



**1** ドイツハーブティ&スイーツ付  
グラスアート体験 シニア  
男性も

3月18日(日) 14時~15時  
4月 7日(土) 15時~16時  
4月 8日(日) 14時~15時



専用カラーフィルムとリード線を使った誰でも簡単に作れるグラスアート体験でステンドグラス風の素敵なガラスのフォトフレームを作ります。(ドイツハーブティ&スイーツ付き)

- 定員 8名
- 持ち物 工作はさみ
- 費用 1,000円

ドイツCafé ドイツハウス 講師 グラスアート  
インストラクター 宮内 純子

TEL 090-6005-6238 受付 10時~21時  
定休日 不定期

URL http://germanhouse.shop

所在地 松山市一番町2丁目8-5 一番町武田ビル2F南

**2** 長く、大切に履きたい靴の  
お手入れ術 FB

3月20日(火) すべて  
3月24日(土) 11時~12時30分



女性アドバイザーが選ぶおすす  
めのケア用品を使った、ワシ  
ンク上のお手入れ法と一緒に学  
んでみませんか?

- 会場 シューズ&バッグAOKi
- 定員 5名
- 持ち物 相談したい靴があ  
れば持込可

シューズ&バッグ AOKi 講師 シューズアドバイザー 矢野 恵美

TEL 947-6868 受付 11時~19時  
定休日 不定休

URL http://aoki1910.com

所在地 松山市湊町3丁目7-18

**3** シューフィッターによる  
足と靴のお悩み相談会 FB

3月25日(日) すべて  
3月29日(木) 11時~12時30分



何を履いても足に合わない! 靴  
選びをあきらめている方、一度  
相談してみませんか。上級シュー  
フィッターが足を測定診断し、  
靴選びのコツをお伝えします。

- 会場 シューズ&バッグAOKi
- 定員 5名
- 持ち物 相談したい靴があ  
れば持込可

シューズ&バッグ AOKi 講師 店長(上級シューフィッター) 青木 陽忠

TEL 947-6868 受付 11時~19時  
定休日 不定休

URL http://aoki1910.com

所在地 松山市湊町3丁目7-18

**13** かんたんストレッチ  
~肩、腰痛、目の疲れに~ 男性も  
FB

4月3日(火) 10時30分~11時30分



ゆるゆるほぐして、体もすっ  
きり! キッズスペースで開  
催しますので、お子さまも  
一緒にご参加いただけます。

- 会場 てくるん
- 定員 10名
- 持ち物 フェイスタオル  
1枚。動きやすい服装で。

松山市まちなか子育て  
市民交流センター「てくるん」 講師 整体師・鍼灸師 玉井 弘文

TEL 904-5728 受付 10時~20時  
定休日 1月1日

URL http://tekurun-matsuyama.com

所在地 松山市大街道1丁目5-10 松山第二佐々木ビル1F

**14** バランスボールで  
有酸素運動! FB

4月1日(日) 10時30分~11時30分



バランスボールに座ってでき  
る関節に無理のない簡単な動  
きで、有酸素運動を行いなが  
ら、体幹を鍛えましょう!

- 会場 てくるん
- 定員 8名
- 持ち物 動きやすい服装  
で。滑らないように裸足  
になっていただきます。

松山市まちなか子育て  
市民交流センター「てくるん」 講師 バランスボールインストラクター 中村 円

TEL 904-5728 受付 10時~20時  
定休日 1月1日

URL http://tekurun-matsuyama.com

所在地 松山市大街道1丁目5-10 松山第二佐々木ビル1F

**15** 初めてのボルダリングに  
チャレンジ! FB  
キッズ

3月18日(日) すべて 10時  
3月25日(日) 13時~終了  
4月 1日(日) 15時 各45分  
4月 8日(日) 19時  
4月15日(日)



初めての方でもボルダリングのルールを説明し  
て体験できます。(施設使用料2000円相当。レ  
ンタルシューズ チョーク400円相当無料) 安  
全管理のため会員制となっておりますので、会員  
登録料として1500円のみ必要となります。

- 会場 クライミングスタジオBRAVE
- 定員 10名
- 持ち物 動きやすい服装
- 費用 登録料1,500円

Climbing Studio BRAVE 講師 取締役副社長 若江 勇一

TEL 906-8166 受付 10時~23時  
定休日 なし

URL http://www.climbingstudio-brave.com/

所在地 松山市湊町3丁目5-14

**4** チャオ・イタリア!  
楽しいイタリア語 FB

3月23日(金) すべて  
4月 6日(金) 14時~15時



旅行先として人気のイタリア!  
イタリア人講師と日本人講師が  
挨拶や簡単な会話を楽しくレッ  
スン! 「イタリア」を体験して  
みませんか?

