

# やま と 塾 参加者 募集 !!

「やまと塾」は、市内のお店が商売の経験から培った技術や知識などを市民の皆様にお伝えするカルチャースクールです。お気軽にご参加ください。多くの方のご参加をお待ちしております。

2月1日(水) 9:30~12:30

**そば屋から学ぶ 天ぷら体験教室**  
~天ぷら講習や料理の豆知識満載!~



ご家庭でも天ぷらを簡単にカラッと揚げる方法や料理に関する豆知識をプロの職人がお教えします。(試食もご用意しております)

会場：清川店内  
参加費：1,000円/定員：15名

(有)清川

東大和市高木3-413

2月1日(水) 13:00~15:00

**バレンタイン手作りギフト**  
~クラシックショコラ~



バレンタインと言えばチョコレート。ほろ苦い大人のクラシックショコラをお家で手作りできるように分かりやすく講習します。

会場：ルフラン店内  
参加費：1,000円/定員：8名

(有)ルフラン

東大和市清水6-1189-3

2月2日(木) 13:00~14:00

**HOTヨガ体験教室**  
~ココロとカラダの健康プログラムHOTヨガ~



室温30℃湿度65%の特別な空間でヨガをお楽しみいただけます。HOTな空間で行うことでダイエットに不可欠な基礎代謝アップやデトックス効果が期待できます。HOTヨガでカラダの内側からキレイになりませんか?

会場： Rondフィットネスクラブ東大和  
参加費：1,000円/定員：15名

Rondフィットネスクラブ東大和

東大和市桜が丘2-143

2月3日(金) 13:00~14:00

**ナチュラル眉メイク講座**  
~顔の印象を変えてさらに魅力的に~



顔の印象の70%は眉で決まるとも言われています。自分の骨格に合った眉頭、眉山、眉尻の位置を確認し、眉メイクをきれいに決めて顔のイメージを変えてみませんか?  
会場：メイク化粧品店内  
参加費：500円  
定員：7名

シャイニーハウス メイク

東大和市上台3-344-5

2月4日(土) 11:00~12:00

**作って食べて体に優しい料理教室**  
~手作り豆乳入りすいとん~



水を使わず豆乳をベースで作るのだごしの良いすいとんです。作って食べて一緒に楽しみませんか。お待ちしております。

会場：スナックモア店内  
参加費：1,000円/定員：10名

スナックモア

東大和市清水1-757-1

2月5日(日) 11:00~12:00

**葬儀屋さんのちえ袋**  
~もしものご会葬の時にあてない為に!!~



お焼香・献花・玉串奉奠などの作法を体験していただきながら解説いたします。お料理の試食もご用意しております。

会場：とみん葬祭店内  
参加費：500円/定員：16名

とみん葬祭

東大和市清原2-1279-7

2月5日(日) 14:00~15:00

**後悔しない耐震リフォームのコツ**  
~写真・模型を用いてお話しします~



耐震補強・バリアフリーリフォームなど、予算に応じたリフォームのコツをお伝えします。現場(工務店)から聞く本音もあります!

会場：東大和市商工会館  
参加費：無料/定員：20名

内山建築設計室

東大和市清水3-888-205

2月6日(月) 10:00~11:30

**自分で出来るリフレクソロジー(足つぼ)講座**  
~足から創る自分の健康~



足の裏には全身の器官の反射区があり、足をマッサージすることで全身をマッサージするのと同じ効果が得られます。足と健康の関係を知り自分の健康創りに役立ててみませんか。

会場：あおぞら整体院内  
参加費：1,000円/定員：10名

あおぞら整体院

東大和市南街5-41-8

2月7日(火) 14:00~15:30

**やさしいワイン講座**  
~初めての方でも分かるワインの楽しみ方~



ご家庭で気軽にワインを楽しむために、ワインラベルの読み方を中心に、値段の違いや味の違いなどについてお酒のプロがお教えします。(試飲もあります)

会場：渡辺酒店内  
参加費：500円/定員：5名

渡辺酒店

東大和市南街3-1-2

2月8日(水) 14:00~16:00

**珈琲教室**  
~コーヒーの美味しい淹れ方~



コーヒー器具の取扱い方とコーヒーの美味しい淹れ方を実習していただきます。終了後は、ご自分で淹れたコーヒーをケーキを食べながらお飲みになりませんか。

会場：珈琲倶楽部店内  
参加費：1,000円/定員：6名

珈琲倶楽部

東大和市南街4-13-22

2月9日(木) 10:00~11:00

**フラワーアレンジ**  
~ひな祭りのアレンジを楽しみましょう!~



桃の花を使った本格アレンジメントと一緒に楽しみませんか? 初めての方でも大丈夫! 一からお教えします。

会場：宝行生花店内  
参加費：3,000円(花材代込)/定員：10名

宝行生花(株)

東大和市桜が丘4-43-12

2月9日(木) 14:00~16:00

**布団とのつきあい方講座**  
~まだ使える布団をすてていませんか~



お客様の綿(わた)を上手に活かして再生・仕立(リデュース・リフォーム)する方法について、自家工房を持つ専門店の店主から話を聞いてみませんか。布団はよみがえります。

会場：ふるや寝装店内  
参加費：500円/定員：5名

ふるや寝装

東大和市奈良橋4-637

## 参加方法

①下記申込書に必要事項をご記入の上、商工会へFAXまたはご持参ください。

※申込締切：1月16日(月)

②申込締切後、抽選の上、受講決定者の方には1月21日(土)までにハガキでご通知します。

※受講の可否はハガキの発送をもってかえさせていただきます。

③講座開催日にハガキと参加費をご持参の上、会場に直接お越しください。

## 申込・問合せ先

東大和市商工会

中央3-922-14

TEL.562-1131

FAX.562-1530

営業時間：午前9時~午後5時30分  
(土日・祝日を除く)

■年始は1月4日(水)より営業します■

《《《FAX:562-1530

## 参加申込書

講座名を希望順にご記入ください(希望する講座のみで結構です)

希望順位	第1希望	第2希望	第3希望
講座名			

※定員を超えた場合は抽選させていただきます。  
※ご希望に添えない場合がございますので予めご了承ください。

住所			
ふりがな 参加者名			性別 男性・女性
電話			年齢 歳

※個人情報は本イベントの運用以外の目的には使用いたしません。