



商店街で楽しく学ぼう

姫路得とく ゼミナール

第15回全32講座

開催期間 平成30年 **8月24日** [金] ▶ **9月9日** [日]

受付開始 **8月20日** [月]

※一部、店舗により異なります。



※会場と店舗所在地は異なる場合がございます。

申込は 各お店へTEL

「ひめじゼミ 申し込み」とお伝え下さい。

姫路ゼミって?

お店の人がプロの技術や専門の知識を教えてください! 生活に、趣味に、役立つ情報がいっぱい!

ひめじ 受講料が無料

ただし、材料費が別途必要な講座もございます。

※表示金額は全て税込です。

講座内容

- 美容・キレイを追求する講座。
- 作ったり、体験する講座。
- 飲食に関する講座。
- 知識や知恵を学ぶ講座。

※受付日時はお店により異なります。各店の受付時間内にお電話して下さい。
※各講座定員になり次第、締め切らせて頂きます。
※講座内容により、申込対象者が限定されている場合がございます。
※各講座とも、申し込みの際に受講時の持ち物などをご確認下さい。
※小学生以下のお子さまは保護者同伴での参加をお願い致します。
※講座開催の様子を記録用として撮影させていただく場合がございます。

CASSA SPILOBBY [カッサスピロビ] (西駅前町88キャスパ2階) MAP 1

漢方かっさヘッド&小顔レッスン

開催日 **8月24日 [金] ~ 9月9日 [日]** の期間中の平日

受付 **TEL.079-284-2882** (受付時間 10:00~20:00)

内容 しわ・たるみ・肩コリ・目の疲れ・頭痛を解消!漢方体質チェックでお悩み症状の原因がわかります。頭部&顔筋かっさマッサージでセルフケアをしましょう。

【会場】 CASSA SPILOBBY [カッサスピロビ]
【開催時間】 ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 ③18:00~19:30
【講師】 サロンスタッフ
【材料費】 1,000円 (当日徴収)
【持ち物】 ヘアークリップ、かっさ ※貸出可能
【対象・定員】 各回3名

ぼうしや調剤薬局しらすき店 (駅前町232しらすき駅前ビル4階) MAP 2

心も体も若返り!初めてのフラワーエッセンス

開催日 **8月29日 [水]**

受付 **TEL.079-223-0133** (受付時間 9:00~18:00)

内容 心が若くしなやかな人はいくつになっても輝いています。心を癒し内側から輝く若々しさを取り戻すフラワーエッセンスと一緒に作ってみませんか?

【会場】 ぼうしや調剤薬局しらすき店
【開催時間】 14:00~15:30
【講師】 服部美由紀
【材料費】 1,000円 (当日徴収)
【持ち物】 筆記用具 【対象・定員】 8名

フオンテーヌ姫路みゆき通り (駅前町349第3みき正駅前ビル1階) MAP 3

ウィッグ取付&簡単ヘアケア

開催日 **8月24日 [金]・9月5日 [水]**

受付 **TEL.079-223-1722** (受付時間 10:00~18:00)

内容 通販等で購入したウィッグが上手に着けられない方へ。取付とセットをご指導。抜け毛やボリュームが気になりはじめた方へ、頭皮診断&簡単ヘアケア指導。

【会場】 フオンテーヌ姫路みゆき通り
【開催時間】 14:00~15:00
【講師】 小野田剛
【対象・定員】 各日4名

コトブキヤクラブ (亀井町65) MAP 4

目元・口元・眉のメイクレッスン

開催日 **8月24日 [金]・9月1日 [土]・2日 [日]・6日 [木]**

受付 **TEL.079-282-0037** (受付時間 10:00~19:00)

内容 マンツーマンで悩みを解決!難しい眉やアイラインの描き方、リップラインの入れ方など、困っていた事をわかりやすくお伝えします。

【会場】 コトブキヤクラブ
【開催時間】 ①11:00~12:00 ②14:00~15:00 ③16:00~17:00
【講師】 アルビオンスタッフ
【材料費】 540円 (当日徴収)
【対象・定員】 各回2名 (18歳以上の女性限定)

