

**44** 2/15(土)13:30-14:20 **水戸芸術館 エントランスホール** 定員 10名

**プロムナード・コンサート鑑賞 & パイプオルガン見学**

「パイプオルガン・プロムナード・コンサート」鑑賞後、オルガンの内部を解説付で見学します。

**水戸芸術館**  
講師/鴻巣 俊博(水戸芸術館音楽部門学芸員)  
水戸商工会議所HP まちゼミ特設ページからお申込みください  
定休日/月曜(祝日の場合は翌火曜) 所在地/水戸市五軒町1-6-8

**けんこう 全11講座**

**45** 2/1(土)14:30-15:30 **店舗** 定員 20名

**大人フラダンス(初心者)**

フラダンスの楽しさを味わい、癒されキレイになる!伝統文化を伝承。基礎からしっかり学べます。

- 教材費300円(レンタルスカート)
- 飲料水・タオル持参

**カルチャースタジオMuguet(ミュゲ)**  
講師/ Mahao Aneda TAKAE[茨城フラダンススクールMMA 主宰]  
029-297-9100(担当:益子) 受付/10:00-20:30  
定休日/日曜 所在地/水戸市南町2-3-32西洋俱樂部ビル3F

**46** 2/2(日)10:30-11:30 **店舗** 定員 7名  
2/16(日)10:30-11:30 **店舗**

**カフェヨガ**

ヨガの動きと呼吸で、スッキリしましょう。マット1枚でできる健康法を体験してみてください。心身の巡りがよくなることによりデトックス効果も。

- ヨガマットがあればお持ちください。

**カフェ・リベル**  
講師/ 庄子 千尋(RYT200認定ヨガインストラクター)  
070-1398-5333(担当:庄子) 受付/11:00-18:00  
定休日/日曜 所在地/水戸市南町1-2-26

**47** 2/3(月)10:00-12:00 **マチノイズ** 定員 6名  
2/17(月)10:00-12:00 **マチノイズ**

**腰らくカイロプラクティック**

頭痛、肩こり、腰痛、ぼっぴりお腹、猫背など...。体のお悩みの原因は骨盤からかも。健康のお話と簡単な施術です。

- 動きやすい格好、タオル1本持参ください
- 同日14:00～16:00の講座もごさいます

**腰らくカイロプラクティック**  
講師/ 栗原 敬子(カイロプラクター、健康管理士)  
090-9965-7174(担当:栗原) 受付/10:00-18:00

**48** 2/5(水)13:00-15:00 **マチノイズ** 定員 12名  
2/19(水)10:00-12:00 **マチノイズ**

**peaceful health college 大人の幸せ生活-アロマと健康-**

日常生活と健康、自律神経の関係性を知り、エッセンシャルオイルを上手に取り入れる方法を学びます。100年時代の業に頼らず笑顔で自分らしく生きたい方へ、ホントの情報を手に入れる事ができる健康教室です。

- お土産付き

**peacefull**  
講師/ 石川 和子(セラピスト)  
090-1760-5230(担当:石川) 受付/10:30-19:00  
定休日/不定休

**49** 2/12(水)10:00-11:30 **店舗** 定員 15名  
2/23(日)13:00-14:30 **店舗**

**カンフー鑑賞説明会**

カンフー映画の一部や武術太極拳大会の映像鑑賞。

- 選手志向者
- 教材費 500円

**中国武術茨城推進協会**  
講師/ 高井 英花(長拳普及指導員)  
090-9916-6476(担当:高井) 受付/10:00-17:00  
所在地/水戸市栄町1-10-9

**50** 2/12(水)13:00-15:00 **店舗** 定員 15名  
2/23(日)15:00-17:00 **店舗**

**太極拳健康法の交流会**

中国伝統武術の一つである太極拳は、心身を極める最高の方法です。いろんな情報と経験を共有し、今後の健康作りに役立つようしましょう。

- 元気がない方
- 太極拳をもっと知りたい方
- 教材費 500円

**中国武術茨城推進協会**  
講師/ 高井 英花(代表)  
090-9916-6476(担当:高井) 受付/10:00-17:00  
所在地/水戸市栄町1-10-9

**きれい 全5講座**

**51** 2/15(土)10:00-17:00 **店舗** 定員 8名

**人気の東洋美容で健康に**

東洋医学の経絡にカッピングをすることで血流やリンパの流れをよくし、老廃物、毒素を体外へ排出!

