

受付開始

10/25 金



スタンプラリー開催!

抽選で5名様に3,000円分の図書カードが当たる!

受講したお店で応募用ハガキにスタンプを押してもらおう。3店で受講し、スタンプが3個たまったら応募できるよ!

- ◆12月3日(火)の消印有効です。
- ◆応募用ハガキは、まちゼミ期間中、参加店舗に用意してあります。
- ◆1枚のハガキに同じ店のスタンプは押せません。
- ◆ご応募はお1人様1回限りとさせていただきます。
- ◆抽選は12月下旬、発表は発送をもって代えさせていただきます。

どんどん
スタンプラリー
お申し込みは各店へ
皆様のご参加を
お待ちしております

各講座は開催商店会別に色分けされています。

- まえざわ小町商店会
- 滝山中央名店会
- タキヨ入口商店会
- 七瀬会
- 滝山センターパーク他

2 鍼灸治療を無料体験してみよう!

健康

ゆうしん整骨院滝山

10~15分程度の資料による講座と10~15分程度の鍼灸治療を無料で体験して頂くという内容です。

- 会場/店内
- 講師名/島岡一光
- 対象/どなたでも
- 定員/6名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/11 13:30~14:00

受付 ☎042-479-4808
9:00~21:00 (定休日 日曜日)

3 マッサージ師によるセルフマッサージ

健康

テイサービス アルゴ参番館

お身体、疲れてませんか? マッサージに行きたいけど、なかなか時間が無い。プロによるセルフマッサージを体験してみませんか?

- 会場/店内
- 講師名/窪野茂樹
- 対象/どなたでも
- 定員/5名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/8 10:00~11:00
11/13 14:00~15:00
11/19 18:00~19:00

受付 ☎042-420-6548
8:30~17:30 (定休日 日曜日)

4 快眠のための基礎知識

まなぶ

睡眠者房 たきのふとん店

生きて行く上で欠かす事の出来ない睡眠。毎日の事だからと大切にしたい。快眠に役立つ情報をお伝えします。

- 会場/店内
- 講師名/澤野茂樹
- 対象/どなたでも
- 定員/3名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
要予約 個別に日程調整

睡眠改善インストラクター
睡眠環境アドバイザーのいる店

受付 ☎042-473-2910
11:00~17:00 (定休日 月曜日)

5 なかなか聞けないスマホの使い方!

まなぶ

ROMI's COMPANY

キャッシュレスの使い方やLINEや動画について等周りには聞けない携帯について全て解決します! ケーキを食べながら上手に動画を撮ってみませんか?

- 会場/店内
- 講師名/木村紗望
- 対象/どなたでも
- 定員/5名
- 材料費/550円
ケーキとドリンク代
- 持ち物/スマホ・メモ帳・ペン

開催日時
11/7 10:00~11:30
11/10 10:00~11:30
11/21 10:00~11:30

受付 ☎042-420-7552
10:00~22:00 (定休日 月曜日)

6 皆で楽しく!!日替わりお菓子作り!

健康

ROMI's COMPANY

皆でお菓子を作りませんか? 出来立てを楽しくお店で食べるも OK! 持ち帰りも OK! お子様も大歓迎! ROMI'sで更なる交流増やしましょう!

- 会場/店内
- 講師名/服部理恵子
- 対象/どなたでも
- 定員/4名
- 材料費/550円食材
- 持ち物/なし

開催日時
11/17 10:00~11:30
11/29 10:00~11:30

受付 ☎042-420-7552
10:00~22:00 (定休日 月曜日)

7 素敵なドレスを着て写真を撮りませんか?

きれい

ブティック 沙知

一度は素敵なドレスを着てみませんか。又カラオケ、ダンスを楽しんでいる方も参加してみよう。撮影した写真でカレンダーをお作りします。(協力:アルゴ参番館)

- 会場/店内
- 講師名/高島幸子
- 対象/女性
- 定員/3名
- 材料費/なし (撮影無料)
- 持ち物/なし

開催日時
11/6 11:00~14:00
11/7 11:00~14:00
11/8 11:00~14:00

受付 ☎042-470-0331
10:00~18:00 (定休日 不定休)

8 ゆかた地で編む布ぞうり

健康

美容室 wing

3時間位で1足仕上げてお持ち帰れます。夏は素肌に健康に良い室内ばき。

- 会場/店内
- 講師名/岸千恵
- 対象/小学校4年生以上
- 定員/5名
- 材料費/500円(1足)
- 持ち物/なし

開催日時
11/5 9:00~15:00
★時間相談

受付 ☎042-475-1777
12:00~18:00 (定休日 火曜日)

9 ニットで編む布ぞうり

健康

美容室 wing

3、4時間で1足仕上げてお持ち帰れます。やわらかニット地で肌触りのよい新しいおしゃれなルームシューズです。

- 会場/店内
- 講師名/岸千恵
- 対象/小学校4年生以上
- 定員/5名
- 材料費/500円(1足)
- 持ち物/なし

開催日時
11/19 9:00~15:00
★時間相談

受付 ☎042-475-1777
12:00~18:00 (定休日 火曜日)

