

41 Yes,NO だけで快適愛犬ライフ♪

愛犬と横に並んで
楽々お散歩…は夢じゃない!
愛犬との距離を
さらに縮めてみませんか?

①4/27 (土) 13:00 ~ 14:30
②5/4 (土) 13:00 ~ 14:30
③5/11 (土) 13:00 ~ 14:30
④5/18 (土) 13:00 ~ 14:30

①各回 5名または3組 ②初心者限定 ③なし ④0円
⑤浦川 美紀

〔有〕テスコ・プランネット ☎04-7125-6931
野田市中根 137/ 受付 10:00 ~ 19:00/ ⑥: 水

42 新聞を読むと損をふせげる!?~不動産編~

新聞を読んでシリーズ第1弾
プロと一緒に新聞から正しい
情報を知り、家・土地での
失敗を防ぎましょう!

①4/25 (木) 10:00 ~ 11:30
②5/5 (日) 10:00 ~ 11:30
③5/15 (木) 10:00 ~ 11:30

①各回 4名 ②どなたでも ③なし ④0円
⑤藤本透・小出穂之

読書センター 藤本新聞店 ☎04-7124-2457
野田市野田 585-2/ 受付 9:00 ~ 19:00/ ⑥: なし

43 色々なお香を色々な方法で聞いてみよう。

ひとくちにお香と言っても、
その香りや形は実に多彩です。
そんなお香を気軽に
楽しみたいと思います。

①4/24 (水) 10:30 ~ 11:30
②5/11 (土) 10:30 ~ 11:30
③5/17 (金) 10:30 ~ 11:30
④5/23 (木) 10:30 ~ 11:30

①各回 3名 ②どなたでも ③なし ④0円 ⑤沼野秀樹

沼野佛具店 ☎04-7122-3680
野田市野田 694/ 受付 10:00 ~ 18:00/ ⑥: 月

44 そうだ、野田で創業しよう!

新規で創業したい方、副業で少し稼ぎたい方、
新しい事業を始めたい方、お気軽にご相談下さい。

①4/26 (金) 10:00 ~ 11:00
②5/9 (木) 14:00 ~ 15:00
③5/15 (水) 10:00 ~ 11:00
④5/21 (火) 14:00 ~ 15:00
⑤5/27 (月) 10:00 ~ 11:00
上記以外も対応可能です。
ご相談ください。

①各回 1名または1組 ②どなたでも ③筆記用具 ④0円
⑤中小企業相談所 経営指導員 平井・長妻・高倉・牧

野田商工会議所 ☎04-7122-3585
野田市中野台 168-1/ 受付 8:30 ~ 17:30/ ⑥: 土・日・祝

45 エコポイント講習とIH・ガス台調理くらべ

消費税確定後の
住宅エコポイントの講習と
IH・ガスの調理の比較

①5/18 (土) 14:00 ~ 16:00

①8名 ②どなたでも ③なし ④0円 ⑤横手裕二

株野田ハウス ☎04-7125-2350
野田市中花輪 1342/ 受付 9:00 ~ 17:30/ ⑥: 日・祝

46 そうだ!まちゼミをやろう!

