

井波 3 **10歳若返るメイク法教えます!**

開催日 1月25日(水) 14:00~15:00
26日(木) 19:00~20:00

美容師ならではのメイクのコツをお教えます。簡単メイクでキレイになりましょう!

- 会場/みにた美容室
- 定員/2~3名
- 対象/女性

みにた美容室
☎0763-82-0423 ●講師/三谷千香
受付/8:30~19:00 定休日/月曜・第3日曜日 所在地/北川11852

福光 4 **髪が元気になるシャンプーの仕方教えます!**

開催日 1月26日(木) 13:30~14:30
2月 2日(木) 13:30~14:30

いつものシャンプー、髪と頭皮を傷めていませんか?正しいシャンプーの仕方を学んで元気を髪に手に入れましょう。

- 会場/アートキューブ
- 定員/3名
- 対象/男性 20代~60代

アートキューブ
☎0763-52-0920 ●講師/市吉茜
受付/9:00~18:30 定休日/月曜・第1火曜・第3日曜日 所在地/福光7301

城端 5 **「冬の温活」ハンドマッサージ**

開催日 1月28日(土) 11:00~12:00
2月14日(火) 14:00~15:00

年間で最も寒さと乾燥が厳しい1~2月。冬の温活!ハンドマッサージでめぐりを良くし、なめらかな肌を体感しませんか。

- 会場/キレイのおみせ いせや
- 対象/女性 ●定員/5名
- 参加費/200円(税別)

キレイのお店 いせや
☎0763-62-0267 ●講師/藤井三紀子
受付/9:00~19:00 定休日/日曜日 所在地/城端219

城端 6 **簡単まとめ髪講座 Part II**

開催日 2月3日(金) 10:00~11:00

希望者多数の場合は追加講座あります

ネットでよく見る「簡単まとめ髪」をやってみたけど、実際にはなかなかうまく出来ない事ありませんか? コツをお教えますよ!

- 会場/美容室 エクリュ
- 定員/2名
- 対象/年齢は不問、髪の長さは肩より下

美容室 ecru (エクリュ)
☎0763-62-0145 ●講師/堂前頼子
受付/9:00~19:00 定休日/月曜・第3日曜日 所在地/城端215

福光 9 **健康マージャン教室 初心者only!!**

開催日 1月21日(土) 14:00~16:00
2月 4日(土) 14:00~16:00

初心者のためのマージャン教室です。指を使い、頭を使い、声を出して、健康マージャンで楽しいセカンドライフを過ごしましょう。

- 会場/福光会館 2階
- 定員/8名
- 対象/初心者限定

ふくみつ光房 株式会社
☎090-8095-6919 ●講師/久慈龍三
受付/9:00~18:00 定休日/日曜日 所在地/福光7336-4 福光会館2F

福光 10 **健康的にダイエットしたい方限定**

開催日 1月22日(日) 12:30~14:30
2月 5日(日) 12:30~14:30
19日(日) 12:30~14:30

どうしても行けない方はご相談ください。

受講者のダイエットに関する悩みを聞き、その解決策を講義します。なぜ太るのか、なぜヤセないのかを理解し健康的にやせて頂きたいと思えます。

- 会場/やまもと整骨院
- 定員/4名 ●対象/女性
- 持ち物/メモ、ボールペン

やまもと整骨院
☎0763-52-3123 ●講師/山本康之
受付/1月11日(水)より10:00~20:00 定休日/火曜日 所在地/福光288-1 5&5ワンモール福光内

福光 11 **カイロプラクティックってなに!?**

開催日 1月25日(水) 11:00~12:00
31日(火) 11:00~12:00

気軽に楽しくカイロプラクティック体験しませんか。姿勢チェック、簡単な運動で体が軽くなりますよ!

- 会場/カイロプラクティック わなたべ
- 定員/2名
- 持ち物/フェイスタオル1枚、ジャージなど施術をうける服装で来てください

カイロプラクティック わなたべ
☎090-2034-9752 ●講師/渡辺美智子
受付/9:00~18:00 定休日/不定休 所在地/天神128

福光 12 **あなたの毛細血管の形と流れを見てみませんか**

開催日 1月26日(木) 14:00~15:00
28日(土) 14:00~15:00
2月14日(火) 14:00~15:00

ご自身の血流が目で見えてわかります。採血なし、台に指をのせるだけ。毛細血管の形と血流を解説、あなたの健康度がわかります。改善する方法をお教え!

