

令和元年5月16日

## 第4回 とめまちゼミを開催します

佐沼商工会連合会は、「第4回得する街のゼミナール“とめまちゼミ”」を下記の通り開催します。「とめまちゼミ」は、店主や従業員が、長年培ってきたプロならではの商品知識や生活に役に立つ知恵を紹介・体験する少人数制の講座を実施。商店と消費者の交流を通じて「お店と街のファンづくり」を進めるもので、佐沼商店会連合会が昨年引き続き開催するものです。

### 記

- 1 開催期間 令和元年6月10日（月）～7月15日（月）
- 2 参加店舗 佐沼中央商店会エリア10店舗、登米市神社通り商店会エリア7店舗、大網商工振興会エリア2店舗、他エリア5店舗（計24店舗）
- 3 内 容 5つのカテゴリによるミニ講座を開催

#### 「美容・健康」

フェイスクケア、足爪の切り方、ダンスの楽しさ、舞踊ビクスの4講座

#### 「まなぶ」

エアコンフィルター清掃法、すこっぷ三味線教室、風呂敷の包み方など8講座

#### 「たべる」

おいしいもんじゃの焼き方、コーヒー・ワッフルの作り方、地酒の味わい方の3講座

#### 「つくる」

畳の縁でのコサージュ作り、アルミ缶でのバッグ作成、初心者の陶芸教室など8講座

#### 「ファッション」

ストールの巻き方の1講座

計24講座

- 4 事務局（問い合わせ先）

登米中央商工会 電話：0220-22-3681／FAX：0220-22-8553

登米市産業経済部商業観光課 電話：0220-34-2734／FAX：0220-34-2802

# 「とめまちゼミ」講座カレンダー

Check! ●美容・健康 ●まなぶ ●たべる ●つくる ●ファッション

	日	月	火	水	木	金	土
六月	9	10 5 9	11 17	12	13 5 6 21 23	14 21	15 6
	16	17 3 4 7	18 5 14	19 12 18 19	20 1 10 23	21 2	22 9
	23 20 24	24	25 4 17	26 18 19	27 10 20	28 13 16 24	29 16
七月	30	1 3	2	3 8	4 7 9	5 1	6 15
	7	8 3 22	9 2 4	10 8 18	11 14 24	12 11	13

# 「とめまちゼミ」講座会場MAP

Check! ●美容・健康 ●まなぶ ●たべる ●つくる ●ファッション

**石越地区**  
バス停 芦倉  
至石越駅  
至永井  
至石森  
○石越南芦倉住宅  
○そめ屋  
○そめ屋  
○石越コミュニティカフェ「笑友家」  
○そめ屋  
○本宮街道  
○至チャチャワールド

**中江地区**  
赤とんぼ工房  
登米市市場  
佐沼税務署  
登米市役所  
中江中央公園  
登米市追体育館  
登米市市民病院  
登米市立登米市民病院  
追にきわいセンター  
ごとう眼科  
MODE鈴屋  
カドチオー  
津島神社  
合同庁舎  
爽陽ブックカフェ Festival  
ハサマ事務機

**一市・八日町・大網地区**  
登米中央商工会  
○羽黒神社  
佐藤荒物店  
ミヤギ電機  
MODE鈴屋  
カドチオー  
津島神社  
合同庁舎  
爽陽ブックカフェ Festival  
ハサマ事務機

**萩洗地区**  
イオンタウン 佐沼  
hair salon AIRY  
ヤマサ

# まちゼミ

第4回 お店の人が教えてくれる!

# 得する街のゼミナール

# とめまちゼミ

受講料 無料

開催期間 2019.6/10(月)~7/15(月)

受付開始 6/1(土) ※6/1以前の受付は出来ませんので、ご了承ください。



24店24講座 参加者募集!!

