

申込方法に関しては裏表紙の「参加申込方法」をご確認ください!

2月1日(金)～受付開始

水人が学ぶ講座でみ



申込み方法は裏表紙をご参照ください!

カラー&アイコンのご説明

講座の種類

生活 食 美容 健康 文化

アイコンの種類

NEW 新規参加店 KIDS こども参加OKマーク

申し込み方法の種類

- 先着順 (メール/電話)
- 抽選 (メール/電話)
- 先着順 (メール&電話)
- 抽選 (メール&電話)

26 似合わないメガネは許しません!

誰にも似合うメガネがきっとあるはず。あなたの個性を引き出すメガネ。そんなメガネに出逢ってませんか?

開催日 2/9④ 2/14⑥ 2/25⑧
3/11⑥ 3/14⑥ 3/25⑧

定員 各3名または2組 材料費 なし 会場 自宅
対象 大人 持ち物 使用中のメガネ 幼児同伴 不可

メガネギャラリー TEL.053-456-7865
LOYD CLUB 電話受付:11:00-19:00(水・第3木曜休)
中区鍛冶町319-15 メール mail@loydclub.jp

27 切れ味復活! 包丁研ぎ講座 Part17

毎日使う包丁の切れ味が家事に蘇る研ぎ方を研ぎ師が伝授します!

開催日 2/10⑩ 2/17⑩ 2/24⑩ 2/28⑩
10:15-11:45 10:15-11:45 10:15-11:45 10:15-11:45

定員 各8名 材料費 100円
会場 鍛冶町交友堂(中区鍛冶町320-6) 対象 大人
持ち物 包丁1丁・エプロン 幼児同伴 不可

くろかねや TEL.053-452-1257
中区鍛冶町320-17 電話受付:10:00-18:30(水曜休)

28 使って納得! 圧力鍋講座 Part13

使えば手放せなくなる魔法のお鍋! 調理のコツやオススメレシピをご紹介します。

開催日 3/8⑩ 3/15⑩
10:15-11:45 10:15-11:45

定員 各8名 材料費 500円
会場 鍛冶町交友堂(中区鍛冶町320-6) 対象 大人
持ち物 筆記用具 幼児同伴 不可

くろかねや TEL.053-452-1257
中区鍛冶町320-17 電話受付:10:00-18:30(水曜休)

29 高齢・遺族・障害年金 基礎講座

知っているようで知らない年金の知識。社会保険労務士が基礎的内容を分かりやすく解説します!

開催日 2/10⑩ 3/3⑩ 3/17⑩ 3/31⑩
14:00-15:30 14:00-15:30 14:00-15:30 14:00-15:30

定員 各5名 材料費 なし
会場 自宅 対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

NPO法人浜松国際総合事務所 TEL.053-528-7129
西区入野町6303 電話受付:9:00-18:00(定休日なし)
マルショウ15ビル7号 メール norio@swan.ocn.ne.jp

30 あなたの店の「0円集客法」 見つけましょう

0円でお客さんがザクザク集まる方法を集客コンサルタントと発掘! 仕事がかたくなりやす!

開催日 3/5④ 3/16④ 3/8④
11:00-12:00 11:00-12:00 18:00-19:00
14:00-15:00 14:00-15:00 20:00-21:00

定員 各3名または2組(個別面談方式) 材料費 なし
会場 自宅 対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

NPO法人浜松国際総合事務所 TEL.053-528-7129
西区入野町6303 電話受付:9:00-18:00(定休日なし)
マルショウ15ビル7号 メール norio@swan.ocn.ne.jp

31 入管法(にゅうかんほう)のキホン

ニュースで話題になった出入国管理法の基礎知識をお伝えします。

開催日 2/11⑩ 10:00-11:30

定員 4名 材料費 なし
会場 友愛ビルセミナールーム(中区田町324-5)
対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

行政書士法人みそら TEL.053-545-9171
東区篠ヶ瀬町1324 電話受付:7:00-19:00(土日祝休)
メール oda@misora.or.jp

32 プロに聞く。素敵インテリア ~窓装飾編~

センスあるお部屋を演出するカーテンコーディネートを伝授。カーテン生地を使ってお部屋に飾るフレームも作っちゃいましょう。

開催日 2/11⑩ 2/15⑩
10:30-12:00 10:30-12:00

材料費 700円 定員 6名
会場 自宅 対象 大人
持ち物 はさみ(布切り用)・ものさし 幼児同伴 不可

リビングサンアイ TEL.053-472-7223
中区高林1-9-38 受付:10:00-18:30(水曜休)

33 婚活サービスのあれこれ すべてお教えます

世の中には各種婚活サービスがありますが、あなたに合う結婚するための方法や疑問・質問にお答えします!