- 会場/みぞぐち元氣堂
- 定員/5名

みぞぐち元氣堂
☎0763-52-8261 ●講師/溝口二美子
受付/9:30~20:00 定休日/なし 所在地/田中148

福野 15 **お部屋でほっこり陶玉盆栽!**

開催日 1月20日(金) 18:00~20:00の間
21日(土) 10:00~11:30 //
22日(日) 10:00~11:30 //

ミニ盆栽がただ今流行中!冬は家にこもりがち。そんなとき小さな緑があると和みますよね。プレゼントにも最適!作り方と長く育てる方法をお教えます!

- 会場/雅環境造形・榎亭
- 定員/各回8名まで。制作時間約30分
- 対象/4歳以上の男女問わず、親子参加可

雅環境造形・榎亭 (かしてい)
☎0763-22-2874 ●講師/河合朱希代
受付/8:00~20:00 定休日/不定休 所在地/福野1328-1

福光 16 **手まりの作り方 入門編~応用編**

開催日 1月20日(金) 10:00~12:00
26日(木) 10:00~12:00

2名以上の方は開催の要望をお願いします。

手まり糸を使って手まりを作ります。きれいな手まりを作ってみませんか。初めての人は簡単なものを、経験のある人はすし手の込んだものを。

- 会場/山武道具店
- 定員/3名
- 材料費/500円(糸代)

山武道具店
☎0763-52-0219 ●講師/山本睦子
受付/9:00~19:00 定休日/不定休 所在地/福光(東町)6764-1

福光 17 **かぎ針で編むフリルマフラー**

開催日 1月21日(土)~2月19日(日)
13:00~15:00

期間中毎週土・日

テープ状の毛糸をかぎ針で引き抜いていくだけでおしゃれなマフラーが出来上り!一緒に編みましょう(色も選べます)

- 会場/小俣手芸店 ●定員/3名
- 持ち物/5号か6号かぎ針(当店で御用意できます)
- 材料費/735円~(毛糸代)

小俣手芸店
☎0763-52-3264 ●講師/野島玲子
受付/9:00~19:00 定休日/なし 所在地/福光中央通り7162

福野 18 **オリジナルシルバーリング加工体験**

開催日 1月21日(土) 13:30~15:30

シルバー製平打ちリングに簡単な模様を入れて、あなただけのオリジナルリングを作ってみませんか?

- 会場/ふじなが時計店
- 定員/2~3名
- 材料費/1,000円(シルバー材料代)

ふじなが時計店
☎0763-22-2504 ●講師/藤永孝義
受付/8:30~19:30 定休日/日曜日 所在地/松原新1535

城端 23 **上生菓子を作ってみよう**

開催日 2月5日(日) 14:00~15:00

季節の生菓子を自分でつくってみませんか?寒い冬は、あたたかいお部屋で自作の生菓子とお茶でほっこりしましょう。

- 会場/溝口梅華堂
- 定員/5名
- 持ち物/タオル・エプロン
- 材料費/500円

溝口梅華堂
☎0763-62-0034 ●講師/溝口英伸
受付/9:00~18:00 定休日/月曜日 所在地/城端(西上)483-1

福光 24 **バレンタインに南産パームケーキ「木菓里」(チョコ)を焼いてみよう!**

開催日 2月7日(火) 14:00~16:00

一緒にバレンタインデーのプレゼントを作ってみよう!日持ちがするのでプレゼントになりますよ。当店でラッピングして希望日に、店頭でお渡しいたします。

- 会場/菓匠 かじわ屋
- 定員/5名
- 対象/高校生以上

菓匠 かじわ屋
☎0763-52-0066 ●講師/中村和靖
受付/1月11日(水)より13:00~19:00 定休日/火曜日 所在地/福光6780-1

福野 25 **誰でも簡単ペーパーリース教室**

開催日 2月 7日(火) 14:00~15:00
10日(金) 19:00~20:00
12日(日) 10:00~11:00

ペーパーリースを作って季節を彩ってみませんか。水引でお花も手作り出来ますよ。

- 会場/春の屋 ●定員/5名
- 対象/どなたでもご参加下さい
- 持ち物/お好きな材料があればご自由にお持ち下さい。
- 材料費/1,000円

春の屋
☎0763-22-2699 ●講師/布袋代志美
受付/9:00~19:00 定休日/不定休 所在地/福野1835

井波 26 **初心者大歓迎!楽しくバッグを作ろう**

開催日 2月8日(水) 13:30~16:00

意外に簡単、自分だけのオリジナルバッグ作りに挑戦しよう!ミシンを使ったことのない方や苦手な方でもOKです。

- 会場/きもの洋装 くすのき
- 定員/3名 ●持ち物/自前の布や材料を自由にお持ちください。お店での用意も可能です。
- 材料費/500円~(布・ボタン他)

きもの洋装 くすのき
☎0763-82-0229 ●講師/楠彩乃
受付/9:00~19:00 定休日/日曜日 所在地/本町1-45

福野 30 **ヘリオスの謎を解け!館内ウォークラリー!**

開催日 1月22日(日)・2月11日(土) 両日10:00~11:30

ヘリオス館内を巡って、謎を解け!あなたはどれだけヘリオスについて知っている?館内ウォークラリーで楽しくヘリオスを巡りませんか?

