2020年2・3月まちゼミカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
16	17	18	19	20	21	22 19 20 23 30
23	24 4 33	25 1 13 27 32	26 7 26 27 28	27 2 15 21 22	28 8 28	29 3 8 9 14 16 19 20 24
3/1 12	2 16	3 13 25 28 29	4 7 24 29	5 1 15 17	6 32	7 5 6 21 22 23 30 31
8 12 16	9	10 13 25 33	11 5	12 2 15 22	13 17	14 3 4 6 7 9 10 14 19 20 24 26 30 31
15 5 11 12 23	16 18	17 25	18 18 32	19 24	20 4	21 7 10 19 26
22	23	24	25	26	27	28

まちゼミ プロの知識や技を学んで体験できる！ 得する街のゼミナール

全33講座
楽しい講座がいっぱい！
参加お待ちしています!!

in宮町商店街

第3回 まちゼミ 2020

受講料 無料!
※講座によっては教材費がかかる場合があります。

開催期間

2/22（土）～3/22（日）

受付開始

令和 2年2月15日（土） お申込みは各店へ

- ■定員になり次第締め切らせて頂きます。
- ■お申込みは各店の営業日、受付時間内にお願い致します。
- ■お申込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。

まちゼミって？

「得する街のゼミナール」通称『まちゼミ』は、商店街のお店のスタッフが講師となり、プロならではの専門的な知識や情報、コツを受講者（＝お客様）にお教えする少人数制（3～7人程度）のゼミです。
安心して受講していただくために、お店からの販売・勧誘は一切ありません。

お申し込み方法

STEP1

①受講したい講座を選ぶ

チラシに記載されている講座内容・時間等をよく見て受講してください。

STEP2

②受講したい講座が決まったらお店に電話

お店には「まちゼミの申し込みです」とお電話してください。

STEP3

③申込んだ講座を受講する

時間、場所をお間違えないよう参加してください。
キャンセル等は早めに連絡してください。

「まちゼミ」に関する問い合わせ：宮町商店街振興組合　TEL022-268-2268

きれい “美”を追求し新たな自分発見をして頂く講座

つくる 作品の制作を行いものづくりの幅を広げる講座

たべる 飲食に関する知識や技を身につける講座

まなぶ 新しい発見をしていただき知識を深める講座

健康 健康にすごし若さを維持するための講座

きれい 1 ☆スタイリング講座☆ 美しい毎日を応援します。

毎日のスタイリングを理想に近づけるために、
プロならではのポイントをお伝えし、
ご自身でブローやWAXのつけ方などを試していきます。

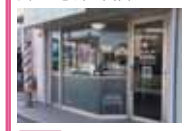
①2月25日 火 15:00〜15:30
②2月25日 火 16:00〜16:30
③3月5日 木 15:00〜15:30
④3月5日 木 16:00〜16:30
※ご希望の時間でも対応可

定員 1講座あたり 1〜3名
持ち物 お使いのドライヤーなど可　教材費 無し　対象 どなたでも

Ni.Ho (ニホ)
仙台市青葉区宮町1-1-68
申込 022-796-5611　担当:志田 篤史　受付時間:10:30〜16:00
営業時間:10:00〜19:00　定休日:月曜＋不定休　講師:志田 篤史

きれい 2 床屋さんだからできる お肌のお手入れ術

前回、参加できなかった方のためにまたまたやっちゃいます。
普段、女性の方が入りにくい床屋さんでゆるーく待っています！
実は、意外と面白いネタ、テクニックを持っているんですよ！！



①2月27日 木 15:00〜15:45
②3月12日 木 15:00〜15:45

定員 1講座あたり 3名　持ち物 筆記用具
教材費 無し　対象 女性の方限定

散髪屋 ささげん
仙台市青葉区宮町3-7-41
申込 022-265-7628　担当:佐々木 司　受付時間:9:00〜19:00
営業時間:9:00〜19:00　定休日:毎週月曜　講師:佐々木 司