10 トренд眉!自分に合った眉レッスン

きれい

三共薬局

悩みにあった眉の描き方をレッスン方式でアドバイスさせていただきます。お気軽にご参加下さいませ。

- 会場/店内
- 講師名/ビューティアドバイザー
- 対象/女性
- 定員/10名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/14 10:30~18:00
(1人30分)

受付 ☎042-471-6070
10:00~19:30 (定休日 日曜日)

11 護身〜知ってお得・自分を守る技

健康

ドン・キホーテ

日々の心がけて様々な危険から身を守ることが可能です。生活の中での合気道を学び、護身の技を体験してください。

- 会場/滝山センターパーク二階
- 講師名/大垣隆久
- 対象/どなたでも
- 定員/10名
- 材料費/なし
- 持ち物/動きやすい服装で

開催日時
11/20 17:00~19:00

受付 ☎042-474-5431
9:00~19:00 (定休日 水曜日)

12 バラの花を折り紙で...

健康

ドン・キホーテ

一枚の紙(折り紙)でバラの花を作ります。何回折ったら完成するでしょう? チャレンジしてみてください。

- 会場/店内
- 講師名/大垣隆久
- 対象/どなたでも
- 定員/5~6名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/15 15:00~16:00

受付 ☎090-2562-2453
17:00~21:00 (定休日 水曜日)

13 本のお医者さん〜本の修理を体験しよう〜

まなぶ

東久留米市立滝山図書館

図書館で実際に行っている「本の簡単な修理」や「保護フィルムかけ」のコツを分かりやすく説明します。

- 会場/西部地域センター3階第3講習室
- 講師名/滝山図書館スタッフ
- 対象/小学生以上(親子での参加大歓迎)
- 定員/10名
- 材料費/なし
- 持ち物/保護フィルムをかけた本、修理したい本

開催日時
11/10 10:00~11:00
11/24 10:00~11:00

受付 ☎042-471-7216 受付開始10/26
9:00~19:00 (定休日 金曜日)

14 こまちーズのまえこまガイド

まなぶ

ふとんしばた.ユメノキ.サワノ.ふれあいの街

50周年を迎え、まえざわ小町商店会は「まえこま」の愛称で新しい時代へ! 記念発行した冊子を広げながらまえこまの魅力を楽しんでご紹介いたします。

- 会場/ユメノキ
- 講師名/こまちーズと横井P(プロデューサー)
- 対象/どなたでも
- 定員/8名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/1 15:30~16:30
11/5 15:30~16:30

受付 ☎042-476-7051 ユメノキ
9:30~17:30/水~15:00 (定休日 日・祝・月曜)

15 100倍おトク! イキモチシャンプー

きれい

美容室 KON

いつものシャンプーも少しのコツで100倍気持ちよくなります。自分はもちろん、人にもシャンプーしてあげましょう。

- 会場/店内
- 講師名/今健太
- 対象/どなたでも
- 定員/3名
- 材料費/なし
- 持ち物/筆記用具

開催日時
11/27 19:30~20:30

受付 ☎042-474-3427
12:00~19:00 (定休日 火曜日)

16 潤いケアと簡単ヘッドマッサージ

きれい

美容室 KON

髪が頭皮が乾燥するこれからの季節。ご自宅ですっきり、うっとり過ごせるケア方法を提案します。

- 会場/店内
- 講師名/今健太
- 対象/どなたでも
- 定員/3名
- 材料費/なし
- 持ち物/筆記用具

開催日時
11/22 19:30~20:30
11/30 19:30~20:30

受付 ☎042-474-3427
12:00~19:00 (定休日 火曜日)

17 布で作る(単行本サイズ)ブックカバー

健康

(株)因幡電機

ミシンや糸を使わずに布でBOOKカバーを作ります。作成後は手作りお菓子とお茶をご用意しておりますので、楽しんでください。

- 会場/店内
- 講師名/渡辺実年江
- 対象/どなたでも
- 定員/4名
- 材料費/300円
布・ボタン・リボン
- 持ち物/なし

開催日時
11/2 10:30~12:00
11/2 14:00~15:30
11/6 14:00~15:30

受付 ☎042-473-5515
10:00~17:00 (定休日 日・祝・第2土曜)

18 日本料理を家庭で気軽に

健康

おまかせ料理 田中

出来合いの食品ではなく手作りの料理を! 特に子供達には美味しく体に良い料理を!