- 会場 イタリア語教室  
IL PONTE ITALIANO
- 定員 6名(18歳以上の方)
- 持ち物 筆記用具

イタリア語教室 IL PONTE ITALIANO 講師 渡部 美和、ルカ・ジャンペリ

TEL 921-8908 受付 13時~20時  
定休日 月曜、日曜、祝日

URL http://ilponteitaliano.com

所在地 松山市大街道3丁目2-26 蒲団屋2F

**5** はじめての真珠講座 FB

3月19日(月) すべて  
3月30日(金) 13時30分~14時30分



どんな真珠が美しいのか、価値  
が高いのか、その答えはひとつ  
ではありません。自分で真珠  
を選ぶ知恵を身につけてみせ  
ませんか?

- 会場 桜産業2F
- 定員 6名または2組
- 持ち物 なし

桜産業 講師 亀岡 潤子

TEL 941-7111 受付 11時~18時  
定休日 水曜日

URL http://www.sakurasangyou.co.jp

所在地 松山市湊町3丁目8-5

**6** 初めての  
手作りわんごごはん FB

3月24日(土) すべて  
4月10日(火) 15時~16時



あなたの愛犬にも愛情たっぷり  
の手作りごはんを! 今日からす  
ぐに始められる「犬の手作りご  
はん」の作り方とコツをお教え  
します。

- 会場 桜産業2F
- 定員 6名または3組
- 持ち物 筆記用具(A4の資  
料をお配りします)

桜産業 講師 ベット食育協会(APNA)認定上級指導士 板東 聖子

TEL 941-7111 受付 11時~18時  
定休日 水曜日

URL http://www.sakurasangyou.co.jp

所在地 松山市湊町3丁目8-5

**16** レッツ!!  
健康ポウリング シニア  
キッズ

3月26日(月) すべて  
3月27日(火) 13時~14時30分  
3月28日(水)



気がつくと、運動して意外とし  
ていましてよ。簡単なスト  
レッチを覚えて、ポウリング  
で全身運動はいかが?

- 会場 ファーストボウル
- 定員 6名
- 持ち物 なし

ファーストボウル 講師 JPBA一級インストラクター 渡邊 一彦

TEL 945-7353 受付 11時~24時  
定休日 なし

URL http://fast-nico.com/

所在地 松山市大街道2丁目4-14

**17** 脳のアンチエイジング!  
話題の脳トレ大会 シニア  
男性も

3月18日(日)・20日(火)・26日(月)・27日(火)  
4月2日(月)・3日(火) すべて12時~12時50分



指先を使う事で脳の活力になりア  
ンチエイジング効果あり。さま  
ざまなプログラムがあり簡単な脳  
トレゲームで制限時間内に幾つク  
リア出来るかチャレンジ!

- 会場 さくらさくパソコン  
教室(南銀天街中ノ川出口角)
- 定員 4名
- 持ち物 なし

さくらさくパソコン教室 講師 インストラクター 西崎 元

TEL 909-5800 受付 10時~20時  
定休日 水曜日

URL http://www.wisteria-school.jp/

所在地 松山市湊町3丁目2-23

**18** 2人で作る  
プライダリング 男性も

3月24日(土) すべて  
3月31日(土) 17時~19時  
4月 7日(土)



ワックスモデリングの無料体験  
です。プライダリングを自分  
たちでデザインしオリジナル  
リングをつくりたい方。

- 会場 絵夢店舗内教室
- 定員 1組(御結婚を予定  
しているカップル)
- 持ち物 作ってみたいデザイ  
ン・カタログなど

絵夢彫金ジュエリー教室 講師 藤島 政子

TEL 933-4644 受付 10時~19時  
定休日 第二日曜日

URL http://www.emu.co.jp

所在地 松山市大街道3丁目2-8

**7** 宝石・ジュエリーのリフォーム シニア  
何でもお悩み相談会 FB

3月22日(木)  
3月28日(水)  
4月 4日(水) ①10時 ②11時 ③13時



お手持ちの宝石・ジュエリー・  
貴金属をリフォームしたい! ま  
たは売りどきなのか? マンツーマ  
ンでアドバイザーさせていただきます。

- 会場 彫金ギャラリー絵夢 店舗
- 定員 1名または1組  
(マンツーマン)
- 持ち物 相談したい品物など

彫金ギャラリー絵夢 講師 代表 藤島 寛昌

TEL 933-4644 受付 10時~18時  
定休日 第二日曜日

URL http://www.emu.co.jp

所在地 松山市大街道3丁目2-8

**8** お悩みですか? シニア  
キッズ

3月29日(木) すべて  
3月30日(金) 13時~14時30分



スキルアップの為、よろず相談  
に乗ります。(投球術、ボール  
等の関連グッズなど)