- 教材費、健康美入浴剤1,000円

**Happyグローバル**  
講師/ 佐藤 英(店長)  
090-6515-1108(担当:佐藤) 受付/9:00-17:00  
定休日/日曜 所在地/水戸市南町3-3-36-2階

**52** 2/15(土)14:00-15:00 **店舗** 定員 5名  
2/22(土)14:00-15:00 **店舗**

**筋トレ ~何歳からでもできる筋トレ法~**

筋トレと有酸素運動・ストレッチで健康的な体作りと一緒に楽しみましょう。

- 運動のできる服装、内履き 持参
- 中学生以上対象 (未成年の場合は保護者同伴)

**カープス水戸備前町**  
講師/ 山本 上村  
029-224-3939(担当:山本) 受付/10:00-19:00  
定休日/土曜午後、日、祝 所在地/水戸市備前町3-38

**53** 2/16(日)10:00-17:00 **店舗** 定員 6名  
2/26(水)10:00-17:00 **店舗**

**メイクで魅せる! 新しい私スタイル**

大人メイクの基本は自分のチャームポイントを伸ばすこと。毎朝楽しくなるメイクを覚えましょう!

- 初めの方、女性の方(学生以外)
- 10:00～17:00のお好きなお時間帯

**様シーボン フェイシャリストサロン水戸店**  
講師/ 内山 めぐみ  
029-225-7211(担当:内山) 受付/10:00-19:30  
定休日/年末年始 所在地/水戸市南町2-4-2 読売会館ビル5F



**お申込み方法**

**STEP1. 受講したい講座を探します**

**STEP2. 水戸商工会議所のホームページまたは、各参加店・事業所にお申込みください【受付開始日:1/24(金)～】**  
※その際、①氏名②年齢③性別④住所⑤電話番号をお伝えください

**STEP3. 講座当日、会場にGO!**

**お申込みフォーム** (1/24(金)10:00公開) <https://mito.inetcci.or.jp/machicul>  
水戸商工会議所ホームページ [水戸まちなかゼミ&まちカル]特設ページ

全体問合せ先  
水戸商工会議所 産業振興課(平日9:00～17:15) **Tel.029-224-3315**  
水戸市桜川2-2-35 茨城県産業会館3F

**お申込み注意事項**

※お申込みは、水戸商工会議所のホームページまたは直接、各参加店・事業所にお申込みください。その際、①氏名②年齢③性別④住所⑤電話番号をお伝えください。

※先着順で、定員になり次第締め切りとなりますので、ご注意ください。

※受付済みの方に受講票は発送しませんので、当日直接会場にお越しください。

※教材費がかかる講座は、当日現金でお支払ください。

※講座内容に関する質問は、直接各参加店に問い合わせください。

※定員になった講座にお申込みされた方には、各参加店からご連絡します。

**受講キャンセルについて**

※お申込み後キャンセルする場合は、できるだけ早目に直接参加店へ必ずご連絡してください。教材費がある講座は、キャンセル料がかかる場合もございますので、ご注意ください。

**まちゼミ <新MITO学> まちカル**

**水戸まちなかゼミ & まちカル Vol.14**

**開催期間**  
2020 **2/1(土)**  
→ **3/1(日)**  
|場所|水戸まちなか



**受付開始日**  
**1/24(金)**  
から受付開始となります

※受付日時は講座によって異なる場合がございます。各店舗のお申込み欄をご確認ください。

**受講料無料**  
**78講座**  
**受講者募集!**

※一部、材料費などあり

**きつず・まなぶ・たべる**  
**つくる・ぶんか・けんこう・きれい**

7つのカテゴリー講座が揃いました。まちの個店は専門家の集まり。ためになる専門知識やプロの技術をお教えます。また、プロフェッショナル講師の有意義なセミナーも開催。普段は聞く事のできない耳より情報が満載です。この機会にぜひ「水戸まちなかゼミ&まちカル」にご参加ください。「水戸まちなかゼミ」とは、水戸商工会議所「水戸まちなかファンクラブ」事業の一環として行う、得する「まちのゼミナール教室」です。  
主催:水戸商工会議所+泉町二丁目目店店振興組合

