受付開始 2022.7.22 [Fri]　※7.22以降、各店へ直接お申し込みください。

1. 楽しく学べる♪ セルフケアレッスン！

夏の暑さによるベタつき・毛穴・くすみ悩み！
お肌の夏疲れ、夏バテ予防のお手入れ＆スキンケアの使い方を一緒にやってみましょう。

開催日 8/20(土)・9/4(日) 9/7(水) 各日 10:00〜11:30
対 どなたでも　定 3名　持 なし　費 0円　講 横山美奈

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※予約の場合は営業します。

2. 楽しくダンスを踊ってみよう！

基本的なステップやリズムの取り方など、丁寧にゆっくりお伝えします。

開催日 8/5(金)・8/19(金) 8/26(金) 各日 18:15〜19:15
対 年長〜小学4年生　定 5名　持 タオル、上履き、運動ができる服、飲み物　費 0円　講 篠原まな

MANA DANCE SCHOOL
甲府市青沼 3-5-44 甲府市総合市民会館 練習室
TEL.090-3100-7094
〈受付〉10:00〜16:00

3. 家族や友人と アロマテラピーを楽しもう

アロマテラピーの基本を学んだ後、好きな香りを選んでハンドトリートメントをやってみます。
2人1組で練習しますが、1名での参加も大丈夫です。

開催日 8/18(木) 10:00〜11:30 8/26(金) 19:00〜20:30 9/8(木) 10:00〜11:30
対 どなたでも　定 2名　持 なし　費 300円（オイル代）　講 小林美香

アロマトリートメントサロン水無月
甲府市城東 1-10-7
TEL.090-7284-5391
〈受付〉10:00〜18:00　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。

開催日 8/3(火)・8/6(土) 8/9(火) 各日 11:00〜11:40
対 どなたでも　定 5名　持 なし　費 0円　講 髙野洋志雄

吉字屋履物店
甲府市中央 4-4-28
TEL.055-233-0175
〈受付〉10:30〜18:30　定休日 なし

5. 崩れない♪くすまない♪ 夏のメークレッスン

コロナ禍、マスク生活でのメークのお悩み解決。
オンライン映えするメークのコツや、マスクによる蒸れ・崩れ対策をレッスンしましょう。

開催日 8/10(水)・8/20(土) 各日 10:30〜11:30
対 女性　定 2名　持 なし　費 0円　講 三森栄子

POLA 貢川 AYU 店
甲府市貢川本町 3-11-D
TEL.055-225-6818
〈受付〉9:00〜17:00
定休日 日・祝　※ご相談に応じます。

6. 3つのスパイスで作る 本格マサラチャイ

家でも作れる本格チャイの作り方を3ステップで簡単レクチャー。家でも作れるチャイキットをお土産としてご用意します。

開催日 8/29(月) 10:30〜12:00
対 どなたでも　定 5名　持 なし　費 500円(材料費等)　講 望月良亮
インスタの DM からのみ https://www.instagram.com/livspice_ymns/

LIV SPICE
甲府市城東 1-11-23
QR コードを読み取って、インスタグラムの DM からお申し込みください。

7. 「そばいなり」作り体験

本格的な手打ちそばを使用した「そばいなり」作りを習得して特技を増やそう！！

開催日 8/23(火)・9/6(火) 9/13(火) 各日 15:00〜16:00
対 どなたでも　定 4名　持 エプロン、バンダナ　費 1,000円（そば、いなり揚げ代など）　講 鮎川政文

手打ちそば　円寿
甲府市朝日 2-19-16 朝日ハイツ 1 号
TEL.080-5887-4521
〈受付〉14:00〜16:00　定休日 月・火

8. いつものお刺身が 本格カルパッチョに！

いつもの食卓に並ぶお刺身を彩り鮮やかなイタリアンの一皿にしてみませんか？
アンティパストの定番、カルパッチョの作り方講座です。

開催日 9/1(木)・9/8(木) 9/15(木) 各日 15:00〜16:00
対 どなたでも　定 4名　持 なし　費 0円　講 石場利明

トラットリア パキーノ
甲府市丸の内 1-1-25 甲州夢小路内
TEL.055-225-4380
〈受付〉10:30〜19:00　定休日 月

9. みんな大好きロールケーキ

失敗しないスポンジつくりのコツ、上手に作れるロールケーキの基本、ここだけの裏技教えます。

開催日 8/8(月)・8/15(月) 8/29(月) 各日 13:30〜15:00
対 どなたでも　定 5名　持 エプロン、きれいなシューズ、帽子　費 500円（材料費）　講 小川義美

早川ベーカリー
甲府市中央 1-1-2
TEL.055-235-1515
〈受付〉10:30〜19:00　定休日 火・水（不定期）
申込期間:7/22〜7/24 抽選日:7/25 7/25以降に当選者のみ電話でお知らせします。

