

1. 楽しく学べる♪ セルフケアレッスン!

マスク生活で、お肌悩みはありませんか?自分で出来る、おうちマッサージを一緒にしましょう♪

対 成人女性
定 5名
持 なし
費 0円
講 横山美奈

開催日 8/7(土)・9/8(水)
9/18(土)
各日 10:00~11:30

POLA 城東ショップ
甲府市城東 1-9-4
TEL.055-232-2565
〈受付〉10:00~17:00 定休日 土・日・祝

2. Let's try kick! ミット de ダイエット

講師は女性!
ダイエット・ストレス解消に!
誰でも簡単にできるミット蹴りて体を動かしませんか?ストレッチ柔軟もしっかりやります!

対 12歳以上
定 3名
持 タオル、着替え、飲み物
費 0円
講 六車美樹

開催日 8/9(月)17:00~18:30
8/28(土)16:00~17:30
9/4(土)16:00~17:30

みき整体ラボ
甲府市中央 1-1-7 飯田ビル 2階
TEL.080-3158-3269
定休日 火、日
〈受付〉インターネット24時間 rokusha3@gmail.com

3. 家族で アロマトリートメントを楽しもう

アロマセラピーの基本をおさえて赤ちゃんからお年寄りまで家族で「触れるケア」を楽しみましょう。ハンドトリートメントをやってみます。

対 どなたでも
定 2名
持 なし
費 300円 (オイル代)
講 小林美香

開催日 8/19(木)・8/26(木)
9/2(木)
各日 10:00~11:30

アロマセラピーサロン水無月
甲府市城東 1-10-7
TEL.090-7284-5391
〈受付〉10:00~21:00 定休日 日

13. 夏だ!泡だ! スパークリングワイン講座

初心者向けスパークリングの基礎、楽しみ方を学びます。もちろん、山梨県産も!料理4品と共に堪能。当店は、山梨県グリーンゾーン認証店です。各々離れた着席となります。

対 20才以上、妊娠中の方は不可。
定 5名 持 筆記用具
費 2,200円(ワイン、料理代)
講 集堂名保美 (ソムリエ)

開催日 8/22(日)・8/29(日)
9/5(日)・9/12(日)
各日 18:00~19:00

ビストロ メゾン・ド・ルージュ
甲府市丸の内 1-14-10
内藤ビル 1階 B
TEL.055-268-3331
〈受付〉10:00~21:00 定休日 不定休

14. 夏休みの自由研究にどうぞ 「煮干しの解剖」 オンライン講座

五感を使って魚の体の仕組み、命、感謝の気持ちのフードコンシャスネス教育講座。親子でも大人お一人様でも。資料は夏休み自由研究にお使い下さい。

対 小学生~大人
定 8名
持 煮干し、筆記用具
費 0円 講 集堂名保美 (フードコンシャスネスインストラクター)

開催日 8/7(土)・8/8(日)
各日 13:30~15:00

ビストロ メゾン・ド・ルージュ <https://r.google.jp/bistro-rouge/free/zemi>
甲府市丸の内 1-14-10 内藤ビル 1階 B

受付・受講方法のサポートなどは、ホームページに詳細がございます。QRコードを読み取ってください。

15. 暑い夏に楽しみたい! アイスコーヒーを美味しくいれるコツ

暑い夏こそ爽やかなアイスコーヒーを!コツさえ知っていれば自宅で美味しいアイスコーヒーを作るのは難しくありません!

対 どなたでも 定 5名
持 なし
費 0円
講 奥秋曜子

開催日 8/7(土)
10:00~11:00
13:00~14:00

タケイコーヒー
甲府市青沼 3-5-6
TEL.055-232-2223
〈受付〉12:00~17:00 定休日 日

4. 足を丈夫に健康長寿

歩行は人間として必要な運動の一番大切なそして効果的なことです。それを楽しく支える靴・足の仕組みを知り、履物の効用を知りましょう。

対 どなたでも
定 5名
持 なし
費 0円
講 高野洋志雄

開催日 9/2(木)・9/5(日)
9/8(水)
各日 11:00~12:00

吉字屋履物店
甲府市中央 4-4-28
TEL.055-233-0175
〈受付〉11:00~18:00 定休日 日

5. マスクを味方に!デイリーメイク

マスクメイクのポイントは目元!60分マンツーマンでテクニックをマスターできます。眉でお悩みの方◎お土産つき。1時間お2人づつ。下記のQRコードの公式LINEから申し込みOKです。