開催日 2/13⑥ 2/16④ 2/27⑥ 3/2⑥
13:00-14:00 13:00-14:00 10:00-12:00 10:00-12:00

定員 各1名または1組 会場 タケダ毛糸店1F(中区砂山町357-2)
材料費 なし 対象 大人・親子 持ち物 なし 幼児同伴 不可

結婚相談所Sweet Partners TEL.080-9580-5293
中区砂山町355-4 電話受付:10:00-19:00
ハマキョウレックス浜松駅前ビル4F メール sweet-p-2018@outlook.jp

34 一生お金に困らない ライフプラン診断講座

育休中・子育て中ママを対象とした講座です。お子様の成長に備え、ご家庭の将来設計を作成しましょう。

開催日 ①2/13⑥ ②2/20⑥ ③3/13⑥ ④3/20⑥
10:00-12:00 10:00-12:00 10:00-12:00 10:00-12:00

定員 各10名 材料費 なし
会場 ①③アイイー(浜松) ②④浜北地域活動研修センター(浜北区辰宮2829-1)
対象 大人 持ち物 筆記用具 幼児同伴 可 ※但し託児はございません

一般社団法人ライフプラン診断士協会
中区中央二丁目15番1号 メール office@e-brains.jp

35 目指せ捨離アン! 女性建築士の収納講座

女性建築士による用途にあわせた収納術と「捨てる技術」について学び、あなたも断捨離アンになります。

開催日 2/15⑩ 2/16④
10:00-11:30 10:00-11:30

定員 各5名 材料費 なし 会場 自宅
対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 可

一級建築士事務所 TEL.053-451-3300
エルデコール 電話受付:10:00-18:00(水曜休)
中区砂山町357-2 タケダ毛糸店1階 メール szk_eldecor@helen.ocn.ne.jp

36 終活の課題をあなた自身がカードで発見!!

終活という再出発のため、ハッピーエンディングカードで不安解消の第一歩を踏み出してみませんか?

開催日 2/16④ 3/2④ 3/20⑥
13:30-14:30 13:30-14:30 13:30-14:30

定員 各2名または1組 ※開催日の7日前までに落選者を含めた全員に連絡
材料費 なし 会場 自宅 対象 大人
持ち物 筆記用具 幼児同伴 不可

行政書士伊藤くにとし事務所 TEL.053-420-0210
中区高丘西1-28-33 MKビルB2F 電話受付:9:00-17:00

37 行政書士のひみつ

行政書士って? 試験から実務まで私の知っていることをお話しします。

開催日 2/23④ 3/18⑥
10:00-11:30 10:00-11:30

定員 各2組(1組2名以内)
材料費 なし 会場 自宅 対象 中学生~大人
持ち物 なし 幼児同伴 可

行政書士成瀬記事務所 TEL.053-420-0210
中区高丘西1-28-33 MKビルB2F 電話受付:9:00-17:00

38 必見!モテる人をつくります。決め手は?!

「モテ習慣」実は、生れながらの美人は居ても、モテるとは限りませんよ。ではなぜでしょう?そこに秘密有。

開催日 2/24④ 3/3⑥ 3/31⑥
10:30-11:30 10:30-11:30 14:00-15:00 14:00-15:00

定員 各4名 ※開催日の1週間前までに、メールにてご連絡いたします。 材料費 なし
会場 C*café若草コミュニティスペース2階(浜松市中区富塚町2114-5)
対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

カミノ。トレーニングスクール
南区三和町312-13 メール camino.hirakegoma@gmail.com

39 ターニングマッシュルームで刺すブローチ

補修にも便利なキノコ型道具を使って刺繍し、ブローチを作ります。ターニング技法の補修の基礎も教えます。

開催日 2/24⑩ 3/5⑥ 3/15⑥ 3/29⑥
10:30-11:00 10:30-11:00 15:00-16:30 15:00-16:30

定員 各5名 材料費 1名500円 会場 自宅
対象 大人(中学生以上) 幼児同伴 不可

ハンドワークとりのい TEL.053-452-8484
中区田町327-25 電話受付:10:00-18:00(水曜休)
万年橋駐車場ビル1F メールフォームからお申込みできます!

