

**43 エンディングノートを活用する終活講座**

10/22(火・祝)  
11/4(月・祝)  
10:00~11:00

●会場：元野木書店内  
●定員：10名  
●持ち物：筆記用具

子どもに配りたくない、準備の仕方がわからない、エンディングノートを活用して残りの人生を充実させましょう！上級終活カウンセラーが教えます。

(株)セレモニー 筑妻壽奈  
☎0948-22-4591

講師 堤 孝史  
☎9:00~17:00  
所在地/飯塚市藤田5丁目1-7

**44 アンガーマネジメントの感情のコントロール法**

10/24(木)・11/12(火) **New**  
11/2(土) **10/30**  
10:30~11:30

●会場：元野木書店内  
●対象：親子関係はオー10才と保護者  
●定員：10名または2組 ●持ち物：筆記用具  
●費用：子ども500円(7才未満)

ストレスやイライラ、怒りの感情でも上手につきあえば心が軽くなります。怒りについての解説や楽しいワークを通して感情のコントロールを学びましょう。

(株)えとう  
☎090-9654-0160

講師 大谷 香里  
☎9:00~17:00  
所在地/飯塚市藤田5-1-1

**45 お部屋の雰囲気を変えたいあなたに!**

10/29(火)  
11/9(土)  
11:00~12:00

●会場：インテリアクラヤ  
●定員：4名

「たかかカーテンですが、色や柄、デザイン次第でお気に入りの部屋が大変身！経験豊富なベテランコーディネーターがお伝えする「カーテンの裏ワザ」講座。

インテリアクラヤ  
☎0948-23-0818

講師 久家 康司  
☎10:00~18:00(10/31祝日を除く)  
所在地/飯塚市藤田1-2-3(東町商店街) 水曜日

**46 飯塚の街!商店街を楽しもう!**

10/26(土)  
11/11(月)  
14:00~15:00

●会場：学生服のタナカ  
●定員：4名  
●持ち物：筆記用具

子どもからお年寄りまで、「飯塚の街」はみんなが気軽に楽しめる催物イベントが満載です。お得な情報をあなたのために紹介します。

学生服のタナカ  
☎0948-22-0494

講師 田中 雄治  
☎10:00~18:30(10/31祝日を除く)  
所在地/飯塚市藤田5-3 水曜日

**47 伝えよう!服育!衣履の大切さとエコロジー**

10/28(月)  
11/16(土)  
14:00~15:00

●会場：学生服のタナカ  
●定員：4名  
●持ち物：筆記用具

現在リサイクルを含め年間に30億着の衣類が捨てられています。生活を支える大切な役割を担っている衣履の大切さと環境問題の大切さを学びましょう。

学生服のタナカ  
☎0948-22-0494

講師 田中 雄治  
☎10:00~18:30(10/31祝日を除く)  
所在地/飯塚市藤田5-3 水曜日

**48 無料相談会を是非ご利用下さい。**

経営相談会 10/15(水)・11/5(火) 13:30~16:30  
事業承継相談会 10/23(木)・11/13(水) 13:00~17:00  
金融公庫相談会 10/18(金)・11/1(金) 10:00~14:00

●会場：飯塚商工会議所 ●対象：事業主、創業をお考えの方  
●定員：1人1時間程度 ●持ち物：予約時にご確認ください

事業主の方、新規創業をお考えの方を対象の経営・事業承継・融資に関する無料相談会です。何かお困りの事等ございましたら、是非ご利用下さい。

飯塚商工会議所  
☎0948-22-1007

講師 中小企業診断士 税理士 藤原直樹  
☎9:00~17:00  
所在地/飯塚市吉町町1-12 日曜日・祝日

**49 出会い・恋愛・結婚「恋愛編」**

11/2(土)・9(土)  
14:00~15:00

●会場：幸はあにもいいづか  
(熊野神社 土曜公民館2F)  
●定員：5名

「結婚にながら恋愛にするための3つのステップと5つのポイント」をお話しします。ご参加の方に恋愛傾向カード診断(無料)予約カードをお渡しします。ご参加の方に恋愛傾向カード診断(無料)予約カードをお渡しします。

幸はあにもいいづか  
☎090-8407-9383

講師 時枝 有希  
☎10:00~20:00  
なし

**50 その場で結果が分かる!血糖値測定会**

11/16(土)  
14:00~15:00

●会場：大買薬局飯塚あひだワンズ  
●定員：10名  
●測定料：血糖値、血圧測定は無料  
●費用：100円(血糖値測定キット)

薬剤師による、測定器を使った健康相談会。薬剤師からの適切なアドバイス!病院に行く時間がない方は、この機会にぜひお越し下さい!