**お申込み方法**

**STEP1. 受講したい講座を探します**

**STEP2. 水戸商工会議所のホームページまたは、各参加店・事業所にお申込みください【受付開始日:1/24(金)～】**  
※その際、①氏名②年齢③性別④住所⑤電話番号をお伝えください

**STEP3. 講座当日、会場にGO!**

**お申込みフォーム** (1/24(金)10:00公開) <https://mito.inetcci.or.jp/machicul>  
水戸商工会議所ホームページ「水戸まちなかゼミ&まちカル」特設ページはコチラ→

**00 開催日** 開催時間 開催場所 定員 0名

**講座欄の見かた**

講座の内容や、案内が記載されています。

- 教材費などの備考を記載しています。

開催日が2日ある場合は、各日での定員数となります。

**事業所・店舗名**  
講師/講師名(講師資格)  
000-000-0000(担当者) 受付時間/0:00-0:00  
定休日/ー 所在地/事業所・店舗住所

●開催場所について

水戸生涯学習センター小講堂 → 住所:水戸市三の丸1-5-38 茨城県三の丸庁舎 3F

VILLAGE310 → 住所:水戸市天王町2-32

マチノイズ → 住所:水戸市泉町2-2-37

ワグテイル → 住所:水戸市南町3-3-35

店舗名 → 該当する店舗へ

※VILLAGE310、マチノイズが開催場所の場合は、住所欄に各店舗、事業所の住所が記載されていますので、ご注意ください。

お申込みは、水戸商工会議所のホームページまたは、直接、各参加店・事業所に電話でお申込みいただけます。

**きつず 全7講座**

**01** 2/1(土)13:30-14:20 **店舗** 定員 20名

**子どもフラダンス(keikiジュニア)**

フラダンスの衣装で可愛い子ども達。リズム感、音感を育て協調性を養う。子どもの習い事におすすめ。

- 教材費300円(レンタルスカート)
- 飲料水・タオル持参
- 小学生対象

**カルチャースタジオMuguet(ミュゲ)**  
講師/ Mahao Keala SAIKO[茨城フラダンススクールMMA インストラクター]  
029-297-9100(担当:益子) 受付/10:00-20:30  
定休日/日曜 所在地/水戸市南町2-3-32西洋俱樂部ビル3F

**02** 2/8(土)12:00-13:00 **店舗** 定員 6名  
2/22(土)12:00-13:00 **店舗**

**小学生限定! 初めての英会話**

ネイティブ講師が初めての英会話を楽しむサポート。アルファベットが身近になります!!

- 小学生対象

**LALA English School**  
講師/ Sam Adargo(サム・アダーゴ) [講師]  
029-239-3775(担当:Sam) 受付/10:00-16:00  
定休日/日・祝日 所在地/水戸市天王町2-32Village310 2F

**03** 2/15(土)11:00-12:00 **マチノイズ** 定員 6名  
2/15(土)14:00-15:00 **マチノイズ**

**正しいひらがなでなまえをかこう**

自分の名前をひらがなで正しく書くことを通じて、ひらがなを身につけ、魅力を体感していただきます。

- 幼児・小学生対象

**公文水戸駅前書写教室**  
講師/ 塚本 美穂(公文書指導者)  
090-4730-8667(担当:塚本) 受付/15:00-20:00  
教室日/毎週月曜 所在地/水戸市南町1-3-35かしの丸ビル3F各会場別

**04** 2/16(日)11:00-12:00 **ワグテイル** 定員 親子10組

**はしっこ野菜で楽しく食育!**

普段捨てている「はしっこ野菜」でのスタンプ遊びを通じて、子ども達の野菜へ興味を引き出します。

- 教材費500円(絵の具、画用紙、野菜等)
- お手持きタオル持参

**コワーキングスペース水戸ワグテイル**  
講師/ 眞木 真奈美(まちのレストラン 保健師)  
029-297-2770 受付/9:00-20:00  
定休日/火曜日・祝日・年末年始 所在地/水戸市南町3-3-35

**05** 2/22(土)13:00-14:00 **ワグテイル** 定員 親子5組

**親子ラボ-3Dプリンタ&スキャナ体験講座**

3Dプリンタの仕組みを学び、実際に3D撮影を体験。データを元に胸像を作り、後日お渡しします。

- 教材費1,000円(胸像製作材料費)
- 親子(小学生とその保護者)

**コワーキングスペース水戸ワグテイル**  
講師/ ワグテイルスタッフ  
029-297-2770 受付/9:00-20:00  
定休日/火曜日・祝日・年末年始 所在地/水戸市南町3-3-35

