東淀川まちゼミ参加店名一覧

- 白十字薬店
- (株)キープカンパニーなでしこ
- アメリカ物語
- (株)チャレンビー
- (株)新光写真館
- (株)かわ八
- Cafe&Bar L'arbre
- 健康豚焼肉　豚元
- ヘアーブティック 24
- よどきり医療と介護のまちづくり(株)
- コミックバスター上新庄店
- 結婚相談所カインド
- たよって屋
- 足もみ(官足法)健康教室トモトモ
- ワインプラザYUNOKI
- イナータス　ますや
- 行政書士社労士事務所フォレスタ
- (有)エイズィープラン

［まちゼミ開催日カレンダー］

2019.11

日	月	火	水	木	金	土
カテゴリーの説明 食べる きれい 健康 つくる まなぶ					1 (5)	2 (6 8)
3	4 (3 8)	5 (1 13 22)	6 (4)	7 (7 26 27)	8 (16 20)	9 (2 5 12 14 15)
10	11 (11 23)	12 (1 9 17)	13 (10)	14 (3 13 21 26 27)	15 (14 16 19)	16 (6 8 9 12 15)
17 (5 18)	18 (7 10 11)	19 (1)	20 (14)	21 (24)	22 (13 15)	23 (4 25)
24 (6)	25 (17 22)	26 (7)	27 (21)	28 (23)	29 (16)	30 (2 9 25)

［まちゼミ開催地マップ］

得する街のゼミナール

第2回 東淀川まちゼミ

開催期間

2019.
11/1(金)～11/30(土)

10/26(土) 受付開始!!

受講無料

講座により材料費など必要な場合があります。

東淀川まちゼミとは

★お店の方が講師になって、プロならではの「コツ」、「使い方や考え方」などを無料で教えてくれる少人数制のミニ講座です。

★30～90分程度でわかりやすく、気軽に参加頂けます。

★「お店」と「まち」のファンになって頂くための講座ですので、お店からの販売・勧誘は一切ありません。

まちゼミ

主催：東淀川まちゼミ実行委員会
共催：東淀川区商店会連盟
　　大阪商工会議所
後援：大阪市東淀川区

お問い合わせ

東淀川まちゼミ実行委員会
（東淀川区商店会連盟内）
電話 06-6320-1546（日曜・祝日定休）

2019年11月 第2回 東淀川まちゼミ講座ご案内

東淀川まちゼミご利用方法

◆定員になり次第締め切らせて頂きます。
◆お申し込みは、各店の受付時間内にお願いします。
◆受講対象者を限定させて頂く講座もあります。ご注意ください。

1 ゼミを選ぶ
チラシの内容から受けたいゼミをお選びください。

2 申し込む
受けたいゼミのお店へ直接お電話でお申込みください。

3 参加する
時間・場所をお間違えのないよう、ご参加ください。

カテゴリーの説明　食べる　きれい　健康　つくる　まなぶ

1 身近な食材を使ったお調理

人気定食屋の店主が、題名のない食に関する話をします。

開催日時 11月5日(火)14:00～15:00
11月12日(火)14:00～15:00
11月19日(火)14:00～15:00

持参品：ノート、ペん
費　用：無料
定　員：5～10人
会　場：お店2F・多目的ホール
大阪市東淀川区淡路4-18-6

食事処かわ
[お申し込み] ☎ 090-1481-6196　受付:14:00～17:00 定休日:木曜日

2 ワインと野菜のソムリエから学ぶ簡単おつまみの作り方

だれでも簡単にできるワインにあうおつまみの作り方を実演します。実演後は、完成したおつまみとワインの食べ合わせ会をおこないます。

開催日時 11月9日(土)10:00～11:00
11月30日(土)10:00～11:00

対　象：20歳以上
費　用：500円(食材、ワイン)
定　員：1講座あたり4名
会　場：大阪市東淀川区東淡路3-6-22

ワインプラザYUNOKI
[お申し込み] ☎ 06-6323-9309　受付:13:00～19:00 定休日:日・月曜日、祝祭日

3 プロの美容家による自分でできる「リフトアップ術」

ご自宅で簡単にできるリフトアップ術をお伝ええします(＾＾)
また、外からだけでなく、内側からお肌を元気にするための栄養学も時間があればアドバイスさせていただきます。