コトブキヤクラブ (亀井町65) MAP 5

毛穴のおそうじでお肌の若返り

開催日 **8月24日 [金]・9月1日 [土]・2日 [日]・3日 [月]・4日 [火]**

受付 **TEL.079-282-0037** (受付時間 10:00~19:00)

内容 毛穴のざらつき、黒ずみ・化粧品が気になる方にオススメ! 温熱と超音波・LEDで毛穴が目立たない肌に。ファンデーションの仕上がりも全然違います。

【会場】 コトブキヤクラブ
【開催時間】 ①11:00~12:00 ②15:00~16:00
【講師】 資生堂担当スタッフ
【材料費】 1,080円 (当日徴収)
【対象・定員】 各回2名 (女性限定)

コスメ・TODA (二階町61) MAP 6

話題のソニックエステ体験してみませんか

開催日 **8月24日 [金] ~ 8月31日 [金]**

受付 **TEL.079-222-0331** (受付時間 10:00~17:30 [第1・第3火曜定休])

内容 安全で効果的な超音波を利用したエステです。バックやメイクも付いたフルコース!夏の疲れた肌を癒してあげませんか? (肩スライディングレッスン付)

【会場】 コスメ・TODA
【開催時間】 10:00~17:30
【講師】 土生浅子・恵子
【材料費】 1,080円 (当日徴収)
【対象・定員】 各日4名 (女性限定)
メイクもコッチで落としますのでお気軽に!

リラクゼーションサロンhana~はな~ (二階町18ANGERO二階町3階) MAP 7

あったかハンドマッサージ

開催日 **9月6日 [木]・8日 [土]・9日 [日]**

受付 **TEL.090-6206-5029** (受付時間 10:00~18:00 [不定休])

内容 アロマの香りで癒し効果抜群!簡単にできるハンドマッサージで、自分も大切な人も癒しましょう。

【会場】 リラクゼーションサロンhana~はな~
【開催時間】 9月6日 [木]・8日 [土] 11:00~12:00 / 9日 [日] 14:00~15:00
【講師】 癒しすとhana (いやしすと はな)
【材料費】 1,000円 (当日徴収 / アロマオイル)
【持ち物】 動きやすい服装
【対象・定員】 各日4名 (または2組)

桃原 シェアーズの和空間 (二階町18ANGERO二階町1階奥) MAP 8

顔こりほぐし&メイクアップ

開催日 **8月30日 [木]・9月6日 [木]**

受付 **TEL.090-1153-0032** (受付時間 8:00~19:00 [火曜定休])

内容 あなた自身をもっと好きになれるセルフケア (顔こりほぐしメイクアップ) の講座です。所要時間約30分。

【会場】 桃原 シェアーズの和空間
【開催時間】 11:00~16:30
【講師】 K.Tプロジェクト長谷川容子・北川真結未
【材料費】 1,000円 (当日徴収)
【持ち物】 手鏡 【対象・定員】 各日10名
※予約時に希望時間をお伝え下さい

POLA姫路駅前店 (綿町153マンエビル1階) MAP 9

透明美肌を叶えるスキンケア講座

開催日 **8月29日 [水]・9月5日 [水]・7日 [金]**

受付 **TEL.079-288-6002** (受付時間 10:00~18:00 [火曜定休])

内容 夏のダメージ肌を残さない!肌分析カメラによるあなただけのスキンケアやマッサージ、ベースメイクをエステティシャンがアドバイスします。

【会場】 POLA姫路駅前店
【開催時間】 11:00~12:30
【講師】 ポーラエステティシャン
【材料費】 540円 (当日徴収)
【対象・定員】 各日3名 (女性限定)

(株)山陽百貨店 (南町1) MAP 10

親子で体験!日焼け後ジェル作り

開催日 **8月25日 [土]**

受付 **TEL.079-223-5680** (受付時間 10:00~18:00)

