

2 今こそ学ぶ金融リテラシー

クイズを通じ、現代社会に潜むお金の危険性について学びましょう！

8/3(月) 10:00～ 8/4(火) 10:00～
8/24(月) 10:00～ 8/25(火) 10:00～

対象: どなたでもご参加いただけます
時間: 45分 定員: 各回4名
講師: 鈴木悠輔
持ち物: なし
会場: 五日市135 (自分のお店)

西武信用金庫五日市支店

申込方法 電話受付 042-596-1811
平日9:00～17:00



3 アロマで楽しむ安心・安全な暮らし

※ 香りを楽しみながら、暮らしを整える。アロマで始めるナチュラルライフ講座。(アロマクラフトは作成しません)

8/6(木) 14:30～ 8/18(火) 14:30～

対象: どなたでも
時間: 60分 定員: 各回4名
講師: 関谷正美
持ち物: 筆記用具
会場: 五日市148 (自分のお店)

井上薬局

申込方法 右のQRコードから受付
申込フォームに必要事項を入力してお申込みください



4 親子で作るバルーン入りミニブーケ

人気のバルーンとお花のコラボ花束作成!!バルーンを膨らませることから始めます。

8/4(火) 10:30～ 8/18(火) 10:30～
8/25(火) 10:30～

対象: ハサミが使える保育園、小学生の親子
時間: 40分 定員: 各回3組6名
講師: 松田智美 費用: 800円
持ち物: 花ハサミ(レンタル可), エプロン
会場: 五日市73-3 (自分のお店)

花屋りぐらん

申込方法 電話受付 050-5830-3542
自動音声 8/4 → 4
ガイダンス 8/18 → 5
8/25 → 6 を押す



5 初めてののお菓子づくり

秋のお月見や小正月に向けて「だんご」作り挑戦してみませんか?

8/2(日) 13:30～ 8/9(日) 13:30～
8/23(日) 13:30～ 8/24(月) 13:30～

対象: 小学生以下の親子または中学生以上
時間: 90分 定員: 各回4組(1組3名まで)
講師: 内山章 費用: 600円
持ち物: エプロン, 靴下, 三角巾等
会場: 五日市836 (自分のお店)

お菓子の樹屋

申込方法 電話受付 042-596-0039
11:30～19:00 不定休



6 初心者だけの英会話! 文法も会話も教えます

講座が終わる時には英語で簡単な自己紹介ができるようになります。スペシャル特典あり

8/5(水) 10:00～ 8/19(水) 10:00～
8/24(月) 10:00～

対象: どなたでも
時間: 60分 定員: 各回3名
講師: 三浦早織
持ち物: なし
会場: 山田568 (自分のお店)

三浦塾

申込方法 電話受付 090-8476-3469
平日10:00～15:00



7 筆ペンで《己書》を書いてみよう

己書(おのれしょ)って知っていますか?ちょっとしたコツで味のある作品を描きましょう。

8/5(水) 10:30～ 8/5(水) 12:30～
8/7(金) 10:30～ 8/7(金) 12:30～

対象: 己書が初めての方
時間: 60分 定員: 各回5名
講師: 伊藤まゆ 費用: 100円
持ち物: なし
会場: 山田732-2 (ownp cafe)

己書 桜夢道場

申込方法 電話受付 080-7119-2255
平日12:00～17:00



8 一緒に結ぼう! まんまるおむすび

笑みまる結びのしん女将とおむすびを作って食べたり、お米について学びましょう。

8/8(土) 10:00～ / 13:00～ / 17:00～
8/25(火) 10:00～ / 13:00～ / 17:00～

対象: どなたでも(おひとりでも親子でも◎)
時間: 90分 定員: 各回6名
講師: 安田身江子 費用: 500円
持ち物: エプロン
会場: 小川821-15-202 (自分のお店)

(有) 青木商事 笑みまる事業部

申込方法 右のQRコードから受付
申込フォームに必要事項を入力してお申込みください



9 秒で本音が見える思考術

学んだその日から、自分で心を整えられる。一生使える思考術を持ち帰ってください!

8/7(金) 14:00～ 8/18(火) 14:00～
8/28(金) 14:00～

対象: 中学生～字が書ける方
時間: 60分 定員: 各回4名 講師: 緒方直美
持ち物: A4ノート または A4用紙 数枚
ペン, ハンカチ, 飲み物
会場: 瀬戸岡161-4 (るのスポーツ)

ママの心と身体を整えコーチ

申込方法 右のQRコードから受付
申込フォームに必要事項を入力してお申込みください



10 日々のお悩みをみんなで分かち合うお話し

誰かに話すだけで心が軽くなることも♪安心して話せるやさしい時間です♡

8/14(金) 13:30～ 8/25(火) 13:30～

対象: どなたでも
時間: 90分 定員: 各回3名
講師: MIKA
持ち物: なし
会場: 瀬戸岡161-4 (るのスポーツ)

coco笑me【ここえみ】

申込方法 右のQRコードから受付
公式LINE(QR)に『まちゼミ』とお送りください。Instagram @mika_eneuni へのDMもOK



11 親子で発見! ヨガってな～に?