対 どなたでも 定 2名
持 お使いのアイライナー、マスク(コロナ対策にご持参下さい。)
費 0円
講 出月千恵美・齊藤好以

開催日 9/3(金)・9/14(火)
各日 11:00~12:00
12:30~13:30
14:00~15:00

CP サロン addLUSTER アドラスター
甲府市丸の内 1-14-14 オリオン共同ビル 107
TEL.055-236-8228
〈受付〉11:00~20:00 定休日 日・月・祭日

6. オンライン講座 美味しい桃のカットの仕方

完熟した桃の美味しいジュース(果汁)を出来るだけこぼさずに綺麗にカットしよう!!
これであなただもシェフ気分

対 どなたでも 定 10名
持 桃、ペティナイフ
費 0円
講 古屋浩

開催日 8/7(土)・8/8(日)
各日 10:00~10:30

葡萄屋 kofu
甲府市丸の内 1-1-25 甲州夢小路店
TEL.055-253-2108
定休日 なし
〈受付〉インターネット24時間 info@provincia.yamanashi.jp

16. お琴体験教室 気軽にふれてみませんか

日本の伝統芸能のお琴を弾いてみませんか?
弾き方から学び、「さくらさくら」!「通りゃんせ」を合奏してみよう。

対 小学生から大人まで
定 3名
持 なし
費 300円 (教材費)
講 田村瞳声

開催日 8/10(火)・8/24(火)
9/4(土)
各日 13:30~15:00

田村瞳声おこと教室
甲府市中央 1-1-7 飯田ビル 2F
TEL.090-8729-5218
〈受付〉10:00~17:00

17. 夏休み特別企画 ~世界のお札を徹底調査!~

お金にまつわるクイズを解きながら、資料館を見学しよう。夏休み中は展示室が真っ暗に!?特別なライトでお札の工夫を調査しよう!

対 小学校3,4,5年生向け
定 なし。混雑時はお待ちいただく場合がございます。
持 なし 費 0円
講 金融資料館スタッフ

開催日 8/10(火)~8/31(火)
9:00~17:00
金・土・祝日除く

山梨中銀金融資料館
甲府市中央 2-11-12
TEL.055-223-3090
〈受付〉予約不要(10名以上要予約) 定休日 金・土・祝日

18. 親子で学ぼう! 甲州印伝

住んでいる町の産業を知って夏休みの自由研究のヒントにしませんか!?甲州印伝の技法や歴史などをガイド付きで学びましょう。

対 小学生以上~大人
(小学生は保護者同伴)
定 8名 持 なし
費 入館料(大人200円・小学生100円)
講 博物館スタッフ

開催日 8/11(水)
11:00~11:40
14:00~14:40

印傳博物館
甲府市中央 3-11-15
定休日 なし
〈受付〉インターネット24時間 museum@inden-ya.co.jp

7. お家でパフェを作ってみよう

葡萄屋kofuハナテラスcaféの人気メニューフルーツパフェを家庭用にアレンジ!カフェスタイルでおもてなしなどいかがですか?

対 どなたでも 定 8名
持 なし
費 1,000円 (材料費)
講 古屋浩

開催日 8/8(日)
13:30~14:30

葡萄屋 kofu
甲府市丸の内 1-1-25 甲州夢小路店
TEL.055-253-2108
〈受付〉11:00~17:00 定休日 日
※会場は同社の事務所 (甲府市千塚 2-16-1) です。