内容 防腐剤が入っていないオーガニックアロマ製品を使って、日焼け後のジェルを手作り。親子で一緒に作って夏休みの思い出に。

【会場】 山陽百貨店 本館6階 ベビー用品売場
【開催時間】 ①11:00~12:00 ②13:00~14:00 ③15:00~16:00
【講師】 長谷川中和 (ナチュラルビオジャパン (株))
【材料費】 540円 (当日徴収 / アロマオイルジェル等・入れ物)
【対象・定員】 各回12名 (幼児以上 ※お子様は保護者同伴)

生活の木 (南町1山陽百貨店本館5階) MAP 11

キンモクセイのルームスプレー作り

開催日 **9月5日 [水]・6日 [木]・7日 [金]**

受付 **TEL.079-223-1831** (受付時間 10:00~19:00)

内容 キンモクセイの香りが優しく広がるルームスプレーを手作りします。秋の訪れを感じさせる香りに包まれて癒しのひと時を過ごしませんか?

【会場】 生活の木
【開催時間】 12:30~13:30
【講師】 ショップスタッフ
【材料費】 1,620円 (当日徴収)
【持ち物】 筆記用具 【対象・定員】 各日4名

MONO.REIL (モノレール/西二階町32) MAP 12
Tシャツリメイク!トート作り

開催日 **8月26日 [日]**
 受付 **TEL.079-283-5060** (受付時間 8:00~18:00 [火曜定休])
 内容 着なくなってしまったTシャツでトートバッグを作りませんか。お子様の夏休みの作品にもピッタリです!厚手のTシャツを1枚お持ち下さい。

【会場】 MONO.REIL (モノレール)
 【開催時間】 ①10:00~12:00 ②14:00~16:00
 【講師】 中田
 【持ち物】 着なくなった厚手のTシャツ
 【対象・定員】 各回5名 (または3組)



姫兎 (西二階町108土井ビルディング1階西) MAP 13
姫路の革で写真立てを作る

開催日 **8月26日 [日]・28日 [火]・29日 [水]**
 受付 **TEL.079-282-9921** (受付時間 10:00~12:00 [月曜定休])
 ※8月21日 [火] ~ 受付
 内容 姫路革の写真立てに工具で刻印したり、型抜きの革を使って装飾したり、自分だけの写真立てを作して下さい。

【会場】 姫兎
 【開催時間】 13:00~15:00
 【講師】 店主
 【材料費】 864円 (当日徴収/革の写真立て・革)
 【持ち物】 はさみ (革を切り好きな形を貼りたい場合)
 【対象・定員】 各日2名 (小学生の宿題用※保護者同伴)



さをり studio ゆう (二階町79レールーラ姫路二階町ビル2階) MAP 14
とっても簡単!手織体験

開催日 **8月24日 [金] ~ 9月9日 [日]**
 受付 **TEL.079-240-6853** (受付時間 10:00~17:00 [火曜定休])
 内容 とっても簡単!さをり織りは自由で楽しく織る手織り。好きな色の糸を選んで20cm巾のコースターを織ります。約30分であなたのオリジナル作品が完成です。

【会場】 さをり studio ゆう
 【開催時間】 ①10:00~②11:00~③13:00~
 ④14:00~⑤15:00~
 【講師】 さをり studio ゆうスタッフ
 【持ち物】 500円 (当日徴収/さをり糸代)
 【対象・定員】 各回2名



パソコン教室ディードットステーション 姫路教室 (二階町34アモレ二階町1階) MAP 15
ワードでオリジナルうちわを作ろう!

開催日 **8月25日 [土]・9月1日 [土]・8日 [土]**
 受付 **TEL.079-287-6061** (受付時間 13:30~18:00 [日・祝定休])
 内容 パソコンに入っているワードは思った以上に色々な事ができます。ワードの基本的な機能を使ってあなただけのオリジナルうちわを作って楽しみましょう!