10. 甲州オレンジワイン講座

話題の甲州オレンジワインを料理と共に気軽にわかりやすく学びます。
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。

開催日 9/4(日)・9/11(日) 各日 18:00〜19:30
対 20 才以上、妊娠中の方は不可。　定 8名　持 筆記用具　費 2,500円(ワイン、料理代)　講 集堂名保美（ソムリエ）

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

11. 大豆ミートで 簡単スパイスキーマカレー

話題の大豆ミートをよりおいしく調理するコツを、野菜の旨味の活かし方やスパイスの基本的な使い方なども合わせてお伝えします。

開催日 8/21(日)・8/28(日) 各日 16:00〜17:15
対 中学生以上　定 8名　持 エプロン、筆記用具　費 200円(材料代)　講 平野由布
ネットにて 24 時間 https://www.fluunt.net/cookingclass

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 オンライン講座 大豆ミートで 簡単ミートソース

ちょっとしたポイントで、お肉なしでもしっかりコクと旨味のあるミートソースが簡単に作れます。
大豆ミートの使い方をマスターしちゃいましょう！

開催日 9/3(土)・9/10(土) 各日 16:00〜17:00
対 中学生以上　定 8名　持 なし　費 0円　講 平野由布
ネットにて 24 時間 https://www.fluunt.net/cookingclass

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。

13. プロが教える「寿司とデザート」づくり講座

創業５０年越えの福寿司店主福田が「漬けマグロとにぎり寿司」を、大人気料理研究家守屋若奈が「茶碗蒸しとデザートづくり」を教えます。当日は実際に作ってもらい、お持ち帰りいただきます。

開催日 8/21(日) 10:00〜11:30 12:00〜13:30 14:00〜15:30 16:00〜17:30
対 4歳以上。小学生以下は大人と2人で。　定 8名　持 エプロン　費 4,000円（材料費）　講 福田稔・守屋若奈

福寿司
甲府市中央 1-16
甲府 FL ビル 1F
TEL.055-237-2954 fukuzushi2951@gmail.com
〈受付〉18:00〜22:00　定休日 日・不定休
申込締切8/16 メールまたは電話により申し込み(先着順)

14. 靴のサイズの話と足長測定

靴のサイズの意味など靴を選ぶ上で役に立つ話と足長＆足幅を測って正確な自分の足のサイズを知ってみませんか？

開催日 8/20(土)・9/4(日) 9/19(月) 各日 15:00〜16:00
対 どなたでも　定 2名　持 なし　費 0円　講 藤川ひろし

シューズショップ藤川
甲府市朝日 5-5-13
TEL.055-252-7992
〈受付〉12:00〜19:00　定休日 なし

15. 宝石鑑定士が教える ジュエリーの見分け方

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。

開催日 8/22(月)〜9/20(火) 11:00〜16:00 随時開催しますので日時はご相談下さい
対 20 歳以上　定 2名　持 筆記用具　費 0円　講 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.055-231-0683
〈受付〉10:00〜19:00　定休日 なし

16. 6か月で結果が出る！ 恋愛・婚活セミナー

婚活中の方や婚活に興味がある方必見！正しい婚活の方法をお伝えします。男性脳女性脳の専門家が伝授。
親御さんのご参加も可能です。

開催日 8/8(月) 19:00〜20:00 8/27(土)15:00〜16:00 9/11(日)14:00〜15:00
対 20 歳〜 59 歳　定 5名　持 なし　費 0円　講 天野さやか

パピヨン結婚相談所
甲府市青沼 3-5-44 甲府市総合市民会館
TEL.070-4812-5753
〈受付〉10:00〜20:00　定休日 月

17. 50 代からの ちょいワルオヤジの着こなし

ちょいワルとは不良っぽい服を着るということではありません。もっと人生を楽しむためにご自分では選ばない服に挑戦してみませんか？

開催日 9/17(土)・9/18(日) 各日 18:00〜19:00
対 50 才以上　定 2名　持 なし　費 0円　講 浅川敏行

ファッションスペース タマヤ
甲府市朝日 4-1-2
TEL.055-252-4461
〈受付〉11:00〜18:00
定休日 なし
申込期間:7/22〜9/10 9/10以降電話でお知らせします。

18. コロナに打ち勝つ！ お金の知識

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〜

開催日 8/6(土)・8/20(土) 8/27(土) 各日 10:30〜12:00
対 どなたでも　定 5名　持 筆記用具　費 0円　講 柏木学

マニュライフ生命保険 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

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に名前を付けたくなるかも！？

開催日 8/10(水)・8/24(水) 8/28(日) 各日 14:00〜15:00
対 どなたでも　定 2組　持 なし　費 0円　講 永田和孝

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. 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ます♪