(株)大買薬局飯塚あひだワンズ  
☎0948-26-3715

講師 山下 太田  
☎9:00~18:00  
なし

**51 ビンゴロリの人生!生涯現役健康学入門パート1!**

10/17(木)・24(木)・31(木)  
11/7(木)  
13:00~14:30

●会場：ビューティアイランド  
●定員：10名

「そこそこ食をつけている」という程度では太りすぎできない老いとの現状。自分で毎日実行できる、死ぬまで元気に生きるために知っておきたい知恵を楽しく学びましょう。老化を防ぐ知恵はさて何でしょうか。

ビューティアイランド  
☎0948-26-1566

講師 井上 詳得  
☎10:00~18:00  
所在地/飯塚市吉町町1-12(長川里町) 日曜日・祝日

**52 10歳若返ったような美肌づくり!秋冬に向けての最新スキンケアレッスン**

10/17(木)・24(木)・31(木)  
11/7(木)  
10:30~12:00

●会場：ビューティアイランド  
●定員：7名

肌の素外線による肌のダメージはシミ、シワ、クスマ、たるみ、老け顔の原因。この時期の適切なお肌ケアでメイクも美しく実現。最新の美容ケア・保湿ケア・リアップ療法を楽しく学びましょう。

ビューティアイランド  
☎0948-26-1566

講師 山下 厚子・植波 千代子  
☎10:00~18:00  
日曜日・祝日

**53 グリーンスムージーで健康習慣を身につけよう!**

10/23(木)・11/9(土)  
11:00~12:00

●会場：筑紫物産 チェック  
●定員：4名または2組  
●持ち物：筆記用具  
●費用：500円(スムージー材料費)

グリーンスムージーには、健康のためだけでなく、アンチエイジングにも効果がある食材がたくさん入っています。健康と若さを毎日の習慣で身につけよう!

筑紫物産 チェック  
☎0948-29-8221

講師 三原 智加代  
☎10:00~17:00  
所在地/飯塚市本町7-18 日曜日・月曜日

**54 ①女性のための運動教室 ②脂肪燃焼!ストレス解消運動教室**

10/20(日)10:00~11:00  
●会場：健康プラザ ●定員：20名 ●対象：女性  
●持ち物：動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物  
①女性のための運動教室  
②脂肪燃焼!ストレス解消運動教室

11/9(日)13:00~14:00  
●会場：健康プラザ ●定員：20名 ●対象：女性  
●持ち物：動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物  
①女性のための運動教室  
②脂肪燃焼!ストレス解消運動教室

(株)まちづくり飯塚  
☎0948-29-8221

講師 久家 裕介・原 薫  
☎10:00~17:00  
所在地/飯塚市本町7-18(まちづくり飯塚) 日曜日・月曜日

**得する街のゼミナール**

**第13回 いいつかまちゼミ**

受講料 無料

主催：飯塚市商店街連合会  
飯塚商工会議所  
後援：飯塚市

受付スタート! 完全予約制

**10/2 水**  
[まちゼミの申込みです!とお電話ください]

**2019年 開催期間 10/11(金) 11/16(土)**

**お申込みは各店へ!** **全55講座**

●定員になり次第、締切させていただきます。  
●お申込みは、明記されている受付時間内にお願いたします。  
●申込み初日は、申込みが集中し電話に出られない場合があります。  
●受講対象者が限定されている講座もあります。ご了承ください。  
●各講座ともに、申込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。  
●安心して受講いただく為に、お店からの販売・勧誘はありません。

**お申込みの手順**

- 1 選ぶ ラシの内容をよくご覧になって、講座を選びください。
- 2 申込 受けたい講座のお店へ直接お電話でお申込みください。
- 3 当日 時間・場所をお間違えないようご参加ください。

各店でお申込みください。  
●まちゼミ申込みです!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。

時間・場所をお間違えないようご参加ください。

各店のマークが付いている講座はお子様を対象としています。 ※保護者同伴

**開催店マップ**

開催店マップ

まほろ安心宣言  
安心してまちゼミを受講いただく為に、お店からの販売・勧誘はありません。

**55 オールハンド&メイク体験**

10/15(水)・11/7(木)  
10:00~12:00  
10/23(木)・11/11(月)  
13:00~15:00

●会場：シャンソ化粧品CEサロン 'elua  
●定員：女性 ●定員：2名  
●費用：1,500円(ハンドステ、メイク代)