【会場】 パソコン教室ディードットステーション 姫路教室
 【開催時間】 10:00~12:00 【講師】 長尾信二
 【材料費】 無料 (2枚目以降1枚200円 / 当日徴収・専用うちわキット)
 【持ち物】 うちわに印刷したいイラストや写真
 ※何枚でも大丈夫です※表裏2面作ります
 【対象・定員】 各日2組



ちひゆ筆文字工房 (二階町18ANGERO二階町2階) MAP 16
マスキングテープお絵描き体験

開催日 **8月24日 [金]・29日 [水]・9月5日 [水]**
 受付 **TEL.080-5340-4506** (受付時間 10:00~17:00 [日曜定休])
 内容 切ったり貼ったりするマスキングテープ。実は絵を描く事もできます!今回は風鈴に描きます。夏休みの工作や、世界で一つの作品を作ってみませんか?

【会場】 コワーキングスペースSHARES (シェアーズ)
 【開催時間】 10:30~12:00
 【講師】 三木ゆかり
 【材料費】 600円 (当日徴収/風鈴・マスキングテープ代)
 【対象・定員】 各日6名 (小学生以上)



花そば料理 ゆう (西二階町36) MAP 17
利き酒と蕎麦とお酒のおはなし

開催日 **9月1日 [土]・2日 [日]**
 受付 **TEL.079-285-0888** (受付時間 10:00~21:00 [木曜定休])
 内容 食事が深まり、健康にも良いお酒。利き酒の後、手打ち蕎麦と天ぷらを楽しみます。女性大歓迎!秋のお酒【奥播磨播磨秋夢錦山廃純米】出します。

【会場】 花そば料理 ゆう
 【開催時間】 17:00~18:30
 【講師】 下村裕司
 【材料費】 1700円 (当日徴収/利き酒+蕎麦+天ぷら+旬の酒)
 【対象・定員】 各日10名 (20歳以上)
 ※お車のご来店はご遠慮下さい



こばやし茶店 (二階町66) MAP 18
お茶しま専科「抹茶の楽しみ方」

開催日 **8月26日 [日]・29日 [水]**
 受付 **TEL.079-225-0232** (受付時間 10:00~18:00 [火曜定休])
 内容 最近健康などでも話題の抹茶。抹茶とは難しいものかと思いませんか?ご自宅でも気軽にできるやり方と楽しみ方を実践しながらお教えします。

【会場】 こばやし茶店
 【開催時間】 ①10:30~12:00 ②13:30~15:00
 【講師】 小林健太郎
 【持ち物】 500円 (当日徴収/お菓子・抹茶の用意分)
 【対象・定員】 各回10名



はまもとコーヒー (二階町49) MAP 19
コーヒー豆の「いろは」と器具の説明

開催日 **9月5日 [水]**
 受付 **TEL.079-282-2233** (受付時間 7:00~17:00 [木曜定休])
 内容 コーヒーを飲みながら、コーヒー豆の基本的なお話と、器具ごとの抽出のメカニズムの違いをご説明します。又、ミルのタイプごとの説明も。

【会場】 はまもとコーヒー
 【開催時間】 14:00~15:00
 【講師】 浜本卓弥
 【材料費】 500円 (当日徴収/コーヒー・デミターケイ)
 【持ち物】 筆記用具 【対象・定員】 8名



杵屋 本店 (二階町95) MAP 20
めざせ!和菓子職人!!

開催日 **8月24日 [金]~26日 [日]・8月31日 [金]~9月2日 [日]・7日 [金]~9日 [日]**
 受付 **TEL.079-267-2333** (受付時間 9:00~16:00)
 内容 和菓子を作りましょう!城下町の和菓子文化の成り立ちから現代の菓子博まで...姫路の和菓子について学びましょう。講座の仕上げは「上生菓子」をオリジナルデザインで創作。めざせ和菓子職人!!