昨年12月にあきる野へ移住。笑顔とご縁が広がる、やさしいヨガをお届けします!

8/9(日) 10:00～ 8/23(日) 10:00～

対象: どなたでも
時間: 90分 定員: 各回20名
講師: yuma
持ち物: 動きやすい服装, 水分, タオル
会場: 瀬戸岡161-4 (るのスポーツ)

るのスポーツ&yuma

申込方法 電話受付 050-5830-3542
自動音声 8/9 → 7
ガイダンス 8/23 → 8 を押す



12 夏休み! 親子で楽しむ卓球体験

卓球未経験でも安心! 夏休み親子卓球体験●親切丁寧にプロコーチが教えます。

8/9(日) 13:00～ 8/16(日) 13:00～
8/23(日) 13:00～

対象: お子様小学生以上の親子
時間: 90分 定員: 各回8名
講師: 青木龍太
持ち物: 個別にご案内
会場: 瀬戸岡161-4 (自分のお店)

るのスポーツ

申込方法 電話受付 050-5830-3542
自動音声 8/9 → 10
ガイダンス 8/16 → 11
8/23 → 12 を押す



13 親子で楽しむライフサイクルゲーム

すぐろくゲームでお金の使い方を学ぼう! 女性に嬉しいスキルチェックもできるよ!

8/22(土) 10:00～ 8/29(土) 10:00～

対象: 小学生・親子
時間: 90分 定員: 各回3組
講師: 佐藤沙央里
持ち物: なし
会場: 油平73-4 (自分のお店)

第一生命

申込方法 右のQRコードから受付
申込フォームに必要事項を入力してお申込みください



14 舞知川! 見たい～知りたい～遊びたい!

何処から? 何処へ? 冷たい! 湧き水と遊ぼう!

8/3(月) 10:00～ 8/10(月) 10:00～
8/17(月) 10:00～ 8/24(月) 10:00～

対象: 老いも若きも 幼な子ども 遊びたい人
時間: 90分 定員: 各回5名
講師: 藤井智
持ち物: 水遊びの出来る履き物
会場: 二宮1156-27 (自分のお店)

有限会社サニーシステム

申込方法 電話受付 042-559-5472
平日 9:00～17:00
定休日 土・日・祝日



15 お茶いれ体験ワークショップ

煎茶を親子で、初めての方も、急須で淹れてみませんか? ペットボトルとの違いに感動!

8/5(水) 10:00～ 8/11(火) 10:00～
8/18(火) 10:00～ 8/26(水) 10:00～

対象: 小学生以上。乳幼児は要相談
時間: 90分 定員: 各回4名
講師: 近藤初雄 費用: 400円
持ち物: なし
会場: 二宮1499-6 (自分のお店)

近藤園茶舗

申込方法 電話受付 042-558-6307
10:00～18:00
定休日: 火・水曜日



16 お掃除屋さんを作るアツ! トロ! たこ焼き

花がきのそば粉を使って明石焼き風のそば粉たこ焼きをみんなで作って食べます!

8/4(火) 10:00～ 8/4(火) 14:30～

対象: そば粉、甲殻アレルギーの方は参加不可
時間: 90分 定員: 各回10名
講師: 市川大五・海老原瞳 費用: 500円
持ち物: エプロン, 三角巾, 飲み物
会場: 二宮608 (花がき)

花がき & PIECE

申込方法 電話受付 080-9889-5266
12:00～17:00 (日曜日を除く)



17 「えっ、うちももらえる?」助成金の話

社労士と行政書士がタッグを組んだ! 「ダブルの視点」で、目からウロコの60分です。

8/3(月) 19:00～ 8/6(木) 19:00～
8/19(水) 19:00～ 8/21(金) 19:00～

対象: 助成金申請を考えている事業主様
時間: 60分 定員: 各回5名
講師: 荒川恭行・飯嶋誠一郎
持ち物: 筆記用具
会場: 二宮683 (中央公民館2F 第4研修室)
荒川社労士事務所ひまわり & いいじま行政書士事務所

申込方法 右のQRコードから受付
申込フォームに必要事項を入力してお申込みください



18 楽しいパン作り! 家でも作れるお土産付き

手ごねで作れる美味しいパン作り体験

8/3(月) 14:30～ 8/10(月) 14:30～
8/17(月) 14:30～ 8/24(月) 14:30～

対象: 4才から
時間: 90分 定員: 各回6名
講師: 野田満由樹 費用: 600円
持ち物: お手拭き, エプロン, 三角巾(帽子)
会場: 秋川1-1-16 (自分のお店)

パンの家あらもーど

申込方法 右のQRコードから受付
申込フォームに必要事項を入力してお申込みください



19 親子で前屈! 床につかない人限定!