きれい 3 印象が変わる眉カット& ふんわりブローの方法

頭皮・お肌の状態をミクロの世界で観察出来ます。
ヘナ、ヘアエステの他に（土）限定でハンドケアも好評。
※希望により姓名判断による開運アドバイスも有り。

①2月29日 土 17:00〜18:00
②3月14日 土 16:30〜17:30

定員 1講座あたり 4名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 女性限定

美容室 Tomoko(トモコ)
仙台市青葉区宮町5丁目1−9
申込 022-276-8668　担当:吉野 友子　受付開始:9:30〜18:00
営業時間:9:30〜18:00　定休日:毎週月曜、第1第3火曜　講師:吉野・今野

つくる 4 よく揚がる凧作り教室

古くから宮城県に伝わるスルメ天旗(凧)を作ります。
簡単に作れて、しかもよく揚がる凧作りに参加しませんか？

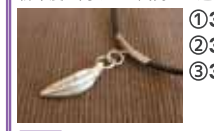
①2月24日 月 10:00〜11:00
②3月14日 土 10:00〜11:00
③3月20日 金 10:00〜11:00
※上記以外の日時を希望の場合は、可能な限り調整します。連絡をお待ちしております。

定員 1講座あたり 3名　持ち物 無し
教材費 凧作りセット200円　対象 どなたでも（親子大歓迎）

NPO法人 仙台ふらっとぱーく
仙台市青葉区宮町3-8-33 2階
申込 022-341-1559　担当:原 也寸志
営業時間:15:00〜20:00　定休日:不定休　講師:原 也寸志

つくる 5 粘土が銀になる！

純銀粘土を使いシルバーアクセサリーをつくります。
お友達のプレゼントや記念品、思い出の作品にぴったりです
新年度に向けての気持ちを込めよう！



①3月7日 土 10:30〜12:30
②3月11日 水 13:30〜15:30
③3月15日 日 10:30〜12:30

定員 1講座あたり 5名まで　持ち物 おてふき
教材費 1000円〜（作る作品によります）　対象 どなたでも

Workshop&Gallary 小西屋
仙台市青葉区宮町1-3-15
申込 022-227-2450　担当:竹田　受付時間:10:30〜15:00
営業時間:10:00〜17:00　定休日:土日祝日・火と金の午後(第4土は営業)　講師:竹田

つくる 6 モザイクタイルで壁飾りを作ろう！！

木製フレームの中に好みのタイルを並べて壁飾りを作ろう！！

①3月7日 土 13:30〜14:45
②3月14日 土 10:30〜11:45

定員 1講座あたり 4名　持ち物 軍手・粘土へら
教材費 500円　対象 どなたでも

株式会社グローアップ
仙台市青葉区宮町4-7-8
申込 022-395-7613　担当:鈴木 充　受付時間:10:00〜16:00
営業時間:10:00〜17:00　定休日:日曜・祝日　講師:鈴木 充

つくる 7 もう一度出番がある。 たとう紙で作るランプスタンド

たとう紙(着物を包んでしまうもの)をリサイクルして小さなランプシェードを作ります。
中に小さなランプを入れてやわらかい灯をともします。
参加される方で使用していないたとう紙がございましたらお持ちください。

①2月26日 水 10:30〜12:00
②3月4日 水 10:30〜12:00
③3月14日 土 10:30〜12:00
④3月21日 土 10:30〜12:00

定員 1講座あたり 3名　持ち物 たとう紙※お使いのドライヤーなど可
教材費 600円　対象 どなたでも

ニコモア ハンドメイドの店
仙台市青葉区東照宮1-13-45
申込 022-718-7458　担当:小島 みゆき　受付時間:10:30〜17:00
営業時間:10:00〜17:00　定休日:木曜、日曜　講師:内川 典子

つくる 8 似顔絵入門! ミニ色紙に似顔絵を描いてみよう

心温まるにがおえの世界にようこそ！
難しそうな人物画も、心を込めて描けばすてきな贈り物に。
親子での参加も可です。

①2月28日 金 13:30〜14:30
②2月29日 土 13:30〜14:30

定員 1講座あたり4名　持ち物 身近な方の写真2、3枚・鉛筆・消しゴム
教材費 無し　対象 どなたでも

にがおえ がんじースタジオ
仙台市青葉区宮町3-6-12
申込 022-395-7626　担当:山本 一輝
営業時間:10:00〜19:00　定休日:木曜　講師:山本 一輝