開催日 8/24(水)・9/14(水) 各日 14:00〜15:00
対 どなたでも　定 5名　持 なし　費 0円　講 露木里恵

暮らしの保健室晴ればれ
甲府市中央 1-5-6 デュオヒルズ甲府 1F
TEL.055-236-8611
〈受付〉10:00〜14:00　定休日 土・日・祝

21. 人物館クイズにチャレンジ！

人物館の展示を見ながらクイズに挑戦しましょう。
参加いただいた方には人物館オリジナルの記念品をプレゼント！

開催日 8/8(月)〜31(水) 9:00〜16:00 (随時開催)
対 小学生以上　定 5名 混雑時はお待ちいただくことがございます。　持 なし　費 0円　講 人物館スタッフ

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〉9:00〜16:00　定休日 第2・4火

22 オンライン講座 ZOOMで自由研究！？ 夏の資料館ツアー

ZOOMを使って、家にいながら金融資料館を見学しよう！自由研究のヒントや、企画展の見どころを解説！
メールアドレスから申し込んでね！

開催日 8/10(水)・8/12(金) 各日 14:00〜15:00
対 どなたでも　定 30 名　持 なし　費 0 円　講 亀井大輔
QR コードよりメールアドレスを読み込んで①名前、②連絡先、③お住いの市町村名を記入して送ってください。

山梨中銀金融資料館 shiryoukan@yamanashibank.co.jp
甲府市中央 2-11-12
TEL.055-223-3090
〈受付〉メールにて24ｈ　定休日 日・月・火・祝

23 受付抽選方式 トールペイント マーガレットを描こう！

ミニボート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。
ウエルカム又はトイレットの文字を入れます。

開催日 8/8(月) 10:00〜11:00 8/19(金)13:00〜14:00 8/19(金)14:30〜15:30
対 どなたでも　定 2名　持 エプロン、お手ふき　費 500円（ミニボード・絵具代）　講 早川惠美

emi フラワーペイント
甲府市太田町 2-21
TEL.080-1057-7533
〈受付〉10:00〜17:00　定休日 不定休
申込期間7/22〜7/29 抽選日7/30 7/30以降当選者のみ電話でお知らせします。

24. 読書の秋に向けて「しおり」を作ってみませんか？

気に入った用紙を選びましょう。好きな絵柄をひとつ選んで活版印刷に挑戦！
最後にハトメ加工を施して自分だけの「しおり」の完成です。

開催日 8/9(火)・8/16(火) 8/23(火)・8/30(火) 9/6(火)・9/13(火) 各日10:30〜12:00
対 どなたでも　定 2名　持 なし　費 500円(用紙代、リボン代、版代)　講 小澤美寿々・塚越高之

オリオン活版印刷室
甲府市丸の内 1-15-2A
TEL.055-234-5527
〈受付〉10:30〜17:00　定休日 月・木・祝

健康・キレイ　食べる　学ぶ　つくる

対 対象　定 定員　持 持ち物　費 材料費　講 講師

オンライン講座と店舗で開催する講座があります

PCのアイコンがオンライン講座です。

あなたのお店も“まちゼミ”に参加しませんか？

お店の新しいファンづくりが期待できるまちゼミにあなたのお店も参加してみませんか？
お気軽に下記までお問合せください。（参加は中心街のお店に限ります）

甲府まちゼミの会（甲府商工会議所）
TEL055-233-2241
https://www.genkinamachi-kofu.com/

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にお願いします。（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。

オンラインまちゼミについての注意点

- チラシのQRコードよりお申込みください。
- 申込時には、お名前・ご希望日時・人数・連絡先などを記載の上、送信してください。
- 講師より返信がありましたら、申込み完了です。（先着順、または抽選のため、受講できないこともあります。ご了承ください。）

このアイコンのある講座がオンライン講座です。

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
入場口脇は消毒をお願いします／マスクを着用しましょう／発熱のある方の入場はご遠慮願います

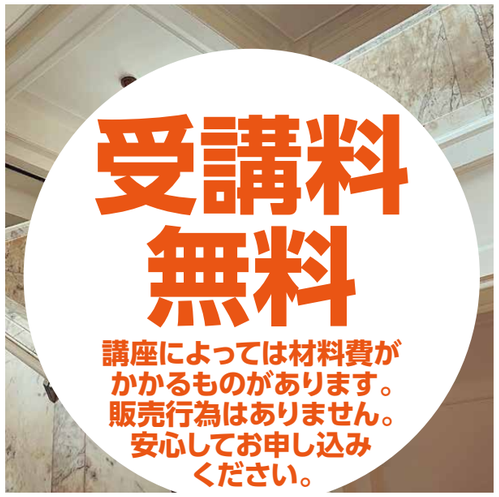
安心・安全 講師店の予防対策
入場口脇は消毒をお願いします／定期的に消毒をしています／換気をしています

※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。

＼コロナに負けるな!!／

こうふまちゼミ

開催期間 2022 8.8【Mon】－9.20【Tue】
受付開始 2022 7.22【Fri】
Vol.10



まちゼミとは

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）

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