開催日時 11月4日(月・祝)11:00～12:30
11月14日(木)11:00～12:30

対　象：女性
持参品：ポイントメイク
(ご自分で普段使っているもの)
費　用：無料
定　員：4人
会　場：大阪市東淀川区東淡路4-33-9 (東淡路商店街①番街中央)

イナータス ますや
[お申し込み] ☎ 090-2011-3739　受付:10:00～18:00 定休日:不定休

4 ～元気な髪も内側から～ 理容師による育毛講座

毎日、正しい方法でシャンプーされていますか？
シャンプーが得意な理容師による「正しいシャンプー方法」と「元気な毛髪を育てる栄養学」をお伝えします。

開催日時 11月6日(水)11:00～12:30
11月23日(土)15:00～16:30

対　象：男女問わず
費　用：無料
定　員：4人
会　場：大阪市東淀川区東淡路4-33-9
(東淡路商店街①番街中央)

イナータス ますや
[お申し込み] ☎ 090-2011-3739　受付:10:00～18:00 定休日:不定休

5 みんなでまちをきれいにして、「ぷれぜんと」をもらおう！(淡路)

子供達が主役！町に落ちているゴミを拾ってください。ゴミ袋をいっぱいにしてくれた子供に素敵なプレゼントを差し上げます！

開催日時 11月1日(金)16:00～17:00
11月9日(土)10:00～10:45
11月17日(日)11:00～11:45

対　象：小学生以下は保護者付き添い願います。
費　用：無料
定　員：1講座あたり4名または3組
会　場：淡路のまち

たよって屋
[お申し込み] ☎ 06-6151-3328　定休日:日曜日

6 みんなでまちをきれいにして、「ぷれぜんと」をもらおう！(上新庄)