つくる 9 傷んだウッドデッキを 長持ちさせるお手入れ方法

風雨にさらされどんどん傷んでゆくお庭のウッドデッキや濡れ縁。
長持ちさせるためのお手入れ方法について
塗装体験を交えてお伝えします。

①2月29日 土 14:00〜15:30
②3月14日 土 14:00〜15:30

定員 1講座あたり 4名　持ち物 汚れてもいい服装でお願いします
教材費 無し　対象 どなたでも

英丸建設
仙台市青葉区宮町3-8-38 クリエイターズビレッジ201号室
申込 022-797-0912　担当:木村 大亮　受付時間:10:00〜18:00
営業時間:9:00〜19:00　定休日:日曜・祝日　講師:木村 大亮

つくる 10 レザークラフト体験会

牛革を使ったコインケース作り。
革に穴をあけ、糸で縫い自分で作る事の面白さを
体験して頂きます。

①3月14日 土 10:30〜12:00
②3月21日 土 10:30〜12:00

定員 1講座あたり 3名　持ち物 無し
教材費 500円　対象 どなたでも

ジャッジ
仙台市青葉区東照宮1-7-11
申込 022-234-5400　担当:齋藤 環　受付時間:10:00〜19:00
営業時間:10:00〜19:00　定休日:日曜　講師:齋藤 環

つくる 11 カラフルな羊毛使って作ろう! イースターエッグ又はペーパーウエイト

の〜んびりと楽しくおしゃべりしながらふわふわな
羊毛で自分だけのオリジナルな作品を作りましょう。

①3月15日 日 11:00〜12:00
②3月15日 日 14:00〜15:00

定員 1講座あたり 3名(組)　持ち物 エプロン
教材費 300円　対象 どなたでも(親子大歓迎)

KIREI（きれい）
仙台市青葉区東照宮1-7-16
申込 022-725-7870　担当:森 彩奈　受付開始:10:00〜17:00
営業時間:10:00〜17:00　定休日:土・日・祝　講師:村岡 貴子

たべる 12 本格スパイスカレーを 作ろう！！

日本のカレーとは違うスパイスカレーを食べましょう！！

①3月1日 日 14:30〜15:30
②3月8日 日 14:30〜15:30
③3月15日 日 14:30〜15:30

定員 1講座あたり 3名　持ち物 エプロン
教材費 500円　対象 どなたでも

Indian curry SANTA+(インディアンカレー サンタプラス)
仙台市青葉区宮町3丁目6−42
申込 080-9634-4076　担当:槻田 繁樹　受付時間:11:30〜23:00
営業時間:11:30〜14:30　定休日:月曜　講師:ミスラ・ビカス

たべる 13 寿司職人が教える 魚のさばき方

寿司職人が伝授する
自宅でできる魚のさばき方と見映えのする盛り付け方
試食もありますよ！

①2月25日 火 13:30〜15:00
②3月3日 火 13:30〜15:00
③3月10日 火 13:30〜15:00

定員 1講座あたり 4名　持ち物 包丁
教材費 500円→魚・食材費　対象 どなたでも

友寿司
仙台市青葉区宮町3-5-19
申込 022-223-1768　担当:米野 友幸　受付時間:16:00-23:00
営業時間:17:00〜23:00　定休日:水曜・第三火曜　講師:米野 友幸

たべる 14 元漁師の店主が教える 簡単魚料理

一つの材料でいろんな味がたのしめる調味料の話しや、
元漁師ならではの魚の味をたのしめる料理を教えます。

①2月29日 土 15:00〜16:00
②3月14日 土 15:00〜16:00

定員 1講座あたり 5名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

まかない屋
仙台市青葉区宮町4-6-29
申込 022-399-7118　担当:中村 司　受付時間:11:00〜18:00
営業時間:11:00〜19:00　定休日:日曜、祝日　講師:中村 司