40 なるほど!“ハンコ”いろは講座

皆さんお持ちのハンコ。そのお手持れの仕方や綺麗に捺印する方法等、ハンコの雑学を交えながらお話し致します。

開催日 3/2④ 3/6⑥
13:30-15:00 13:30-15:00

定員 各3名または1組 材料費 なし 会場 自宅 対象 大人 幼児同伴 不可
持ち物 お手入れしたいハンコがありましたらお持ち下さい

はんの貴永堂 TEL.053-453-5947
中区田町315-32 電話受付:11:00-17:00(不定休)

41 最新版!知っておトクな 給料と税・社会保障

配偶者控除・〇〇〇万円の壁・扶養など、働き方改革に伴って改正された税・社会保障の新しい考え方を学びましょう。

開催日 3/25⑩ 3/27⑥
10:30-11:30 10:30-11:30 18:30-19:30 18:30-19:30

定員 各10名 ※ホームページからの申込時に確定します。 材料費 なし
会場 遠鉄モール街ビルAny(中区千歳町91-1)
対象 大人 持ち物 筆記用具 幼児同伴 可

坂下太一税理士事務所(坂下会計)
中区紺屋町217-24-202 http://hama.tax

42 乾物で クラムチャウダー

初心者でも簡単にできるクラムチャウダーを乾物と発酵調味料で作ります。干し貝柱や干し海老の使い方も紹介します。

開催日 2/21⑥ 3/16④
10:00-12:00 10:00-12:00

定員 各7名 材料費 大人1,500円
会場 三米アトリエ(中区肴町314-23) 対象 大人・親子
持ち物 エプロン・タオル・ペン 幼児同伴 可(要相談)

丸喜屋商店 TEL.053-452-1713
中区肴町314-21 電話受付:10:00-18:00(月2回日曜休)
メール k-i-miura@muc.biglobe.ne.jp

43 楽しい!美味しい! 手づくり味噌講座

厳選素材の合わせ味噌を手づくりしませんか? 初めての方でも簡単にでき、仕込んだ味噌は6ヶ月で食べ頃。

開催日 3/8⑩ 3/12⑩
10:00-12:00 10:00-12:00

定員 各12名 材料費 2,900円
会場 三米アトリエ(中区肴町314-23) 対象 大人
持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具・持ち帰り袋 幼児同伴 可

加藤醤油 TEL.053-452-5609
中区寺島町1125 電話受付:9:00-18:00(日・祝休)

44 本もののオリーブ油の すべてがわかるオリーブ講座

本もののオリーブ油の見分け方、オリーブ油の効能、正しい使い方、バランスのとれた食生活(オリーブの試食あります)

開催日 2/27⑥ 3/19⑥ 3/30④
10:00-12:00 10:00-12:00 10:00-12:00

定員 各15名 材料費 500円
会場 自宅 対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

珈琲香煙風味食文化倶楽部
西区大平台2-16-10 TEL.090-2577-7954
電話受付:8:00-21:00(無休)

45 リンパを流して 小顔を手に入れましょう

お顔にたまった老廃物を流して、たるみ・しみ・しみにさようなら。美顔と小顔を手に入れましょう。

開催日 2/15④ 3/1④ 3/14⑥ 3/28⑥
10:30-12:30 10:30-12:30

定員 各2名 材料費 500円 会場 自宅
対象 大人(女性のみ) 幼児同伴 不可

Feela(フィーラ) TEL.090-2616-7441
浜北区小松1083-2 電話受付:9:00-18:00(水・土・日曜休)

