

市川市後援

得する



の ナール



主催：市川まちゼミ事務局

市川のプロが教える  
特別講座

本八幡エリア  
受講生 募集!!

10/1(月)  
受付開始

第8回 開催期間  
2018年

受講料無料

11月5日(月)~11月30日(金)

お申し込みは各店へお電話で ☎

裏面もご覧ください

04. けんこうになる

家庭でできる簡単リフレ講座



講師：大西寛  
越後泉里

11/14・21(水)  
10:30~11:30

- ◇持ち物：ズボン、ハーフパンツ
  - ◇定員：6名
  - ◇対象：どなたでも ペア参加オススメ
- お手軽にできるリフレ  
(手、足の反射区)を覚えて  
家庭でできる簡単セルフケア体験

raku WA 本八幡南口店

10:00~21:00(水12:00~21:00)  
定休日：火曜日(月2回 不定休)

047-376-6553

01. つくる

気軽にレザークラフト



講師：プラスビート  
あさと

11/11(日)・15(木)・29(木)  
10:30~12:00

- ◇材料費：¥300
- ◇定員：8名
- ◇対象：どなたでも

革のコースターづくりを通して  
革の性質を知り、革製品の  
お手入れ等に役立てましょう。

PLusBeat

定休日：不定休

plusbeat.ast@gmail.com

<ご予約は氏名、TEL、希望日を記載願います。>

05. まなぶ

意外と知らない! 「健康保険の使い方」をまなぶ



講師：加藤正紀

11/10(土)・19(月) 14:30~15:30  
28(水) 18:30~19:30

- ◇持ち物：筆記用具、健康保険証
  - ◇定員：各回5名
  - ◇対象：どなたでも
- 公的健康保険の給付について  
社会保険労務士がわかりやすくお伝えします  
「えっ、病院に保険証を出すだけでしょ!？」  
と思ったあなたが対象です。

社会保険労務士法人  
法改正研究所  
9:00~17:00  
定休日：土・日・祝

047-711-2152

02. たいけんする

ソムリエが教えるスーパーで好みのワインを選ぶ方法



講師：富永祐太

11/4・11・18・25(日)  
いずれも 14:00~15:30頃

- ◇持ち物：飲んで美味しかったワインの写真
- ◇材料費：¥1000 ◇定員：6名
- ◇対象：20歳以上

アルコールの試飲がございますので、  
お車でのお越しはご遠慮ください。  
(切りたて生ハムのおみやげ付き)

ワイン&リゾート  
Blue Doors

14:00~23:00(週末祝前日 24:00)  
定休日：火曜日

047-318-3860

06. つくる

発酵講座 醤油糀作りワークショップ



講師：矢路川結子

11/8・22(木)  
16:00~16:45

- ◇材料費：¥500
- ◇定員：10名
- ◇対象：小学生以上

Yajikko KITCHEN 人気講座を  
1コインで受講できます♡  
発酵に興味のある方!

Yajikko KITCHEN、ぜひ遊びにいらしてください(\*^\_^\*)

月~金 12:00~15:00/17:30~22:00(金23:00)  
土 12:00~16:00  
定休日：日・祝

047-329-2823

03. たいけんする

おうちで簡単! ワインとのマリアージュ



講師：南香織

11/11・25(日)  
15:00~16:00

- ◇材料費：¥500
- ◇定員：10名
- ◇対象：20才以上

ワインを試飲しながら  
お家で作れるレシピを  
ご紹介いたします!

wine café Pub Jack  
本八幡店

日~木 17:30~25:00(金土 26:00)  
定休日：なし

047-704-9333



協力店舗  
松沢写真事務所



写真家・松沢雅彦  
1961年4月1日生まれ、56才、国籍日本。  
出版社勤務を経て4年前に独立。  
得意分野はポートレート写真。  
2016年「商店会店舗マップ」の  
撮影者に抜擢される。  
第6回「市川まちゼミ」より  
参加店舗の掲載写真を手掛ける。

店舗情報 (問合せ先)  
080-4388-9417

市川市新田 5-4-19-102 Ai-SPACE  
営業時間 11:00~18:00  
定休日 不定休

協力店舗  
ウエルネスクラブ  
市川



月・火・水は  
『代謝アップエクササイズ』クラス。  
木・金は今話題のトランポリンを  
使った『JUMP FIT』クラスを開催。  
ボディプロファイルをベースに  
お一人おひとりに合わせた  
リバウンドのないダイエットをサポート。  
代謝アップエクササイズでは  
無料体験も行なっておりますので  
夏までにやせたい方はぜひお問合せ下さい。

店舗情報 (問合せ先)  
090-4986-4882

市川市市川 1-12-19 エイドビル  
営業時間 11:00~15:00/18:00~21:00  
定休日 土・日・祝

協力者  
菊池 理紗さん



和洋女子大学3年生  
店舗のプロフィール写真の  
撮影スタッフとして参加

協力店舗募集

問い合わせ先:  
市川まちゼミ事務局  
☎047-372-4079  
【伊藤薬局】

協力店舗  
harunohi<sup>3</sup>  
ハルノヒ



2016年より市川を拠点に楽しく活動中♪  
「市川まちゼミ」には第3回より  
広告デザイナーとして参加  
させていただいております  
フライヤーやショップカード、  
ロゴなどデザインのごことでしたら  
気軽にご相談下さい  
女性ターゲットのデザインが得意です★

店舗情報 (問合せ先)

080-1980-0164  
maimaimail\_0522@icloud.com  
たかはたまい