8. 野菜が食べなくなる ニンジンドレッシング

シェフと一緒にドレッシング作りを実践します。

対 どなたでも 定 5名
持 筆記用具・タッパー・エプロン
費 0円
講 小山貞紀

開催日 8/8(日)・8/15(日)
8/22(日)
各日 15:00~16:00

山梨レストランメリメロ
甲府市丸の内 1-1-25 甲州夢小路内
TEL.055-298-6668
〈受付〉11:30~21:00 定休日 毎週月・第1・3火

9. 楽しく作ろうスワンシュー

シュー生地作りのコツをプロが教えます。カワイイ、スワンシューに仕上げます。

対 どなたでも
定 5名
持 エプロン、きれいなシューズ
費 500円 (材料費)
講 小川義美

開催日 8/9(月)・8/12(木)
8/16(月)
各日 13:30~15:00

早川ベーカリー
甲府市中央 1-1-2
TEL.055-235-1515
〈受付〉10:00~19:00 定休日 火・第3水(不定期)

19. 自作 PC 講座

WindowsPCをバラして中身を覗いてみましょう。中身のパーツを知ればあなたのPCに名前を付けられるかも!?

対 どなたでも
定 2名
持 なし
費 0円
講 永田和孝

開催日 8/11(水)・8/15(日)
8/22(日)
各日 14:00~15:00

永田楽器店
甲府市朝日 2-16-15
TEL.055-252-2982
〈受付〉9:30~19:00 定休日 月

20. 老舗和菓子屋が説明する 20. バンクシーの見方

コレクターである甘養亭河喜の専務が説明するバンクシーを含むストリートアートの魅力。次世代アーティストの見つけ方。当日はバンクシーの本物などお持ちします。

対 どなたでも
定 7名
持 なし
費 0円
講 池上宗遠

開催日 8/11(水)・9/8(水)
各日 14:00~15:00

甘養亭河喜
甲府市丸の内 1-21-15 岡島百貨店地階
TEL.0556-62-0029
〈受付〉11:00~16:00 定休日 日

21. 人物館クイズラリーに チャレンジ!

人物館の展示を見ながら10問の問題を解いていきます。全問正解すると人物館の記念品をプレゼント!