まちゼミに事業者として
参加したい!
でも何から始めれば?
そんな方に
野田まちゼミをご紹介します。

開催期間中
日程はご相談ください。

①各回 2名または2組 ②まちゼミに事業者として興味のある方 ③なし ④0円 ⑤小出穂之 (株)テスコ・プランネット

野田まちゼミ運営部 ☎04-7125-6931
野田市中野台 168-1 (樺のホール) / 受付 10:00 ~ 19:00/ ⑥: 水

47 知って得するシリーズ「高齢者のお片付け」

モノにあふれた生活。
整理したいけど…
片付けたいけど悩んでる方、
お片付けできるようになります。

①5/14 (火) 14:00 ~ 15:30
②5/16 (木) 10:00 ~ 11:30

①各回 4名または2組 ②どなたでも ③筆記用具 ④0円
⑤駒崎保子

やさしい住まいを考える会(有) ☎04-7124-8341
野田市清水 68 駒ビル 3F/ 受付 9:00 ~ 18:00/ ⑥: 日・祝

48 知って得するシリーズ「初めてのわかりやすい介護保険」

超高齢社会の中で誰もが
知っておくべきお話をします。

①5/10 (金) 14:00 ~ 15:30
②5/15 (水) 10:00 ~ 11:30

①各回 4名または2組 ②どなたでも ③筆記用具 ④0円
⑤駒崎保子

やさしい住まいを考える会(有) ☎04-7124-8341
野田市清水 68 駒ビル 3F/ 受付 9:00 ~ 18:00/ ⑥: 日・祝

49 新聞を使って災害時にも役立つグッズを作ろう

新聞は読むだけでなく、
色々な特性を持っています。
それを生かして災害時にも
使えるグッズと一緒に
作りましょう!

①5/8 (水) 10:30 ~ 11:30
②5/13 (月) 14:00 ~ 15:00
③5/14 (火) 10:30 ~ 11:30

①各回 4名 ②どなたでも ③なし ④0円 ⑤藤本透

読書センター 藤本新聞店 ☎04-7124-2457
野田市野田 585-2/ 受付 9:00 ~ 19:00/ ⑥: なし

50 頭皮用スプレー作り&ツボ押し実習

頭皮用スプレー作り&
頭のツボ押し実習

①5/19 (日) 10:00 ~ 11:30
②5/19 (日) 13:30 ~ 15:00

①各回 2名または1組 ②どなたでも ③タオル ④500円 ⑤西村美登里

ウイル企画(株) ☎04-7138-3036
野田市三島 988-12/ 受付 9:00 ~ 17:00/ ⑥: 土・日

51 5分で変わる! ゆがみ改善ストレッチ

ストレッチポールとひめトレを
使って全身のカラダのゆがみを
整えていきます。

①4/22 (月) 15:00 ~ 16:00
②4/30 (火) 13:00 ~ 14:00
③5/1 (水) 15:00 ~ 16:00
④5/3 (金) 11:00 ~ 12:00
⑤5/13 (月) 13:30 ~ 14:30
⑥5/25 (土) 12:30 ~ 13:30

①各回 3名 ②カラダのゆがみが気になる方 ③水・タオル・動きやすい服装 ④0円 ⑤高嶋朋之

運動ビレッジ MIYAKO ☎090-6709-3552
野田市中野台 825-1/ 受付 9:00 ~ 23:00/ ⑥: 不定休

52 3分でOK! ひざ痛、腰痛改善体操

エクササイズボールや踏み竹等を
使用して、肩こり・腰痛・膝痛の
予防改善をしていくクラスです。

①4/23 (火) 16:00 ~ 17:00
②4/26 (金) 16:15 ~ 17:15
③5/1 (水) 9:30 ~ 10:30
④5/7 (火) 9:30 ~ 10:30
⑤5/10 (金) 20:00 ~ 21:00
⑥5/18 (土) 13:30 ~ 14:30

①各回 3名 ②肩こり・腰痛・膝痛でお悩みの方 ③水・タオル・動きやすい服装 ④0円 ⑤満田留昭

運動ビレッジ MIYAKO ☎090-6709-3552
野田市中野台 825-1/ 受付 9:00 ~ 23:00/ ⑥: 不定休

53 誰でも変わる! 5分で簡単コアトレーニング

家で毎日できるコアトレーニング
4種目も実践を交えながら
お伝えします!