【会場】 杵屋本店 (開催時間) 14:00~15:00
 【講師】 内藤浩一・迫田光広・内藤弘志・大前優一
 【材料費】 500円 (当日徴収)
 【持ち物】 三角巾、エプロン
 【対象・定員】 各日20名 (6才以上)



ボンマルシェ (南町31) MAP 21
お家の文化包丁で捌く青身魚料理

開催日 **8月30日 [木]**
 受付 **TEL.0120-114-782** (受付時間 10:00~16:00 [平日のみ])
 内容 栄養満点の青身魚を、いつもお家で使っている包丁で簡単に捌くプロの技をボンマルシェがお教えします。どんな魚かは、当日までお楽しみに!!

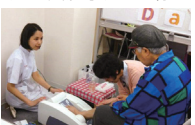
【会場】 イーグレひめじ3階 料理室
 【開催時間】 14:00~16:00
 【講師】 木山篤 (銀ビルスター-鮮魚バイヤー)
 【持ち物】 エプロン、三角巾、タオル
 【対象・定員】 16名 (抽選)



ほうしや薬局 (駅前町259) MAP 22
骨密度・体組成チェック (ほうしやフェスタ2018)

開催日 **9月9日 [日]**
 受付 事前申し込み不要・開催時間内いつでも体験可能
 内容 あなたの体は大丈夫?最新機械を用いて、骨密度やボディバランスをチェックします。本店・ピオレ店で実施予定。皆様のご来店をお待ちしております。

【会場】 ほうしや薬局 本店 (22-A) / ピオレ店 (22-B)
 【開催時間】 10:30~16:00
 【講師】 ほうしや薬局 薬剤師



パリミキ 聞こえの窓口 姫路店 (駅前町311) MAP 23
初めての補聴器

開催日 **8月28日 [火]**
 受付 **TEL.079-281-6300** (受付時間 10:00~18:00)
 内容 補聴器をしてみたい。家族に勧めたい。でも種類が多くて選び方が分からない。そんな時に役立つ補聴器のお話を聞こえの仕組みを交えながらお話します。


【会場】 パリミキ 聞こえの窓口 姫路店
 【開催時間】 10:30~11:30
 【講師】 三澄凡子
 【対象・定員】 5名



プロ棋士神吉七段の大逆転将棋倶楽部 (駅前町346UBE2階) MAP 24
プロが教える楽しい将棋の始め方

開催日 **8月24日 [金]・26日 [日]・28日 [火]**
 受付 **TEL.079-282-0840** (受付時間 10:00~20:00)
 内容 将棋を全く知らないそんなあなたにプロ棋士山本真也六段が優しく丁寧に将棋の楽しさと魅力をお伝えします!空前の将棋ブーム!さあ、一緒にいかがですか?

【会場】 プロ棋士神吉七段の大逆転将棋倶楽部
 【開催時間】 11:00~12:00
 【講師】 山本真也六段プロ棋士
 【対象・定員】 各日20名



おみぞ筋 子育てほっとステーション (呉服町59) MAP 25
親子写真教室

開催日 **8月26日 [日]・28日 [火]・9月4日 [火]**
 受付 **TEL.079-222-7300** (受付時間 10:00~16:00 [日曜定休])
 内容 いきいきとした子ども達の表情を撮っていませんか?プロカメラマンの撮影テクニックを分かりやすく学べます。簡単なコツで劇的に写真は変わります。

【会場】 おみぞ筋商店街 子育てほっとステーション
 【開催時間】 10:30~12:00
 【講師】 崎谷健
 【材料費】 500円 (当日徴収/プリント代・キーホルダー代)
 【持ち物】 シャッタースピードや絞り設定できるデジタルカメラ
 【対象・定員】 各日3組 (未就学児の子育てをされる保護者様)



帽子専門店LION-DO (二階町100) MAP 26
帽子のかぶり方ゼミ~似合う帽子をあなたに~

開催日 **8月29日 [水]**
 受付 **TEL.079-240-8760** (受付時間 10:00~18:00 [不定休])
 内容 帽子のかぶり方がわからない。どんな帽子を選んだらいいの?という疑問にお答えいたします。日程の合わない方は個別相談も受付しますので、お気軽にどうぞ。