対 小学生以上
定 20名
持 なし
費 0円
講 人物館スタッフ

開催日 9/5(日)・9/12(日)
各日 9:00~16:00

山梨近代人物館
甲府市丸の内 1-6-1 山梨県庁舎別館 2F
TEL.055-231-0988
〈受付〉9:00~17:00 定休日 第2・4火

10. 夏野菜たっぷり お手軽な煮かボナータ オンライン講座

簡単にアレンジ自在、作り置きにもぴったりな重ね煮のカボナータ。野菜だけでおいしく料理を仕上げるコツをマクロピも交えてお伝えします。

対 中学生以上 定 8名
持 なし 費 0円
講 平野由布

開催日 8/10(火)・8/11(水)
各日 19:00~20:00

フルウント甲府 www.fluunt.net/
甲府市中央 1-1-7 飯田ビル 1F

受付・受講方法のサポートなどは、ホームページに詳細がございます。QRコードを読み取ってください。

11. 大豆ミートで作る 生姜焼き講座 オンライン講座

お肉の定番家庭料理を大豆ミートでお弁当にも便利な生姜焼きを作りながら、もどし方のポイントや味付けのコツなどをお伝えします。

対 中学生以上 定 8名
持 なし 費 0円
講 平野由布

開催日 8/17(火)・8/18(水)
各日 19:00~20:00

フルウント甲府 www.fluunt.net/
甲府市中央 1-1-7 飯田ビル 1F

受付・受講方法のサポートなどは、ホームページに詳細がございます。QRコードを読み取ってください。

12. おうちで楽しむ! 簡単食パンアレンジレシピ講座 オンライン講座

おうち時間を楽しく過ごそう!パンのプロが教える誰でもできる簡単だけどおいしくて見た目も楽しい食パンのアレンジ。

対 どなたでも 定 5名
持 なし 費 0円
講 梅本 学

開催日 8/15(日)
11:30~12:30
13:30~14:30

丸十山梨製パン <http://www.marujupan.co.jp/>
甲府市丸の内 2-28-6

受付・受講方法のサポートなどは、ホームページに詳細がございます。QRコードを読み取ってください。

22. 現役看護師が教える ~よくわかる介護保険講座~

「介護保険って何だろう?」「お金はどれくらいかかるの?」「いざ介護となるとわからない事ばかり。看護師がわかりやすくお話しします」

対 どなたでも
定 5名
持 なし
費 0円
講 露木里恵

開催日 8/25(水)・9/8(水)
各日 14:00~15:00

暮らしの保健室晴ればれ
甲府市中央 1-5-6 デュオビルズ甲府 1F
TEL.055-236-8611
〈受付〉10:00~16:00 定休日 土・日・祝

23. 自然を楽しむ! 23. ハイキング講座

今年の秋からアウトドアを楽しむという方に、好日山荘スタッフおすすめのハイキングコースや、持っていくと便利な道具などをご紹介します。

対 どなたでも
定 8名
持 筆記用具
費 0円
講 土屋弘子

開催日 9/19(日)
14:00~14:30

好日山荘 甲府岡島店
甲府市丸の内 1-21-15 岡島百貨店 3階
TEL.055-231-0699
〈受付〉10:00~19:00 定休日 日

24. 鍋のコゲをとってみよう!

お家にある鍋のコゲをとってピカピカにしませんか。茶渋の取り方も学べます。

対 未成年の方は保護者と一緒に
定 3名
持 なし
費 0円
講 前田真子

開催日 8/28(土)
11:00~12:00
9/15(水)・9/20(月)
15:00~16:00

リビングセンターマエダ
甲府市中央 1-12-46
TEL.055-235-6121
〈受付〉10:00~18:30 定休日 日

25. 教えてサムさん! バンドやろうぜ! 親子編

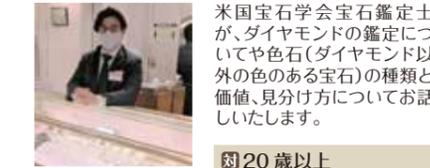


バンドに興味があるあなた! 青空の下で楽器を鳴らしホコ天ライブを体験してみよう!

※どなたでも
定10名(5組)
持自分の楽器があれば持込可
費0円
講師ダイナマイト・サム

SAM'S BAR Chai Chai
甲府市中央 1-5-8
TEL.090-2228-4477
〈受付〉10:00~22:00 定休日 日
会場はかすがも〜デュオヒルズ甲府(甲府市中央1-5-6) 公開空地です。

28. 宝石鑑定士が教える ジュエリーの見分け方講座



米国宝石学会宝石鑑定士が、ダイヤモンドの鑑定についてや色石(ダイヤモンド以外の色のある宝石)の種類と価値、見分け方についてお話しいたします。

※写真はイメージです

※どなたでも
定2名
持なし
費0円
講師望月知秀

ジュエリーマイン
甲府市丸の内 1-21-15 岡島百貨店 3階
TEL.055-231-0638
〈受付〉10:00~19:00 定休日 なし

31. トールペイント マーガレットを描こう!



ミニボードにマーガレットを描きます。型紙を使うので絵心がなくても大丈夫です。ウェルカム又はトイレットの文字を入れます。

※どなたでも
定2名
持エプロン、おてふき
費500円(ミニボード・絵具代)
講師早川恵美

emi フラワーペイント
甲府市太田町 2-21
TEL.080-1057-7533
〈受付〉10:00~18:00 定休日 不定休

7.22 申し込みスタート! お申し込みは各店へ

- 各店へ直接お申し込み下さい。
- ・定員になり次第締め切りとなります。(一部抽選方式)
 - ・申し込みは各店の受付時間内をお願いします。(一部インターネット申し込み)
 - ・受付初日は申し込みが集中し電話回線が混雑します。
 - ・受講者が限定されている講座があります。
 - ・講座の場所、持ち物、材料費等をご確認ください。
 - ・お申し込み後のキャンセルは、材料費を頂戴する場合があります。

新型コロナウイルス感染予防に注意して開催いたします。

新型コロナウイルス
感染予防対策
受講者の皆様へ
のお願い



安心・安全
講師店の
予防対策



※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、講座の内容を一部変更またはやむをえず中止とする場合がございます。あらかじめご了承ください。