①4/22 (月) 13:30 ~ 14:30
②4/30 (火) 11:00 ~ 12:00
③5/6 (月) 15:00 ~ 16:00
④5/15 (水) 15:30 ~ 16:30
⑤5/21 (火) 20:00 ~ 21:00
⑥5/31 (金) 11:00 ~ 12:00

①各回 3名 ②肩こり・腰痛・膝痛でお悩みの方 ③水・タオル・動きやすい服装 ④0円 ⑤藤藤友行

運動ビレッジ MIYAKO ☎090-6709-3552
野田市中野台 825-1/ 受付 9:00 ~ 23:00/ ⑥: 不定休

54 肩凝りと四十肩、五十肩について

ちょっとした体操などを織り交ぜ
ながら肩凝りや腕の動きについて
お話いたします。

①4/27 (土) ②5/11 (土)
③5/18 (土) ④5/25 (土)
各日 16:00 ~ 17:30

①各回 4名 ②どなたでも ③なし ④0円 ⑤加藤義人

桜木接骨院 ☎04-7122-0181
野田市桜木 21-5/ 受付 9:00 ~ 19:00/ ⑥: 日・祝

55 失敗しないダイエット法

あなたと一緒に考える。
『あなたが痩せる』
ダイエット法をご提案します。

①4/22 (月) 10:30 ~ 12:00
②5/1 (水) 10:30 ~ 12:00
③5/18 (土) 10:30 ~ 12:00
④5/27 (月) 10:30 ~ 12:00

①各回 1名または1組 ②どうしても痩せたい方 ③なし ④0円 ⑤石塚千絵

耳つぼダイエット専門店 スピネル野田店 ☎0120-89-3320 ☎04-7137-7334
野田市中根 55-5 ロックビル 205/ 受付 10:00 ~ 20:00/ ⑥: 日・祝

56 NY 発祥の最新エアリアルヨガを体験しよう。

初めてでも楽しくエクササイズ、
心も身体もすっきりリフレッシュしよう。

開催期間中 (営業日内)
毎週月曜日 9:30 ~ 11:00/20:00 ~ 21:30
毎週木曜日 11:00 ~ 12:30/18:30 ~ 20:00

①各回 4名 ②どなたでも ③運動できる格好、タオル ④0円 ⑤森山すみみ・土岐優葉

トータルボディサポート Regulus ☎04-7136-7417
野田市野田 697-1/ 受付 9:30 ~ 21:30/ ⑥: 不定休 (GWは休み)

57 体幹トレーニングの基本を学ぼう

腰痛予防や姿勢改善、
また各種スポーツの
競技力向上など目的に
合わせてご指導します。

①5/12 (日) 11:00 ~ 12:00
②5/12 (日) 14:00 ~ 15:00

①各回 3組 ②どなたでも ③なし ④0円 ⑤大駒龍志

なかむら接骨院 ☎04-7157-3907
野田市野田柳沢 56/ 受付 9:00 ~ 20:00/ ⑥: 日・祝

58 運動不足が気になるけど運動は苦手という方…朗報です!

【週末限定・早朝7時】
公園に大集合…フラのステップ
で筋力と若さを取り戻そう!
フラ未経験でもOK!!

①4/27 (土) 7:00 ~ 8:00
②5/12 (日) 7:00 ~ 8:00
③5/18 (土) 7:00 ~ 8:00
④5/26 (日) 7:00 ~ 8:00

①各回 3名 ②女性 ③Tシャツ・タオル・ドリンク ④0円 ⑤青木みどり ⑥清水公園 第1公園広場 (雨天は下記スタジオ)

フラ ハーロー ラウレア ☎04-7197-3861
野田市野田 783-0 レールマンマンション野田203号/ 受付 10:00 ~ 21:00/ ⑥: 日・水・祝

