崎 COFFEE**  
甲府市丸の内1-20-22  
**TEL.055-233-5055**  
(受付)7:30~18:00

## 8. ワインテイasting講座



日本固有品種の「甲州」と「マスカット・ベリーA」のワインをタイプ別にテイastingして、味わいの違いを楽しみます。

**開催日** 8/18(金) 14:00~15:30 8/19(土) 10:00~11:30

**対** 20才以上の方  
**定** 4名  
**持** なし  
**費** 1,000円(ワイン代)  
**講** 師 佐野いづみ(ワインエキスパート)

**スプリングワイン**  
甲府市朝日5-5-8  
**TEL.055-231-5601**  
(受付)10:00~18:00

## 9. 夏だ!ビールだ! ビールの基本を学ぶ(6種類)



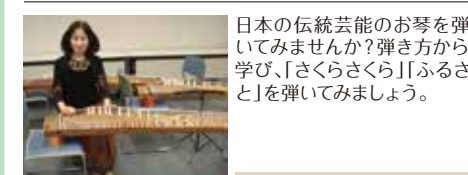
ピルスナー、エールって何?生ビールって何が?知っているようで知らないビール。お料理と珍しいビール(クラフトビール含む)を味わいながら基本を学習します。

**開催日** 9/3(日)・9/10(日) 各日 18:00~19:30

**対** 20才以上、妊娠中の方は不可。  
**定** 12名  
**持** 筆記用具  
**費** 3,500円(ビール、料理代)  
**講** 師 集堂名保美(ビアソムリエ)

**ビストロ メゾン・ド・ルージュ**  
甲府市丸の内1-14-10 内藤ビル1階B  
**TEL.055-268-3331**  
(受付)10:00~21:00(除く11:30~13:30) 定休日 不定休

## 16. お琴体験教室 気軽にふれてみませんか



日本の伝統芸能のお琴を弾いてみませんか?弾き方から学び、「さくらさくら」「ふるさと」を弾いてみましょう。

**開催日** 8/10(木)・8/24(木) 9/2(土) 各日 13:30~15:00

**対** 小学生から大人まで  
**定** 3名  
**持** なし  
**費** 300円(教材費)  
**講** 師 田村瞳声

**田村瞳声おこと教室**  
甲府市中央1-1-7 飯田ビル2F  
**TEL.090-7709-3770**  
(受付)10:00~17:00

## 17. 星読み開運アロマミスト作り



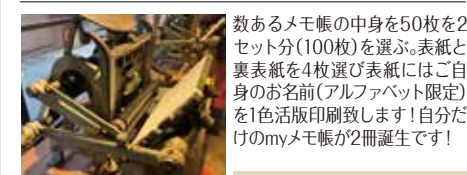
2023年5月から2024年5月まで、幸運を司る木星が牡牛座を運行しています。占星術アロマの手法を用いて、開運アロマミストを作ります。

**開催日** 8/3(木)・8/5(土) 8/24(木) 各日 13:30~14:30

**対** どなたでも  
**定** 6名  
**持** なし  
**費** 1,000円(開運アロマ、アロマミストキット)  
**講** 師 川澄玲花

**Astro Aroma Puriri**  
甲府市丸の内2-4-20 87cafe  
**TEL.070-8505-4885**  
(受付)9:00~16:00 定休日 日・祝

## 18. オリジナル名入りメモ帳を 自作してみよう!



数あるメモ帳の中身を50枚を2セット分(100枚)を選ぶ。表紙と裏表紙を4枚選び表紙にはご自身のお名前(アルファベット限定)を1色活版印刷致します!自分だけのMyメモ帳が2冊誕生です!

**開催日** 8/1(火)・8/8(火)・8/15(火) 8/22(火)・8/29(火)・9/5(火) 各日 13:30~15:00

**対** どなたでも  
**定** 2名  
**持** なし  
**費** 1,650円(用紙代、加工費)  
**講** 師 小澤美寿々々・LISA

**オリオン活版印刷室**  
甲府市丸の内1-15-2-1A  
**TEL.055-234-5527**  
(受付)13:00~17:30 定休日 月・木・祝

## 受講料無料

- 講座によって材料費(税込価格)がかかることがあります。事前にご確認ください。
- ・材料費は原則当日会場で徴収します。
  - ・お申し込み後のキャンセルは、材料費を頂戴する場合があります。

**受付抽選方式** の講座があります。申込み期間を確認のうえお申し込み下さい。

## お申し込みは各店へ

- 各店へ直接お申し込み下さい。
- ・定員になり次第締め切りとなります。(一部抽選方式)
  - ・申し込みは各店の受付時間内をお願いします。(一部インターネット24時間)
  - ・受付初日は申し込みが集中し電話回線が混雑します。
  - ・受講者が限定されている講座があります。
  - ・講座の場所、持ち物、材料費等をご確認ください。





# こうふまちゼミ



開催期間 2023 8.1 (Tue) - 9.10 (Sun)

受付開始 2023 7.21 (Fri) Vol.12



## まちゼミって何？

お店の人が講師となって専門店ならではの専門知識やプロの技、暮らしに役立つ豆知識を無料で学べる少人数制の講座です。講座中の販売や営業活動は一切ありません。安心して受講いただけます。

## あなたのお店も“まちゼミ”に参加しませんか？

お店の新しいファンづくりが期待できるまちゼミにあなたのお店も参加してみませんか？お気軽に下記までお問合せください。(参加は中心街のお店に限ります)

**甲府まちゼミの会** TEL 055-233-2241  
甲府商工会議所 <https://www.genkinamachi-kofu.com>