子供達が主役！町に落ちているゴミを拾ってください。ゴミ袋をいっぱいにしてくれた子供に素敵なプレゼントを差し上げます！

開催日時 11月2日(土)11:00～12:00
11月16日(土)10:00～11:00
11月24日(日)10:00～11:00

対　象：小学生以下は保護者付き添い願います。
費　用：無料
定　員：1講座あたり4名または3組
会　場：上新庄のまち

たよって屋
[お申し込み] ☎ 06-6151-3328　定休日:日曜日

7 だいじょうぶですか 子供～大人まで　低体温

低体温症でお困りの方、生活習慣や食べ物を変えることで、低体温症の改善できます。
薬剤漢方師がレクチャーします。

開催日時 11月7日(木)11:00～12:00
11月18日(月)14:00～15:00
11月26日(火)11:00～12:00

費　用：無料
定　員：1講座あたり4名
会　場：大阪市東淀川区瑞光2-8-12

白十字薬店
[お申し込み] ☎ 06-6320-1546　受付:10:00～18:00 定休日:日・祭日

8 わが子の健康、守れるのは家族！

風邪をひきやすい・熱をよくだす・夜泣きなどお子さんの足をもむことで、病院通いせずご家庭で改善する方法があれば、試したいと思いませんか。

開催日時 11月2日(土)10:00～11:00
11月4日(月)10:00～11:00
11月16日(土)10:00～11:00

対　象：小学生まで(親子で参加)
費　用：640円(足もみ棒)
定　員：1講座あたり2組
会　場：大阪市東淀川区上新庄1-2-49トモビル2F

足もみ(官足法)健康教室トモトモ
[お申し込み] ☎ 06-6320-7700　受付:9:00～17:00 定休日:日曜日

9 ダーツのプロが教える ～ダーツってどんなスポーツ？～

皆さんのダーツのイメージってどうですか？競技として以外にもダーツをすることで得られるメリットがあります。気になった方は是非ご来店下さい。

開催日時 11月12日(火)16:00～17:30
11月16日(土)16:00～17:30
11月30日(土)12:00～13:30

対　象：中学生以上70代くらいまで
費　用：無料
定　員：1講座あたり10名
会　場：大阪市東淀川区東淡路4丁目33-12-2階
※11/1(金)から受付開始

Cafe&Bar L'arbre
[お申し込み] ☎ 06-6320-3311　受付:8:00～12:00/18:00～24:00 定休日:日・月曜日

10 まちゼミって何？ まちゼミの魅力について

「まちゼミ」って何？話だけ聞かせて。
店主自らが講座を開きたい東淀川区の事業者様、まちゼミの魅力と効果をお伝えします。

開催日時 11月13日(水)14:00～15:00
11月18日(月)14:00～15:00

対　象：まちゼミ参加に興味がある、東淀川区の事業者様
費　用：無料
定　員：1講座あたり4名
会　場：ヘアープティック24 上新庄店
大阪市東淀川区豊新4-26-9-101

まちゼミ実行委員会(大阪商工会議所)
[お申し込み] ☎ 06-6130-5112　受付:9:00～17:15 定休日:土日　祝日

11 食品ロス削減☆廃棄野菜を使ったからだを整えるお料理作り

ふだん何気なく捨てている廃棄野菜を使い、からだにやさしいお料理作りをおこないます。完成したお料理はお持帰りいただけます。受講後は、野菜ソムリエ認定料理教室の発行する「食品ロス削減マイスター」の認定書をお渡しいたします。

開催日時 11月11日(月)10:00～11:00
11月18日(月)10:00～11:00

対　象：誰でも
持参品：エプロン、ハンドタオル
費　用：500円(食材、お持帰り用容器)
定　員：1講座あたり6名
会　場：大阪市東淀川区東淡路3-6-22

ワインプラザYUNOKI
[お申し込み] ☎ 06-6323-9309　受付:13:00～19:00 定休日:日・月曜日、祝祭日

12 『おうちバコ』ワークショップ

やってみようー！ みんな、ちいさい大工さん
ダンボールでできたおうちを組み立ててそれぞれ自由に飾りつけをします。

開催日時 11月9日(土)10:00～12:00・13:00～15:00
11月16日(土)10:00～12:00・13:00～15:00

持参品：筆記具、はさみ、のり、色鉛筆等
(ご持参可能な方)
定　員：1講座あたり10名または5組
費　用：無料
会　場：大阪市東淀川区豊新5丁目19番
1号パークノヴァ壱番館203号

有限会社 エイ ズィー プラン
[お申し込み] ☎ 06-6329-2770　受付:10:00～19:00 定休日:不定休

13 発達障がいって、なあに？

悩んでいませんか？もしかして発達障がいかも？
発達障がいには様々な種類があります。
少し学んでみましょう!!