46 眉のお悩み解決! 眉スタイリング講座

眉がうまく描けない、気づけば長年同じ眉の形、自分に似合う形を知りたい。眉のお悩み一緒に解決しましょう。

開催日 2/18⑥ 2/21⑥ 2/25⑧
13:30-14:30 13:30-14:30 15:00-16:00

定員 各1名 材料費 1,080円 会場 自宅
対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

化粧品のみね TEL.053-586-5611
浜北区小松4627-10 電話受付:10:30-19:00(水・第3火曜休)

47 ~はみ肉撃退!!~ 骨盤ダイエット講座

痩せられない原因は骨盤・骨格のゆがみ!? 美姿勢の秘訣「美の三大アーチ」を作るスタイルアップ講座です!

開催日 2/27⑥ 3/17⑥
10:00-11:30 10:00-11:30 14:00-15:30 14:00-15:30

定員 各2名または1組 材料費 500円
会場 自宅 対象 大人(美姿勢・スタイルアップしたい女性)
持ち物 動きやすい服装・タオル 幼児同伴 不可

椿カイロプラクティック TEL.053-451-2257
中区鹿谷町2-23 電話受付:9:30-19:30(不定休)
メール tsubaki-chiro@almond.ocn.ne.jp

48 漢方エイジングケア! 美顔体験と漢方茶試飲

年齢肌悩みに悩む世代必見! 極上エステ体験しながら内側からも潤いチャージ。美容と健康の両方学べる講座です。

開催日 3/11⑩-16④ 3/18⑩-23④
13:00-15:00 10:00-12:00

定員 各日とも1名 ※開催日の3日前までに落選者を含めた全員に連絡
材料費 2,500円

会場 自宅 対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

漢方サロンれいんぼう(鈴木薬品) メール ibonrichkun@yahoo.co.jp

49 眉のお悩み解決! 眉スタイリング講座

眉がうまく描けない、気づけば長年同じ眉の形、自分に似合う形を知りたい。眉のお悩み一緒に解決しましょう!

開催日 4/1⑩ 4/2⑩ 4/5⑥ 4/6④
11:00-12:00 11:00-12:00 14:00-15:00 14:00-15:00

定員 各1名 材料費 1,080円 会場 自宅
対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 不可

化粧品の和光 TEL.053-453-1886
中区鍛冶町503 電話受付:10:30-19:00(水曜休)

50 良いかみ合わせは 健康美人の近道!

身体の不調や顔の歪みは、かみ合わせが大きく関わっているかも!? 不思議な体験してみませんか?

開催日 2/9⑩ 2/20⑥ 2/13⑥
15:30-16:30 15:30-16:30 14:00-15:00 14:00-15:00

定員 各1名または1組
材料費 なし 会場 自宅
対象 大人 持ち物 なし 幼児同伴 可

G&Oデンタルクリニック TEL.053-455-1550
中区砂山町350-1 電話受付:9:30-17:30(水・日・祝休)
大池ビル2F メール kamiawase@indigo.plala.or.jp

51 おうちで出来る【むくみケア講座】

脚がむくんでつらい。冷えやセルライトが気になる。そんな方への自身でできるマッサージ講座です!

開催日 2/11⑩ 2/19⑩ 3/7⑥ 3/14⑥
10:00-11:30 10:00-11:30 13:00-14:30 13:00-14:30 19:00-20:30 19:00-20:30

定員 各2組 材料費 1人500円 会場 自宅 対象 大人
持ち物 なし 幼児同伴 可

はまきた施術院 小池店 TEL.090-5863-8832
東区小池町116-2 電話受付:10:00-19:00(施術中は折り返します)

52 若石足療 あしもみ体験講座

足から健康に! 体質改善を目指して、まずは体験から始めましょう!

開催日 2/11⑩~17⑩
約1時間、時間応相談

定員 各日1~2名 材料費 500円 会場 自宅
対象 大人(女性、初めての方) 持ち物 なし 幼児同伴 不可

若石足療あしもみやさん TEL.090-8862-1195
中区鎮家 電話受付:8:30-19:00(仕事中は折り返します)
2-10-23 ブログ http://ashimomiyasan.hamazo.tv/