オールハンド50分システムと秋色のメイクアップ。お肌の悩みに応じて4つのコースをご用意。楽しく美しいお肌ケア方法をお伝えします。

シャンソ化粧品CEサロン 'elua エルア  
☎090-2859-7923

講師 脇田 法子  
☎10:00~18:00  
所在地/飯塚市藤田5-1-1

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT	日 SUN
	●子ども ●たべる ●つくる ●まなぶ ●きれいな・健康					
14 休館日	15	16	17	18	19	20
21	22 節分正調の福	23	24	25	26	27
28	29	30	31	11/1	2	3 文化の日
4 休館日	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17

**1 子供の視力を守る。親子で楽しむ目の健康体操教室**

10/26(土)・11/2(土)  
10:00~12:00  
12:00~13:00

●会場：メガネのサトー  
●対象：親子での参加を希望  
●定員：各回10名程度

①視力の低下の予防  
②目の健康診断の体験  
③目の日常生活上でもできる目の健康体操を教えます。

メガネのサトー  
☎0948-22-4001

講師 橋本 太郎  
☎10:00~18:00  
所在地/飯塚市本町7-2

**2 ヘッドネーションって何だい?**

10/12(日)10:30~11:30  
26(土)16:00~17:00  
11/9(日)13:00~14:00

●会場：メガネのサトー  
●対象：小学生~大人の方  
●定員：5名または2組

ヘッドネーションはしたけれど、何をどう準備すればいいか...興味はあるけど、どんな感じ?等、すぐ解決しませんか!手作りで楽しくいじりましょう!

メガネのサトー  
☎0948-23-1813

講師 平原 恭子  
☎10:00~18:30  
月曜日・日曜日

**3 未発達のお子さんの足を夏前や冬前下駄で鍛えよう!**

10/20(日)11:00~12:00  
11/2(土)14:00~15:00  
11/10(日)11:00~12:00

●会場：藤田 真照  
●定員：5名(保護者同伴)

発達のある子ども、未発達の子どもの足を刺激して鍛える効果があります。足と履物の話を聞きながら、試し履をして頂きます。開放感バツグンですよ!

藤田 真照  
☎0948-22-0684

講師 藤田 真照  
☎9:30~18:30  
11月1日・2日

**まちゼミ スタンプラリー**

まちゼミを3講座受講して  
店印をもらって、お買物券が当たる!!  
(ブラック・レッド・ブルー・オレンジ)  
先着60名様にはプレゼント!

さらに、3,000円のお買物券が当たる!!  
抽選で10名の方に

**まちゼミ 参加店募集!**

春と秋の年2回開催しているまちゼミでは、飯塚中心市街地のお店や会社で参加してくれる方を募集中です。お問い合わせは藤田履物店まで。TEL:0948-22-0684

**4 本屋の中でよみかせ**

10/13(日)  
13:00~14:00  
10/14(月・祝)  
16:00~17:00

●会場：元野木書店  
●定員：10名または2組

本屋の中にある絵本でよみかせをします。よみかせをせたり、よみかせさせたり。子どもが大好きな読み聞かせ。子どもと一緒に楽しみたい。

元野木書店  
☎0948-22-0048

講師 元野木 正比古  
☎9:00~18:00  
日曜日

**5 さつと速くも楽しく走り方教室**

11/2(土)・16(土)  
11:00~12:00

●会場：東町三善路店  
●定員：3名または2組  
●持ち物：運動靴、タオル

「走るのが苦手...」「運動が得意じゃない!」あきらめるのはまだ早い!上手に走るコツを学んでみませんか?

みよしスポーツ  
☎0948-22-0464

講師 三好 宏輔  
☎10:00~18:30  
不定休

**6 初心者向けハンドドリッパコーヒーセミナー**

10/23(木)・11/9(土)  
14:30~15:30

●会場：街家 cafe つむぎ  
●定員：5名(保護者同伴)  
●持ち物：エプロン  
●費用：500円(コーヒー代)

「淹れ方」ドリッパを準備してコーヒーの飲み比べをやってみよう!同じコーヒーでも淹れる器具が変わると味も変わります。自分好みのドリッパを見つけてみませんか?

街家 cafe つむぎ  
☎0948-22-1660

講師 新藤 法子  
☎9:30~17:00  
不定休