59 インナーマッスルを鍛えるボイストレーニング♪

“ポッコリおなか”を解消しよう!
呼吸を意識して筋肉を
動かし声を出そう。

①4/25 (木) 9:30 ~ 10:20
②4/25 (木) 13:30 ~ 14:20
③5/2 (木) 13:30 ~ 14:20

①各回 4名 ②どなたでも (初めての方優先) ③タオル・飲み物 ④0円 ⑤今井 尚美

ミュージックコミュニケーションスタジオ どんぐり ☎080-5885-1498
野田市清水 813-11/ 受付 9:00 ~ 20:30/ ⑥: 不定休

60 “ほいみ”で回復~リフレクソロジー足つぼ編~

セラピストが足つぼを説明しながら、
一緒にリフレクソロジーを行います。

①4/23 (火) 10:30 ~ 11:30
②5/14 (火) 10:30 ~ 11:30
③5/28 (火) 10:30 ~ 11:30

①各回 6名 ②どなたでも ③なし ④0円 ⑤樋口淳子

リラクゼーションほいみ ☎04-7137-7462
野田市岩名 2023-6/ 受付 10:00 ~ 22:00/ ⑥: 不定休

61 眉で生き生き元氣なお顔作り

貴女が健康に見える眉デザインを提案いたします。

①4/23 (火) 14:00 ②4/25 (木) 15:00
③4/26 (金) 16:00 ④4/30 (火) 12:00
⑤5/1 (水) 12:00 ⑥5/2 (木) 15:00
⑦5/7 (火) 14:00 ⑧5/9 (木) 15:00
⑨5/14 (火) 14:00 ⑩5/16 (木) 12:00
⑪5/16 (木) 15:00 ⑫5/21 (火) 14:00
⑬5/23 (木) 15:00 ⑭5/30 (木) 12:00
⑮5/30 (木) 15:00

①各回 2名 ②女性 ③なし ④0円 ⑤小池恵美子

M フォルム コスメティックス ☎04-7129-7588
野田市岩名 2015-96/ 受付 10:00 ~ 18:00/ ⑥: 月

まちゼミ講座カレンダー

※数字は講座番号です

日	月	火	水	木	金	土
4/21 1 2 3 6 7 14 16 17 18 27 29 37 39	22 7 9 12 13 14 17 24 31 32 33 51 53 55 56	23 6 7 13 14 16 17 23 33 38 52 60 61	24 2 6 9 11 13 14 16 17 18 20 22 23 30 33 43	25 7 11 13 14 16 17 21 22 23 29 33 42 56 59 61	26 7 13 14 16 16 17 23 32 33 34 38 44 52 61	27 7 9 11 12 13 14 16 17 23 40 41 54 58
28 1 7 16 17	29 7 17 25	30 7 11 12 16 17 25 51 53 61	5/1 9 16 17 29 51 52 55 61	2 7 11 16 17 24 59 61	3 7 12 16 17 32 51	4 7 16 17 39 40 41
5 1 7 16 17 42	6 3 7 17 32 53	7 7 13 14 16 17 20 34 52 61	8 6 12 13 14 16 17 22 30 49	9 7 13 14 16 17 21 22 29 35 44 56 61	10 7 13 14 16 17 48 52	11 3 5 7 9 13 14 16 17 40 41 43 54
12 1 4 5 7 14 16 17 36 37 57 58	13 7 12 13 14 17 32 49 51 56	14 7 13 14 15 17 47 49 60 61	15 8 13 14 16 17 22 24 26 30 31 42 44 48 53	16 7 13 14 16 17 21 22 26 34 35 39 47 56 61	17 7 13 14 16 17 20 43	18 7 10 12 13 14 16 17 19 29 40 41 45 52 54 55 58
19 1 3 7 10 14 16 17 19 50	20 7 13 14 17 56	21 7 13 14 17 29 44 53 61	22 8 13 14 16 17	23 7 12 13 14 15 16 17 20 43 56 61	24 7 13 14 16 17	25 3 7 13 14 16 17 28 51 54
26 1 4 7 14 16 17 31 58	27 7 13 14 17 24 44 55 56	28 7 12 13 14 16 17 60	29 13 14 16 17 34	30 7 13 14 16 17 20 21 56 61	31 7 12 13 14 16 17 27 53	

貴店も“まちゼミ”に参加しませんか?

野田市内でまちゼミを実施する店舗を募集しています。詳しくは【事務局】野田商工会議所(☎04-7122-3585)または【まちゼミ 野田商工会議所】で検索し「お問い合わせ」から連絡して下さい。