## 「まちゼミ」ってなに?



お店の人が講師となって、専門店ならではの専門知識や情報、コツを無料で教えてもらえる、街の中の少人数ゼミナールです。講座を聴いていただくのが目的です。

講座中の販売や営業活動は一切ありません。お気軽にお申し込み下さい。

## お申込みの手順

各講座は中面をご覧ください

- 1 選ぶ** チラシの内容をよく見て講座をお選びください。
- 2 申込** 受けたい講座のお店へ直接電話でお申込ください。  
●「まちゼミ申込です。」とお声をかけてください。  
●受講内容や持ち物、材料費など詳細も各店へお気軽にお問合せください。
- 3 当日** 時間、場所をお間違えないようご参加ください。

**受講料無料**  
ただし、内容によっては材料費がかかるものがあります。このチラシでご確認ください。

**各講座へお申込みください**  
●定員になり次第締め切らせていただきます。  
※お申し込みの際の個人情報は他に使用致しません。

各講座はカテゴリー別に  
5つに分かれています。

**美容・健康**  
美容・健康を追求する講座です  
講座No.1~4

**まなぶ**  
新しい発見があります  
講座No.5~12

**たべる**  
料理や飲みものづくりに挑戦してみよう  
講座No.13~15

**つくる**  
作品制作をおこなう講座です  
講座No.16~23

**ファッション**  
新たな着こなしの発見があります  
講座No.24

**1** "めんどくさい" 忙しいからこそその美白成功の鍵

脳に最も近い顔のケアは認知症の症状悪化を遅らせたり不安を和らげるリラックス効果もあります。老廃物の排泄でリフトUP!そして盛夏の美白ケア。

会場/追にぎわいセンター  
材料費/1,000円 (シートマスク、マッサージシート付き)  
対象/女性、男性問わず  
定員/10名  
持ち物/肌の弱い方はご自身の化粧品(キソ)をお持ち下さい  
講師名/栗田 瑞依

開催日時 6月20日(木)、7月5日(金) 各日10:00~11:30

パースディ イブ(エステティックサロン)  
迫町北方字舟橋前20-3 定休日/木曜日  
[申込]090-2951-0147 [受付]10:00~20:00

**2** 自分の足! 見ていますか?

何歳になっても自分の足で歩くために...正しい足爪の切り方と硬くした足の角質についてお話します。(足は出さなくて大丈夫です。)

会場/追にぎわいセンター  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/10名  
持ち物/筆記用具  
講師名/村田 真太子

開催日時 6月21日(金)、7月9日(火) 各日10:00~11:30

ネイルサロン CROWN ~クラウン~  
迫町佐沼字中江4丁目10-6-1 定休日/日、祝日  
[申込]090-2955-5172 [受付]10:00~17:00

**3** 踊ってみよう!フラダンス♪♪

心地よい音楽に合わせて踊るフラは...ストレス解消や脳の活性化、運動不足の解消につながります。フラで楽しく心と身体の健康を目指しましょう。

会場/追にぎわいセンター  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/10名  
持ち物/飲み物、タオル  
講師名/橋本 きよ子

開催日時 6月17日(月)、7月1日(月) 各日13:00~14:00  
7月8日(月) 10:30~11:30

カフェ マナレア  
迫町佐沼字西佐沼88 一市第一ビル1F 定休日/月曜日  
[申込]0220-23-2340 [受付]10:30~21:00

**4** 「舞踊ビクス」で健康増進!!

踊りの要素を取り入れ、腕の上げ下げ曲げ伸ばし、肩回しなど、音楽に合わせて楽しく体を動かす簡単体操です。イスにかけてもできますよ!

会場/追にぎわいセンター 研修室2  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/足袋もしくはくつ、タオル、飲み物  
講師名/浅野 千代美

開催日時 6月17日(月) 6月25日(火) 7月9日(火) 10:15~11:30 13:15~14:30 19:15~20:30

舞踊教室 千代乃会  
迫町佐沼字大綱45-2 定休日/不定休  
[申込]090-7522-3931 [受付]9:00~19:00

**5** 和のラッピング 布・風呂敷で包む おもてなし

最近はエコの観点からも使い回しが出来る布のラッピングが注目されています。古くから伝わる風呂敷包みを紹介します。知っておくと便利です!