- 会場/南砺市福野文化創造センターヘリオス
- 定員/各日5名
- 対象/どなたでも。小学生以下の方は、保護者同伴でご参加ください。

南砺市福野文化創造センターヘリオス
☎0763-22-1125 ●講師/館長:西部瑠・ヘリオス職員
受付/9:00~21:30 定休日/火曜・日曜・年末年始(12/29~1/3) 所在地/やかた100

城端 31 **粋な角帯の結びかた**

開催日 1月22日(日) 11:00~12:00
27日(金) 19:00~20:00
2月18日(土) 16:00~17:00

粋にキメた男の着物も後ろの角帯がだらしない台無しです。ハタレ結びをご存知ですか?マスターして着流しデビューしましょう。

- 会場/美しい装い きよべ
- 定員/3名
- 持ち物/角帯・腰紐・着物(浴衣可)(なければこちらで用意します)

美しい装い きよべ
☎0763-62-0227 ●講師/清部一夫
受付/9:00~20:00 定休日/月曜日 所在地/城端西上499

城端 32 **保険の「なかみ」を知って得しよう!**

開催日 1月23日(月) 14:00~15:00
25日(水) 10:30~11:30
28日(土) 14:00~15:00

自動車・初級編
☆補償がこんなに必要なの?
☆保険料を安くしたい!
そもそもの疑問を解決しませんか。

- 会場/有限会社 村上自動車整備工場
- 定員/3名または1組4名まで

有限会社 村上自動車整備工場
☎090-3760-6238 ●講師/村上裕美子
受付/9:00~19:00 定休日/日曜・祝日・不定休 所在地/細木228

井波 33 **お着物のあれこれをお教えます。**

開催日 1月25日(水) 19:00~20:00
2月 1日(水) 19:00~20:00
5日(日) 19:00~20:00

お着物の種類、TPO、色あわせ、たたみ方など、着物についての疑問にお答えします。お気軽にご参加ください。

- 会場/みにた美容室
- 定員/5名

みにた美容室
☎0763-82-0423 ●講師/三谷千津子
受付/8:30~19:00 定休日/月曜・第3日曜日 所在地/北川11852

福光 38 **ピアノと仲良しになろう!**

開催日 2月2日(木) 14:00~15:00

今、話題の脳活。音楽に合わせて指を動かして楽しく脳トレしてみませんか?ピアノ/鍵盤にも触れてみましょう。

- 会場/ノハラ音楽教室
- 定員/4名
- 対象/女性

ノハラ音楽教室
☎0763-52-2280 ●講師/高瀬優美
受付/9:00~20:00 定休日/なし 所在地/福光本町6904-1

福野 39 **ラクラク前結び!!**

開催日 2月4日(土) 10:00~12:00
5日(日) 10:00~12:00

着物は自分で着れるけど、帯結びが苦手という人。ラクラク前結びで解消。

- 会場/きものサロン かにや
- 定員/2~3名
- 持ち物/結んでみたい帯(種類はなんでもOKです)腰紐1本、帯メ、帯揚げ、まくら、前板

きものサロン かにや
☎090-2371-7482 ●講師/笹谷康代
受付/9:00~18:00 定休日/水曜日 所在地/福野1316-17

福野 40 **建設業社長の阜月にまつわるエトセトラ**

開催日 2月 4日(土) 14:00~15:00
11日(土) 14:00~15:00

さつきは、1,500種以上の品種があって、花の色や形が多様な園芸人気の植物です。そんなさつきの育て方のポイントをお教えます。

- 会場/信栄工業株式会社
- 定員/5名

信栄工業株式会社
☎0763-22-3195 ●講師/信高博
受付/8:00~17:00 定休日/- 所在地/柴田屋709-3

福野 41 **あなたも福野名人に**

開催日 2月5日(日) 10:00~11:30
14:00~15:30

「この町はどうやってできたの?」子供さんに聞かれて困った事ありませんか。福野の町立ってから現在までを分かりやすくお話します。親子での参加大歓迎

- 会場/柴田田瓦工事
- 定員/5名

柴田田瓦工事
☎0763-22-1058 ●講師/柴田昌尚
受付/8:00~17:00 定休日/日曜日 所在地/院林64-1