【会場】 帽子専門店LION-DO
 【開催時間】 11:00~12:00
 【講師】 岩崎英俊
 【対象・定員】 8名



宮宗 (みやそう) 神具店 (二階町105) MAP 27
神棚にまつわるあれこれのお話

開催日 **8月25日 [土]・26日 [日]**
 受付 **TEL.079-222-2665** (受付時間 9:00~18:00 [火曜定休])
 内容 神棚ってどうやってお祀りするの?お札やお供物はどうするの?など知っているようで知らない神棚にまつわるお困り事にわかりやすくお答えいたします。

【会場】 宮宗神具店
 【開催時間】 10:30~11:30
 【講師】 鎌山孝美
 【持ち物】 筆記用具
 【対象・定員】 各回6名



但陽信用金庫 姫路支店 (二階町111) MAP 28
貯蓄しながら節税できる制度ご存知ですか?

開催日 **8月28日 [火]**
 受付 **TEL.079-224-2171** (受付時間 9:00~17:00 [土・日・祝定休])
 内容 節税しながら老後のお金を積み立てませんか?対象外だった公務員や主婦の方も加入できるようになったiDeCo (イデオ) について分かりやすく説明します。


【会場】 但陽信用金庫 姫路支店 3階会議室
 【開催時間】 13:00~14:30
 【講師】 但陽信用金庫 営業統括部
 【持ち物】 筆記用具
 【対象・定員】 25名 (事前予約要)



(株)つゆき姫路屋ふとん店 東二階町店 (二階町16) MAP 29
ご存知でしたか?羽毛ふとんもリフォームできるんです!

開催日 **8月24日 [金]**
 受付 **TEL.079-281-5682** (受付時間 10:00~16:30 [火曜定休])
 内容 あなたの羽毛布団はどんな感じですか?羽毛が出てきた、10年以上使用している、押入の布団のお手入れなど寝具メーカーが来て気軽にアドバイスします。
 得とくセミナー期間中、ご相談可能

【会場】 (株)つゆき姫路屋ふとん店 東二階町店
 【開催時間】 10:00~17:30
 【講師】 青木・三村 (JAB寝具指導士資格者)
 【対象・定員】 7組



コワーキングスペースSHARES (シェアーズ) (二階町18ANGERO二階町2階) MAP 30
Instagramに投稿しよう!

開催日 **8月25日 [土]・9月3日 [月]・5日 [水]~9日 [日]**
 受付 **TEL.090-4644-8219** (受付時間 10:00~20:00 [火曜定休])
 内容 Instagramで諦めた事ないですか?日々の生活、料理、お子様、ビジネスなどの写真投稿によく使われています。この機会と一緒にデビューしましょう!


【会場】 コワーキングスペースSHARES (シェアーズ)
 【開催時間】 10:30~11:30
 【講師】 國光洋志
 【持ち物】 Instagramをインストールしたスマートフォンやタブレット
 【対象・定員】 各日10名



アースシネマズ姫路 (駅前町27テラッソ姫路4階) MAP 31
早朝映画館見学会

開催日 **9月9日 [日]**
 受付 **TEL.079-287-8800** (受付時間 9:00~22:00)
 内容 映画を上映する為に必要な映写機を使用して、映像が写るまでの過程を見ていただきます。更に、近畿圏で数館しかない設備である4DXの体験を行っていただきます。

【会場】 アースシネマズ姫路
 【開催時間】 8:30~9:00
 【講師】 担当者
 【対象・定員】 20名 (または10組)



瀬沢ぶつだん店 (錦治町52-3) MAP 32
ちょっと知っ徳、お仏壇・お仏具・お墓のこと

開催日 **8月27日 [月]・9月3日 [月]**
 受付 **TEL.079-223-0358** (受付時間 8:30~18:30 [不定休])
 内容 お仏壇やお仏具、お墓のお手入れをはじめ色々なお話をします。そして色々お尋ね下さい。

【会場】 瀬沢ぶつだん店
 【開催時間】 10:00~11:30
 【講師】 瀬澤義和
 【持ち物】 筆記用具
 【対象・定員】 各日5名