会場/店舗内  
対象/成人女性  
定員/4名  
持ち物/風呂敷、又はスカーフ(約1m×1m)1枚  
講師名/佐藤 きよ子

開催日時 6月10日(月)、6月13日(木)、6月18日(火) 各日10:00~11:00

佐藤荒物店  
迫町佐沼字西佐沼100 定休日/日曜日  
[申込]0220-22-3118 [受付]11:00~16:00

**6** エアコンのフィルター清掃の仕方教えます パート2

エアコンの実機で、フィルター掃除の仕方教えます。冷房・暖房使用時の電気代はいくらかるの?イヤな臭いはなぜ?疑問あれこれにお答えします!

会場/店舗内  
材料費/筆記用具  
対象/どなたでも  
定員/6名  
持ち物/無し  
講師名/佐藤 直美

開催日時 6月13日(木) 14:00~15:30  
6月15日(土) 10:30~12:00

(株)ミヤギ電機  
迫町佐沼字西佐沼34 定休日/火曜日  
[申込]0220-22-3037 [受付]10:00~18:00

**7** いまさら聞けない、カラオケの使い方!!

カラオケの機械の使い方をやさしくお話し致します。いまさら聞けないリモコンの使い方や新しいコンテンツのご紹介!!ぜひ一度ご参加下さい。

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/特になし  
講師名/太田 美雪

開催日時 6月17日(月)、7月4日(木) 各日11:00~12:00

サウンド アリーナ  
迫町佐沼字中江4-12-3 定休日/不定休  
[申込]0220-22-0957 [受付]10:00~14:00

**8** 美味しいお茶で おもてなし力をUP!

どうしたら「美味しいお茶」を淹れるのか?その根拠を学び一緒に淹れてみて、心のこもった「おもてなし力」を高めましょう。

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/どなたでも、お女性もOKです。  
定員/3~5名  
持ち物/特になし  
講師名/星 康子

開催日時 7月3日(水)、7月10日(水) 各日11:00~12:00

(有)ほし茶園  
迫町佐沼字中江4-7-10 定休日/日曜日  
[申込]0220-22-6165 [受付]9:00~20:00

**9** すこっぴ三味線を たたいてみよう

すこっぴ三味線は太鼓やドラムと同じで、リズム遊びです。すこっぴ三味線をたたいて頭の体操してみてください。

会場/追にぎわいセンター  
材料費/無し  
対象/どなたでもOK  
定員/5名  
持ち物/スカーフ以外  
講師名/大友 愛穂

開催日時 6月10日(月)、6月22日(土)、7月4日(水) 各日11:00~11:30

若葉舞・音楽事務所  
迫町佐沼字西佐沼10-1 定休日/なし  
[申込]090-9425-9643 [受付]10:00~21:00

**10** 知ってた? 植物がもたらすベネフィット!

実は、人の生活に植物を添えると素晴らしいベネフィット(恩恵)があるんです。科学的資料を踏まえて、一緒に学んで取り入れましょう!

会場/追にぎわいセンター  
材料費/無し  
対象/お花に興味のある方  
定員/8名  
持ち物/特になし  
講師名/伊藤 裕麻

開催日時 6月20日(木)、6月27日(木) 各日14:00~15:00

若葉園芸  
迫町新田字大形31 定休日/日曜日  
[申込]090-5188-7080 [受付]9:00~17:00

**11** 初心者・中高年向き パソコン講座

やってみたい!作ってみたい!楽しみたい!パソコンを使用して簡単な文書やハガキ作成等を体験してみませんか?

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/10名  
持ち物/無し  
講師名/千葉、今出川、猪川

開催日時 7月12日(金) 10:00~12:00

(株)JMTC 佐沼教室  
迫町佐沼字中江1-9-1 定休日/土・日・祝日  
[申込]0220-44-4285 [受付]9:00~17:00(6月3日から受付開始)

**12** レトロ家具のリメイクと 再利用方法

使われなくなった古いガラスケース等をリメイクして、一緒にお酒好きな空間を演出してみませんか?