- 会場/店内
- 講師名/田中隆
- 対象/どなたでも
- 定員/4名
- 材料費/3,000円 食材
- 持ち物/筆記用具など

開催日時
11/12 12:30~14:30
11/13 12:30~14:30
11/14 12:30~14:30

受付 ☎042-476-0251
10:00~22:00 (定休日 月曜日)

19 ステンドグラスのミニクリスマスツリー

健康

ユメノキ

小さなガラスを合わせてクリスマス飾りを作ります。ステンドグラスが仕上がったまでの行程をワークショップで体験できる人気講座です。

- 会場/店内
- 講師名/吉武美佐子 (Blue Bee)
- 対象/小学校4年生以上
- 定員/3名
- 材料費/1,000円
ガラス、コーティング、半田等
- 持ち物/エプロン・マスク

開催日時
11/16 10:00~12:00
11/16 13:30~15:30

受付 ☎042-476-7051
9:30~17:30/水~15:00 (定休日 日・祝・月曜)

20 英会話ワンポイントクリニック

まなぶ

ユメノキ

「どうしたら英語が上手に話せるの?」経験豊富なバイリンガル講師が、お一人おひとりに発音、勉強法などのアドバイスをさせていただきます。

- 会場/店内
- 講師名/浦崎友恵 (ウラライングリッシュ)
- 対象/英会話に興味のある方
- 定員/6名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/13 10:00~11:00

受付 ☎042-476-7051
9:30~17:30/水~15:00 (定休日 日・祝・月曜)

21 香りの壁飾り アロマサシェのX'masリース

健康

ユメノキ

好きな香りをつけたワックスで土台を作り、ドライフラワーを飾って固めます。ふわっと香るかわいいクリスマスリースを作ります。

- 会場/店内
- 講師名/アロマの家 春花 金子レコ
- 対象/※アレルギーの方は保護者同伴でお願いします
- 定員/8名
- 材料費/500円
ドライフラワー、ワックス等
- 持ち物/なし

開催日時
11/2 15:00~16:30
11/7 10:00~11:30
11/11 10:00~11:30
11/27 15:00~16:30

受付 ☎042-476-7051
9:30~17:30/水~15:00 (定休日 日・祝・月曜)

22 みんなで作ろう! 朝え断わんぱくサンド

健康

Boulangeri SAWANO プランジェリーサワノ

カフェやインスタグラムでよく目にするカラフルでボリュームたっぷりのサンドイッチを楽しく一緒に作りましょう。

- 会場/ユメノキ
- 講師名/澤野由希乃
- 対象/どなたでも
- 定員/6名
- 材料費/500円
パン・食材
- 持ち物/エプロン

開催日時
11/7 15:30~16:30
11/19 15:30~16:30
11/29 15:30~16:30

受付 ☎042-476-7051 ユメノキ
9:30~17:30/水~15:00 (定休日 日・祝・月曜)

23 みんなで楽しく、美味しいちゃんぽんを作ろう。

健康

味の民芸

民芸自慢のおうどんの紹介。実際にみんなで、民芸自慢のおうどんを試食していただきます。

- 会場/店内
- 講師名/佐藤翔
- 対象/料理好きの方、興味のある方
- 定員/8名
- 材料費/なし
- 持ち物/エプロン

開催日時
11/5 9:30~11:00
11/9 9:30~11:00
11/13 9:30~11:00
11/21 9:30~11:00
11/29 9:30~11:00

受付 ☎042-473-4303
11:00~21:00 (定休日なし)

24 アイブロウメイクレッスン

きれい

NOEVIR ビューティスタジオ キレ・プラ

いつものメイクが驚く程簡単にワンランク上のメイクに...当日は、素颜またはいつものメイクでお越し下さい。(お子様不可)

- 会場/店内
- 講師名/高田さつき
- 対象/女性限定
- 定員/4名
- 材料費/550円
メイク道具(チップ・パフ・リップブラシ)他
- 持ち物/ご自身がお使いのメイク道具

開催日時
11/9 10:30~12:30
11/19 10:30~12:30

受付 ☎042-476-1063
留守番電話対応可 10:30~18:00 (定休日 不定休)

25 カラーレッスン

きれい

NOEVIR ビューティスタジオ キレ・プラ

お洋服やファンデーションの似合う色ツールを使って皆さんと一緒に見つけていく講座です。

- 会場/店内
- 講師名/高田さつき
- 対象/女性限定
- 定員/4名
- 材料費/550円
お似合いのファンデ等、メイク道具
- 持ち物/ご自身がお使いのメイク道具

開催日時
11/8 10:30~12:30

受付 ☎042-476-1063
留守番電話対応可 10:30~18:00 (定休日 不定休)

26 事業者向け「まちゼミ」ってナニ?

まなぶ

NPO法人東久留米ふれあいの街

「まちゼミ」って、ちょっと気になるけど一歩が踏み出せないお店の方のために、講習会などで学んだことをお伝えします。お気軽にどうぞ!

- 会場/滝山センターパーク二階
- 講師名/横井修
- 対象/事業者の方
- 定員/4名
- 材料費/なし
- 持ち物/なし

開催日時
11/7 11:00~12:00
11/15 19:30~20:30

受付 ☎090-3808-6224
10:00~18:00 (定休日 不定休)

商店街は「まちゼミ」を通じて、地域交流の中心になることを目指します。

- 1 選ぶ
チラシを見てゼミをお選びください。
- 2 申し込む
お店へ直接お電話でお申し込みください。
- 3 参加する
当日、お間違えないようご参加ください。

各講座は開催商店会別に色分けされています。

- まえざわ小町商店会
- 滝山中央名店会
- タキヨ入口商店会
- 七瀬会
- 滝山センターパーク他