26. コロナに負けない!! マネーセミナー



人生100年時代を自分なりの価値観で豊かに過ごすためには、~今から考える自分らしいセカンドステージ~

※どなたでも
定5名
持なし
費0円
講師大森将平

マニユライフ生命保険 甲府支社
甲府市中央 2-9-21 ファース甲府ビル 6F
TEL.055-225-2501
〈受付〉9:00~17:00 定休日 土・日・祝

29. キャンドル作成 ワークショップ



自作キャンドルでおうち時間にアクセントを! 桜町で参加型キャンドルナイトイベントも企画中。みんなで持ち寄り街に憩いの空間を作ってみよう!

※どなたでも
定8名(4組)
持なし
費0円
講師山梨学院大学経営学部今井ゼミ生

山梨学院大学 経営学部 今井ゼミ
TEL.055-237-5693 甲府市 中心市街地振興課
〈受付〉8:30~17:15 定休日 土・日・祝
当日の会場は甲府市役所(甲府市丸の内1-18-1) 1F市民活動室です。

32. 透明感たっぷり! ハーバリウムお箸づくり



レジンを使って本物のお花を封入したオンリーワンのお箸を作ります。可愛く作ってそのあとも活用できる実用的なアイテムです。

※どなたでも
定4名 持なし
費1,200円(お箸・プリザーブドフラワー・レジ液代)
講師村松千賀

Sweet mom
甲府市丸の内 1-15-10
TEL.080-2090-7138
〈受付〉11:00~18:00 定休日 火

27. 突然の災害に備えよう! 登山用具は防災用具



登山やキャンプで人気のコンロ、テント、シュラフなどの用具は、災害時やいざという時も、非常に役立ちます。今回、その使い方を教えます。

※どなたでも 定6名
持なし 費0円
講師天野和明

石井スポーツ ヨドバシ甲府店
甲府市丸の内 1-3-3
ヨドバシカメラマルチメディア甲府4F
TEL.055-221-0141
定休日 なし 〈受付〉9:30~22:00

30. 初めての占星術アロマセラピー



占星術的視点で精油を選択し、天体と星座に呼応した占星術アロマミストを作ります。占星術で自分を知り、香りで自分らしさをサポートします。

※どなたでも 定4名
持なし
費1,300円(精油・アルコール・アロマミストボトル代)
講師川澄玲花

Astro Aroma Puriri アストロアロマプリリ
甲府市丸の内 1-15-10 Sweet mom 内に開催
TEL.055-251-3814
〈受付〉11:00~16:00 定休日 火

33. 外でちょっと一息 杉板で作る縁台作り



毎月第2土曜日、商店街で木工品販売を行っている山梨県木造住宅協会です。幅900×奥行390×高さ330

※どなたでも
定3組(各組2名)
持なし
費3,000円(杉板、ビス、釘)
講師県内工務店、設計事務所、材木店

一般社団法人山梨県木造住宅協会
申込期間7/22~7/31 抽選日8/1
南アルプス市上今諏訪 850-1
TEL.055-298-4141
〈受付〉9:00~18:00(平日のみ) 定休日 土・日・祝
※会場は銀座1丁目ポケットパークです。

コロナに負けるな!! ころふまちゼミ

全国一斉 まちゼミ

開催期間 2021 8.7 Sat - 9.20 Mon 受付開始 2021 7.22 Thu Vol.8

まちゼミって何? お店の人が講師となって専門店ならではの専門知識やプロの技、暮らしに役立つ豆知識を無料で学べる少人数制の講座です。あなたのお店もまちゼミを実施してみませんか! (中心街対象) お気軽にお問い合わせ下さい TEL 055-233-2241 (甲府商工会議所)



受講料 無料

講座によっては材料費がかかるものがあります。販売行為はありません。安心して申し込みください



甲府まちゼミ公式 HP <https://www.genkinamachi-kofu.com/machizemi/>

主催 甲府まちゼミの会(甲府商工会議所) 協力 LLCまちづくり甲府 後援 甲府市