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/3~4名  
持ち物/無し  
講師名/佐藤 幸彦、佐藤 直美

開催日時 6月19日(水) 19:00~21:00

(有)フィッシングサンリバー  
迫町佐沼字榎ノ木5-1-8 定休日/無し  
[申込]0220-22-5062 [受付]10:00~19:00

**13** コーヒーとワッフルの 作り方

コーヒーの入れ方と、それに合うオシャレなワッフル作りをしたいと思いませんか?

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/エプロン、スリッパ、ペン  
講師名/千葉 てつ、菅原 由佳

開催日時 6月28日(金) 14:00~15:00

ブックカフェ Festival(株)爽陽  
迫町佐沼字新大東8-2 定休日/日曜日  
[申込]0220-23-9227 [受付]10:00~16:30

**14** もんじゃ焼きの焼き方食べ方

もんじゃ焼きの美味しい焼き方&食べ方を教えます。楽しくお話ししながら鉄板を囲みませんか?もんじゃ初トライの方大歓迎!

会場/店舗内  
材料費/300円(食材費)  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/特になし  
講師名/太田 真剛

開催日時 6月18日(火)、7月11日(木) 各日11:00~12:00

鉄板屋 じゅうじゅう  
迫町佐沼字中江4-12-3 定休日/不定休  
[申込]0220-22-0957 [受付]10:00~14:00

**15** 蔵元と語り合いながら、 知って味わう!登米市の地酒

登米市唯一の蔵の日本酒を飲み比べながら、味わうためのコトや豆知識を楽しく学びましょう。夏限定の歌と陰の試飲会ときき酒大会有り。

会場/笑友家(石越町声倉バス停隣)  
材料費/1,500円 (日本酒6アイテム他)  
対象/成人の方  
定員/20名  
持ち物/ペン  
講師名/千葉 芳照

開催日時 7月6日(土) 19:00~21:00

そめ屋  
石越町南郷字声倉6-6 定休日/1/1のみ  
[申込]090-1939-1404 [受付]9:00~19:00

**16** 「ガッテン」 得する宝飾品の見分け方

お持ちのアクセサリやジュエリーをお持ち下さい。イミテーション、本物、どちらも良さがあるんですヨ。修理や加工のご相談もお待ちしております。

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/どなたでも  
定員/5~6名  
持ち物/お持ちのジュエリー  
講師名/田口 安英

開催日時 6月28日(金)、6月29日(土) 各日10:30~11:30

(株)田口セイコー堂  
迫町佐沼字中江2-2-8 定休日/水曜日  
[申込]0220-22-2744 [受付]10:30~18:00

**17** 楽しい陶芸教室

毎日使う、お皿とフリーカップを作りましょう!又、お好きなデザイン!どんぶり!コーヒーカップ!など、挑戦してみよう!あなたは陶芸家です!

会場/店舗内  
材料費/3,000円(ねん土、焼成料、コーヒーカップ付き)  
対象/成人の方  
定員/5~6名  
持ち物/エプロンがあるといいですよ  
講師名/田口 節子

開催日時 6月11日(火)、6月25日(火) 各日13:30~15:00

陶芸教室 赤とんぼ工房  
迫町佐沼字三沼32 定休日/水曜日  
[申込]0220-22-7156 [受付]11:00~16:00

**18** パソコンで簡単な「アルバム作り」 県内初の「AIロボットが待っています」

デジカメで撮った写真をA4版の1枚に集約、文字を入れたりカットを入れて、アルバムを作り、記念としてファイルしてみませんか?