まなぶ 15 カラオケを楽しく 歌いましょう！

皆様で楽しく歌います。
気軽にご参加下さい。

①2月27日 木 15:00〜16:00
②3月5日 木 15:00〜16:00
③3月12日 木 15:00〜16:00

定員 1講座あたり 5名　持ち物 無し
教材費 300円　対象 どなたでも

Looser（ルーザー）
仙台市青葉区小松島2丁目3-1
申込 022-275-6292　担当:高橋 綾　受付時間:19:00〜
営業時間:19:00〜00:00　定休日:月曜　講師:高橋 綾

まなぶ 16 愛犬も喜ぶ！ ホームケアの仕方！

愛犬のホームケア（シャンプーや爪切りの仕方など）のやり方や
愛犬の行動から気持ちを解説します。
愛犬を連れてきてもオッケーです！

①2月29日 土 15:00〜15:45
②3月2日 月 15:00〜15:45
③3月8日 日 15:00〜15:45
動物取扱登録番号:仙台市(健保動)指令第5005
登録年月日:平成18年6月22日
有効期限:令和3年3月31日 動物取扱責任者:佐藤 広行

定員 1講座あたり 4名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

ペットショップさまん
仙台市青葉区宮町4-6-25
申込 022-223-1941　担当:佐藤 広行　受付時間:10:30〜16:00
営業時間:9:30〜18:30　定休日:火曜　講師:佐藤 広行

まなぶ 17 中高年から始める らくらくピアノ

指のバラバラ運動は脳活にも効果◎
初心者大歓迎！
すぐに出来るらくらくメソッドでキーボードを弾いてみましょう♪

①3月5日 木 10:00〜11:00
②3月13日 金 10:00〜11:00

定員 1講座あたり 5名　持ち物 筆記用具
教材費 無し　対象 50歳以上の男女

らくらくピアノ(東六コミュニティセンター)
仙台市青葉区錦町2-4-48
申込 050-5374-5461　担当:相原里衣子　受付時間:平日9:00〜15:00
営業時間:9:00〜21:00　定休日:なし　講師:相原里衣子

まなぶ 18 自宅にあるものを工夫して 飾るインテリアのコツ！

自宅にある雑貨や小物の使い方、
置き方1つで素敵なインテリアに！！

①3月16日 月 14:00〜15:30
②3月18日 水 14:00〜15:30

定員 1講座あたり 3名　持ち物 筆記用具
教材費 無し　対象 女性

Lumos General Store
仙台市青葉区東照宮2丁目2-16 1F
申込 022-341-9833　担当:鶉橋 千春　受付時間:平日12:00〜16:30
営業時間:11:30〜16:30　定休日:木、日、祝　講師:鶉橋 千春

まなぶ 19 キャッシュレス体験 〜スマホで買い物ツアー

ちょっと難しそうなキャッシュレス。
実際にスマホの設定から買い物まで、宮町商店街の店に行ってやってみます。誰でもできます、簡単かんたん。

①2月22日 土 14:00〜15:30
②2月29日 土 14:00〜15:30
③3月14日 土 14:00〜15:30
④3月21日 土 10:15〜11:45

定員 1講座あたり 4名　持ち物 スマートフォン・クレジットカード
教材費 無し　対象 どなたでも

早稲田教育ゼミナール宮町校
仙台市青葉区宮町3-6-12
申込 022-797-2799　担当:阿部 俊紀　受付時間:10:00 〜14:00
営業時間:10:00〜21:00　定休日:日曜　講師:阿部 俊紀

まなぶ 20 どんぐり倶楽部 〜お母さんのワークショップ

小さいうちに自分で考える力を育てる必要があります。
絵図を描いて文章問題を考えるワークショップを
お父さんお母さんを対象に開催します。

①2月22日 土 10:15〜11:45
②2月29日 土 10:15〜11:45
③3月14日 土 10:15〜11:45

定員 1講座あたり 4名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 小学3年生以下のお子様をお持ちの親御さん

まなぶ 21 初心者の為の筆ペン講座

自分の字に自信のない方！！
名前を上手に書けるよう一緒に学びましょう！！
参加者へ名前のお手本プレゼント。

①2月27日 木 14:00〜14:40
②3月7日 土 11:00〜11:40

定員 1講座あたり 4名　持ち物 筆ペン
教材費 無し　対象 どなたでも

株式会社グローアップ
仙台市青葉区宮町4-7-8
申込 022-395-7613　担当:鈴木 充　受付時間:10:00〜16:00
営業時間:10:00〜17:00　定休日:日曜・祝日　講師:鈴木 千枝