親子で前屈チェック! 体が硬くなる原因を知り、柔軟性アップを体験します。

8/15(土) 11:00～ 8/22(土) 11:00～

対象: どなたでも
時間: 60分 定員: 各回6名(親子3組)
講師: 国家資格者が対応
持ち物: なし
会場: 秋川2-7-7 1階 (自分のお店)

あひるの整骨院

申込方法 右のQRコードから受付
InstagramのDMでお申込ください
平日9:30～20:00
土祝9:00～17:00 昼休憩あり



20 AIを身近に! 初めてのGemini体験

スマホで最新AIを体験! 質問のコツや暮らしに便利な活用法を伝授

8/2(日) 9:30～ 8/2(日) 11:30～
8/3(日) 10:00～ 8/3(日) 16:00～

対象: スマホ所有でGメールアドレスがある方
時間: 60分 定員: 各回4名
講師: 小田晶季子
持ち物: 個別にご案内
会場: 秋川12-7-7 3階 (自分のお店)

パソコンあきる野教室

申込方法 oadaakiko3610@gmail.com
上記メールまたは電話
042-532-7276
方法 昼休みの12:00～13:00



21 魔法の実験&血管年齢測定で気づき体験を!

身体の現状点検&環境に優しい洗剤を使った実験を体験できます♪

8/19(水) 10:00～ 8/19(水) 13:00～

対象: どなたでも 定員: 各回10名
時間: 90分 費用: 500円
講師: 渡邊みゆき・海老原瞳
持ち物: なし
会場: 秋川14-19-2 アドバンスあきる野1-102

PIECE&体質改善コーチ渡邊みゆき

申込方法 電話受付 080-9889-5266
12:00～17:00 (日曜日を除く)
Instagramアカウント @1022raito



22 頭皮から始めるリフトアップ講座

ご自宅でも簡単にできる頭皮ほぐしやツボ押しなどのセルフケアを実践!

8/4(火), 14(金), 16(日), 28(金), 31(月)
各日10:00～11:00

対象: どなたでも 定員: 各回4名
時間: 60分
講師: 秋本瑞季
持ち物: なし
会場: 秋川15-9-1 203号 (自分のお店)

あきもと鍼灸院

申込方法 右のQRコードから受付
QRコードの公式LINEに『まちゼミ』とお送りください
24時間受付可能!



23 我が子の靴、本当にそれで合ってる?!

よく転ぶ子? それ、実は靴が合っていないかも!? 正しい靴選びと爪切りを伝授します。

8/7(金) 10:00～11:00
8/21(金) 10:00～11:00

対象: お子さんがいる方なら誰でも
時間: 60分 定員: 各回5名
講師: 樋口涼子
持ち物: 筆記用具
会場: 秋川6-18-20 (ウヰイカ7えよっちゃんち2階)

フットケアサロンYOU

申込方法 右のQRコードから受付
QRコードの公式LINEに『まちゼミ』とお送りください
24時間受付可能!



24 初心者でもできる! かんたんパン作り♪

当店人気のパンを数種類、一緒に楽しく作りましょう! (昨年と同じ内容です)

8/11.12.13を除く毎週 火, 水, 木曜日
11:00～13:00 全9回開催予定

対象: どなたでもご参加いただけます
時間: 120分 定員: 各回4名
講師: 竹内夏聖 費用: 600円
持ち物: エプロン, 三角巾, 厨房で履くサンダル
会場: 秋川16-18-20 (自分のお店)

ウッディカフェよっちゃんち

申込方法 右のQRコードから受付
抽選制、受付は期間限定
7/20(月) 10時から
7/22(水) 16時まで



25 親のこと、自分のこと。今から考える認知症

～もしもの時に慌てないための相談先と地域の支え合い～

8/8(土) 15:00～ 8/18(火) 15:00～

対象: どなたでもご参加いただけます
時間: 60分 定員: 各回10名程度
講師: 石川
持ち物: なし
会場: 秋川16-5-1 (あきる野台病院)

あきる野台病院

申込方法 m-ishikawa@akirudai-hp.or.jp
直前の休みや日程変更などは
042-559-5762
へお電話ください