開催日時 11月5日(火)15:30～16:30
11月14日(木)15:30～16:30
11月22日(金)15:30～16:30

費　用：無料
定　員：1講座あたり7名
会　場：東淀川区豊新5-19-10

就労継続支援B型事業所　ちゃれんじぃ
[お申し込み] ☎ 06-6160-2020　受付:9:00～18:00 定休日:土・日曜日

14 夢を実現しよう！ 人生計画を立てよう！！

あなたの夢は何ですか？ 目標は？
いろいろなワークシートを使って人生計画を立てましょう!!
あなた次第で人生は変わります！

開催日時 11月9日(土)15:30～16:30
11月15日(金)18:30～19:30
11月20日(水)15:30～16:30

費　用：無料
定　員：1講座あたり7名
会　場：東淀川区豊新5-19-10

就労継続支援B型事業所　ちゃれんじぃ
[お申し込み] ☎ 06-6160-2020　受付:9:00～18:00 定休日:土・日曜日

15 プロカメラマンに教わる きれいな写真を撮る・飾る・残す

地域の人や街を撮り続ける写真館のプロカメラマンがスマホやデジカメ・フイルムカメラできれいな写真を撮る・飾る・残すテクニックをお教えします！

開催日時 11月9日(土)14:00～15:30
11月16日(土)14:00～15:30
11月22日(金)14:00～15:30

対　象：男女
持参品：ノート・ペン・使用カメラ等
費　用：無料
定　員：1講座あたり4人～6人
会　場：大阪市東淀川区東淡路4-33-39
※11/1(金)から受付開始

株式会社　新光写真館・新光カメラ
[お申し込み] ☎ 06-6322-2277　受付:10:00～15:30 定休日:なし(水曜日のみ17時まで)

16 たまった多くの古い写真の整理 捨てにくい故人の写真はどうすれば？

東淡路の人や街を撮り続ける写真館の店主が、古い写真の整理や保存方法をお教えします。

開催日時 11月8日(金)14:00～15:30
11月15日(金)14:00～15:30
11月29日(金)14:00～15:30

対　象：男女
持参品：ノート・ペン・使用カメラ等
費　用：無料
定　員：1講座あたり4人～6人
会　場：大阪市東淀川区東淡路4-33-39

株式会社　新光写真館・新光カメラ
[お申し込み] ☎ 06-6322-2277　受付:10:00～15:30 定休日:なし(水曜日のみ17時まで)