まなぶ 22 珈琲豆って何が違うの？

コーヒー豆は多彩です。
好みのコーヒー豆を選ぶ為に、その違いを産地や精製方法、焙煎度合い等を中心に解説します。

①2月27日 木 10:30〜11:30
②3月7日 土 10:30〜11:30
③3月12日 木 10:30〜11:30

定員 1講座あたり 3名　持ち物 筆記用具
教材費 無し　対象 どなたでも

スガ焙煎珈琲豆屋
仙台市青葉区宮町2-2-20
申込 022-399-6115　担当:菅原 俊之　受付時間:13:00〜19:00
営業時間:12:00〜20:00　定休日:不定休　講師:菅原 俊之

まなぶ 23 プログラミングの基礎を学び ロボットを動かしてみよう。

教育用ロボットEV-3を自分で組んだプログラムで動かす体験ができます。
必修化されるプログラミング教育に向けての準備としても最適な講座です。

①2月22日 土 10:00〜11:30
②3月7日 土 13:30〜15:00
③3月15日 日 10:00〜11:30

定員 1講座あたり 3名　持ち物 特になし
教材費 特になし　対象 小学校4年生〜中学2年程度まで

城南コベッツ
仙台市青葉区宮町2丁目1-48　安藤ビル1F
申込 022-398-4125　担当:高橋　受付時間:16:00〜22:00
営業時間:16:00〜22:00　定休日:日曜　講師:高橋・金澤

まなぶ 24 子供が進んで 勉強するようになる!？

特別な教材や道具は必要ありません。
日々の接し方、話し方で子供のやる気は大きく変わります。
塾で実績しているコミュニケーション技術やコーチング技術をお伝えします。

①2月29日 土 10:00〜11:30
②3月4日 水 10:00〜11:30
③3月14日 土 10:00〜11:30
④3月19日 木 13:00〜14:30

定員 1講座あたり 3名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 小学生〜中学生の生徒さんをおもちの保護者様

城南コベッツ
仙台市青葉区宮町2丁目1-48　安藤ビル1F
申込 022-398-4125　担当:高橋　受付時間:16:00〜22:00
営業時間:16:00〜22:00　定休日:日曜　講師:高橋・金澤

まなぶ 25 インスタ映えする 盛り付け、飾り包丁

自宅でもできる料理の盛り付け、
インスタ映えすることに間違いなし！

①3月3日 火 15:30〜16:30
②3月10日 火 15:30〜16:30
③3月17日 火 15:30〜16:30

定員 1講座あたり 4名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

茶寮ここの
仙台市青葉区宮町4-7-17
申込 022-302-5338　担当:高橋 力也　受付時間:9:00〜19:00
営業時間:11:00〜15:00　定休日:水曜、毎月1日　講師:高橋 力也

まなぶ 26 障害ってなぁに？ 知っておきたい基礎知識

身体、発達、精神などテレビやネットで目にする障害って何？にお答えします。
パラリンピックを前に、簡単にわかりやすくお伝えします！

①2月26日 水 14:00〜14:50
②3月14日 土 10:00〜10:50
③3月21日 土 10:00〜10:50

定員 1講座あたり 4名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

あしあと・てるてる園
仙台市青葉区小田原5-1-16
申込 022-769-6866　担当:加藤 久子　受付時間:9:00〜17:30
営業時間:9:00〜17:30　定休日:日祝　講師:加藤 久子

まなぶ 27 暖かいおうちの作り方♡

一年で一番寒いこの季節。ご家庭にあるものを使い安全にヒートショックを起きないようにする方法をお伝えします。
また暖かな空間になる実体験も出来ます。家族みんなで健康で長生きしましょう。

①2月25日 火 11:00〜12:00
②2月26日 水 11:00〜12:00

定員 1講座あたり 5名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

株式会社ハウテック
仙台市青葉区宮町4-3-27
申込 0120-2960-89　担当:鈴木 基修　受付時間:9:00〜18:00
営業時間:9:00〜18:00　定休日:日曜祝祭日　講師:鈴木 基修