会場/店舗内  
材料費/1,000円(ファイル・印画紙)  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/デジカメ・パソコンがあれば、持参下さい。  
講師名/遠藤、阿部

開催日時 6月19日(水)、6月26日(水)、7月10日(水) 各日10:00~12:00

(株)ハサマ事務機  
迫町佐沼字大綱71-2 定休日/土・日曜日  
[申込]0220-22-4357 [受付]8:30~17:30

**19** ギョーザの作り方を教えます!

ご家庭で簡単に美味しいギョーザの作り方を当店自慢の料理人が丁寧に教えます。

会場/店舗内  
材料費/300円(材料費)  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/特になし  
講師名/阿部 亨

開催日時 6月19日(水)、6月26日(水) 各日14:00~15:00

(有)ドリームT・Aグループ Rocky Café ロッキーカフェ  
迫町佐沼字中江4-9-4 定休日/火曜日  
[申込]0220-22-8795 [受付]17:00~20:00

**20** 量の縁を利用した コサージュ作り

量のヘリを土台にして、コサージュ作りをします。バックや帽子などのアクセサリに、夢になれる時間を楽しく過ごして下さい。

会場/店舗内  
材料費/500円(材料費)  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/特になし  
講師名/佐藤 たか子

開催日時 6月23日(日) 10:00~11:30、13:30~15:00  
6月27日(木) 10:00~11:30

佐藤量店  
迫町佐沼字の場64-1 定休日/不定休  
[申込]0220-22-3791 [受付]9:00~18:00

**21** はじめてのハーバリウム

人気のハーバリウム作りを体験してみませんか?ご自分へのご褒美やプレゼントに、心のこもったオリジナルハーバリウムをどうぞ!

会場/店舗内  
材料費/1,000円 (花材、オイル、ビン等)  
対象/どなたでも  
定員/5名  
持ち物/特になし  
講師名/小川 美和

開催日時 6月13日(木)、6月14日(金) 各日10:00~11:30

(有)カドチョー  
迫町佐沼字西佐沼55 定休日/不定休  
[申込]0220-22-2141 [受付]9:15~18:30

**22** 布バックに画像を プリントしてみましょう!

トートバッグに写真やイラストをその場でプリント!オリジナル商品一緒に作りませんか?

会場/店舗内  
材料費/1000円(布バッグ代)  
対象/どなたでも  
定員/3~4名  
持ち物/写真または、カメラのデータ  
講師名/菅原 美奈

開催日時 7月8日(月)、7月15日(月・祝日) 各日14:00~15:30

(株)ヤマサ  
迫町佐沼字中江3-5-1 定休日/なし  
[申込]0220-22-5281 [受付]平日8:30~19:00 土、日、祝9:00~18:00

**23** アルミ缶再利用の缶バッグ

普段はリサイクルに出しているアルミ缶をちょっぴりとした工夫で雑貨に大変身!自分だけのオリジナル雑貨でお部屋の雰囲気を変えてみませんか?

会場/店舗内  
材料費/600円(ペンキ、ハケ、針金等)  
対象/お子様連れOK  
定員/6名  
持ち物/小さなお子様の靴は脱ぎ、エプロン着用、7歳以上(3歳)  
講師名/熊谷 寿代

開催日時 6月13日(木) 10:00~11:30、13:00~14:30  
6月20日(木) 10:00~11:30

hair salon AIRY  
迫町佐沼字中江3-1-2(ホームック横向) 定休日/月曜日、第3日曜日  
[申込]0220-23-7266 [受付]9:00~17:00

**24** プロの技を一緒に! ストールの巻き方講座

日よけや冷房対策としても大活躍するストール。好感度アップのステキな巻き方を色々とお教えします。店内商品を自由に使い楽しく学んで下さい。

会場/店舗内  
材料費/無し  
対象/40歳以上の女性  
定員/4名  
持ち物/特になし  
講師名/鈴木 とよ子、鈴木 洋康

開催日時 6月23日(日) 6月28日(金) 7月11日(木) 10:30~11:30 14:00~15:00 10:30~11:30

(株)MODE鈴屋  
迫町佐沼字西佐沼69 定休日/不定休  
[申込]0220-22-3277 [受付]9:00~18:00