17 若く美しくなる健康法教えます。

心と体のバランス(自律神経)を整えて、血流を良くし若返る方法をお教えします。

開催日時 11月12日(火)13:00～14:00
11月25日(月)15:00～16:00

費　用：無料
定　員：1講座あたり4名
会　場：大阪市東淀川区瑞光2-8-12
若甦錠くすりサンプル
3日分24錠800円相当プレゼント！！

白十字薬店
[お申し込み] ☎ 06-6320-1546　受付:10:00～18:00 定休日:日・祭日

18 おいしいハイボールの作り方

自宅で出来るおいしいハイボールの作り方をプロのバーテンダーが教えます

開催日時 11月17日(日)19:00～20:00

対　象：20歳以上
費　用：500円(お酒)
定　員：1講座あたり10名
会　場：大阪市東淀川区瑞光2-5-26

アメリカ物語
[お申し込み] ☎ 050-5218-9698　受付:19:00～3:00 定休日:木曜日

19 知って得する介護について紹介します。介助・介護の方法と介護活用

知って得する介護制度と活用方法解説と介護の疑問・質問にお答えします。

開催日時 11月15日(金)14:00～15:00

費　用：無料
定　員：1講座あたり5名
会　場：大阪市東淀川区瑞光3丁目
3-25-103

株式会社キープカンパニーなでしこ
[お申し込み] ☎ 06-6160-7045　定休日:日曜日

20 インターネットカフェとは何をする場所か知って得するネットカフェの使い方

インターネットカフェの説明、店内パソコンの使い方や動画の見方、本や雑誌を読みなどネットカフェの楽しさ利便性を体験頂けるゼミナールを開きます。

開催日時 11月8日(金)11:00～12:00

費　用：無料
持参品：身分証
定　員：1講座あたり6名
会　場：大阪市東淀川区豊新5-18-21
※11/1(金)から受付開始

コミックバスター上新庄店
[お申し込み] ☎ 06-6829-7812　定休日:なし

21 遺言の種類について学ぼう

「遺言」の種類は法律によって定められ、形式も決まっていることをご存知でしょうか？この機会に一緒に学びましょう。

開催日時 11月14日(木)10:30～11:30
11月27日(水)18:00～19:00

費　用：無料
定　員：1講座あたり3名
会　場：大阪市東淀川区下新庄5-10-17
シティハイツピコ205

行政書士社労士事務所フォレスタ
[お申し込み] ☎ 06-6328-7125　受付:10:00～19:00 定休日:土・日曜日及び祝日

22 ヘアーサロン開業38年のベテランオーナーが簡単に自宅で出来るヘッドスパ伝授

ヘッドスパは自律神経を整え癒し効果があります。
5分で出来るヘッドスパを覚え家族にしてあげてください。
受講者にも体験していただきます。

開催日時 11月5日(火)11:00～12:00
11月5日(火)19:00～20:00
11月25日(月)11:00～12:00

費　用：無料
定　員：1講座あたり5名
会　場：大阪市東淀川区豊新4-26-9-101

ヘアープティック24上新庄店
[お申し込み] ☎ 06-6329-3520　受付:10:00～19:00 定休日:不定期

23 まちの保健師直伝！ 人をつなぐ会話術

地域の人々の通う場や集う場を開きたい方、開いている方対象。コミュニケーションについて考えるワークショップ。

開催日時 11月11日(月)14:00～15:00
11月28日(木)14:00～15:00

費　用：無料
定　員：1講座あたり6名
会　場：大阪市東淀川区豊新4丁目
26-3

よどきり医療と介護のまちづくり(株)
[お申し込み] ☎ 06-6328-2112　受付:9:00～17:00 定休日:土、日、祝

24 ホスピスナースと学ぶ 家でできる癒しの手当

大切な人がガンで苦しんでいる時(息苦しさ、だるさ、食事がおいしくないなど)家族ができるケアを紹介します

開催日時 11月21日(木)14:00～15:00

持参品：フェイスタオル1枚
費　用：無料
定　員：1講座あたり6名
会　場：大阪市東淀川区豊新4丁目
26-3

よどきり医療と介護のまちづくり(株)
[お申し込み] ☎ 06-6328-2112　受付:9:00～17:00 定休日:土、日、祝

25 結婚相談業17年の津熊照美が教えるあなたの知らない結婚相談の世界

私、津熊照美は17年以上結婚相談業をして参りました。お見合いってどんな人がどこでするの？等お話をさせて頂きますよ～

開催日時 11月23日(土)16:00～17:00
11月30日(土)16:00～17:00

費　用：無料
定　員：1人～
会　場：東淀川区西淡路ライオンズ
マンション東淀川806

結婚相談所カインド
[お申し込み] ☎ 080-5713-3418　受付:15:00～20:00 定休日:なし

26 相続に精通した不動産業者が教える終活

ご自身の終活プランの作成のお手伝いをさせて頂きます。
・争続にならない相続対策や得する相続対策
・収益物件の上手な維持管理方法

開催日時 11月7日(木)10:00～12:00・13:00～15:00
11月14日(木)10:00～12:00・13:00～15:00

持参品：筆記具等
定　員：1講座あたり8名
費　用：無料
会　場：大阪市東淀川区豊新5丁目19番
1号パークノヴァ壱番館203号

有限会社 エイ ズィー プラン
[お申し込み] ☎ 06-6329-2770　受付:10:00～19:00 定休日:不定休

27 独立開業(飲食店)に向けての売上予算、着地作成の仕方

飲食店で独立開業(飲食店以外も可)を検討されている方、売上予算作成について学びたい方。飲食店経営に行うにあたっての売上予算の作成や着地作成業務について関心のある方は是非。

開催日時 11月7日(木)15:00～16:00
11月14日(木)15:00～16:00

対　象：これから独立開業を検討されている方(飲食店以外でも可)
費　用：無料
定　員：1講座あたり4名
会　場：大阪市東淀川区東淡路4-17-12

健康豚焼肉豚元
[お申し込み] ☎ 06-6195-2925　受付:15:00～22:00 定休日:水曜日

主催：東淀川まちゼミ実行委員会