まなぶ 28 眉の描き方 レッスン

眉メイクに苦手意識をもつ方に
眉毛を美しく描けるコツを教えます！

①2月26日 水 11:00〜11:45
②2月28日 金 13:00〜13:45
③3月3日 火 13:00〜13:45

定員 1講座あたり 2名　持ち物 メイク道具
教材費 無し　対象 女性限定

エステサロンのような床屋さん cotoco
仙台市青葉区宮町2-1-37宮町リトルビルズ102
申込 022-399-7337　担当:新田 美紀　受付時間:9:00〜17:00
営業時間:9:00〜19:00　定休日:月曜　講師:新田 美紀

健康 29 血液ドロドロ？血管ボロボロ？ 測定できます

最新の測定器で簡単血流測定！
グラフと数値で結果をお渡しします。
さらに、血流改善の方法や動脈硬化の予防法を解りやすくお話しします。

①3月3日 火 10:30〜12:00
②3月4日 水 10:30〜12:00

定員 1講座あたり 6名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

漢方のカンノ薬局
仙台市青葉区宮町2-1-55
申込 022-223-3522　担当:菅野 昌克　受付時間:10:00〜19:00
営業時間:9:00〜20:00(土10-19)　定休日:日曜・祝日　講師:薬剤師 菅野 昌克

健康 30 カンタン！自分で治す 肩、腰、膝などの痛み

誰にでもできるストレッチ&筋力トレーニングで快適生活。
ゴムチューブを腰に巻いてグルグル回すだけで腰通改善。
超カンタン覚えて得することがいっぱいです。

①2月22日 土 17:00〜18:30
②3月7日 土 17:00〜18:30
③3月14日 土 17:00〜18:30

定員 1講座あたり 6名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

あっぷる整骨院
仙台市青葉区宮町4丁目5-43 山十ビル105
申込 022-222-0083　担当:森 階　受付時間:9:00〜19:00
営業時間:9:00〜19:00　定休日:日曜　講師:森 階

健康 31 知って得する健康講座

みんなで知ろう！筋肉チェック！
体バランス、筋肉チェック測定とからだ整う体操でスッキリ。

①3月7日 土 15:00〜17:00
②3月14日 土 15:00〜17:00

定員 1講座あたり 6名　持ち物 動きやすい服装と上ぐつ
教材費 無し　対象 女性

カーブス仙台宮町通り
仙台市青葉区宮町1-4-11
申込 022-281-9782　担当:齋 和子　受付時間:10:00〜19:00
営業時間:10:00〜19:00　定休日:日曜、祝日　講師:庄子 梓・齋 和子

健康 32 腰痛・肩こりの改善。 最先端のダイエット方法

健康寿命を伸ばし、
ダイエットのコツやボディメイク方法を
解りやすくお話しいたします。

①2月25日 火 11:00〜12:00
②3月6日 金 11:00〜12:00
③3月18日 水 11:00〜12:00

定員 1講座あたり 5名　持ち物 無し
教材費 無し　対象 どなたでも

トータルボディメイクヴェアリー
仙台市青葉区宮町4丁目7-19 第2橋元ビル1F
申込 022-281-9779　担当:武内 俊彦
営業時間:12:00〜21:00　定休日:月曜　講師:武内 俊彦

健康 33 血流改善で内臓も細胞も 若返りしましょう

いつも疲れている、腰痛、肩こり、頭痛などは、血流に問題がある場合があります。血流と冷えの関係性についてお話いたします。
施術体験あります。

①2月24日 月 13:30〜15:00
②3月10日 火 13:30〜15:00

定員 1講座あたり 5名　持ち物 肌を出しやすい服装でお越し下さい
教材費 無し　対象 どなたでも

イトオテルミー温熱刺激療法 癒香(ゆいか)療術所
仙台市青葉区小田原8-1-23
申込 090-5355-8693　担当:遠藤 香　受付時間:8:30〜9:30
営業時間:10:00〜19:00　定休日(予約制)土日営業　不定休　講師:遠藤 香