- 会場 ファーストボウル
- 定員 6名
- 持ち物 マイボール、マイ  
シューズ可

ファーストボウル 講師 JPBA認定1級インストラクター 渡邊 一彦

TEL 945-7353 受付 11時~24時  
定休日 なし

URL http://fast-nico.com/

所在地 松山市大街道2丁目4-14

**9** ほけんの? はてな 講習会 シニア  
男性も

3月18日(日) 11時~12時  
15時~16時  
3月19日(月) 11時~12時  
15時~16時



保険は晴れた日に傘を買うよう  
なものです。保険を見直す  
にはまだ間に合います! どんな  
疑問でもお気軽にご相談くださ  
い。

- 会場 ほけんのコンさる  
松山店内
- 定員 5名
- 持ち物 なし

株式会社FEA ほけんのコンさる松山店 講師 支店長 山本 由佳

TEL 0120-24-1771 受付 10時~19時  
定休日 不定休

URL http://www.f-e-a.co.jp

所在地 松山市湊町4丁目5-11

**19** みんなのスマイルタイム  
~ロゼット作り~ FB

3月21日(水・祝) 10時30分~11時30分



人気イベントの番外編! どなた  
でもご参加いただけます。  
ものづくりを通して、楽しい  
時間を過ごしてくださいね。  
デザインの詳細は、申込時に  
お伝えします。

- 会場 てくるん
- 定員 8名
- 持ち物 なし
- 費用 300円

松山市まちなか子育て  
市民交流センター「てくるん」 講師 てくるんスタッフ 光田 沙弥架


TEL 904-5728 受付 10時~20時  
定休日 1月1日

URL http://tekurun-matsuyama.com

所在地 松山市大街道1丁目5-10 松山第二佐々木ビル1F

**20** スマホ教室 シニア

3月22日(木) すべて  
4月 5日(木) 11時~12時



スマホにしてみたいけど使いこ  
なせるか心配・今さら聞けない  
スマホの質問大歓迎です! 知れ  
ば知るほど便利なスマートフォン  
と一緒に体験しませんか?

- 会場 auショップ松山銀天街
- 定員 4名または4組
- 持ち物 ご自身のスマートフォ  
ン、タブレット(なくても貸出可)

auショップ松山銀天街 講師 副店長 芳野 友一

TEL 947-7600 受付 10時~20時  
定休日 なし

URL http://au-otoku.com

所在地 松山市湊町4-8-3

**21** 自分に合った  
眉メイクレッスン FB

4月2日(月) 11時~12時



それぞれのお顔立ちに合わ  
せたバランスの良い眉メイ  
クを、トレンドを取り入れ  
てレッスンします!

- 会場 フジカワ本店
- 定員 3名(女性)
- 持ち物 なし

フジカワ銀天街本店 講師 渡部、藤川

TEL 945-5111 受付 11時~19時  
定休日 なし

URL http://www.cosmetics-fujikawa.com

所在地 松山市湊町4丁目6-9

**10** エンディングノートの  
書き方講座 シニア  
男性も  
FB

4月4日(水) 11時~12時



オリジナルエンディングノートを贈  
呈! 実際に記入していくながら、自  
分自身を見つめ直しこれからの人生  
をより豊かなものにご家族用に希  
望の冊数を持ち帰っていただけます。

- 会場 ムラタホール市駅
- 定員 10名
- 持ち物 なし

株式会社ムラタ 講師 宮澤 亜佑美

TEL 941-4444 受付 9時~17時  
定休日 なし

URL http://www.murata-group.co.jp

所在地 松山市湊町6丁目4-5

**11** 自分に合った  
メイクカラー診断 シニア

3月21日(水・祝) すべて  
3月24日(土) すべて  
3月28日(水) 10時~11時30分  
4月 7日(土)



肌カメラを使い、ご自身の肌色  
を調べ自分に合うメイクを探し  
てみませんか? リップ・チーク・  
眉・アイカラーの描き方を1日  
でマスター!!!

- 会場 大街道店 POLA
- 定員 10名または5組  
(女性)
- 持ち物 鏡、髪止め(前髪)

POLA THE BEAUTY 大街道店 講師 森田、木下

TEL 0120-946-222 受付 11時~18時  
定休日 水曜日

URL http://www.pola.net/b/pola/info/50918/

所在地 松山市大街道2丁目1-31

**12** 顔のゴールデンプロポーションとは?  
肌カメラで撮影。顔型・お悩み  
にあわせて個別メイクのための使  
いこなしテクニックをご要望に合  
わせてアドバイスいたします。

3月19日(月) すべて  
3月20日(火) すべて  
3月23日(金) 10時30分~12時  
3月24日(土)



肌カメラで撮影。顔型・お悩み  
にあわせて個別メイクのための使  
いこなしテクニックをご要望に合  
わせてアドバイスいたします。

- 会場 ポーラ・ザ・ビュー  
ティ松山駅前店
- 定員 2名または1組  
(16歳以上の女性)
- 持ち物 なし

ポーラ・ザ・ビューティ松山駅前店 講師 店長 面田 まり子

TEL 947-9109 受付 10時~19時  
定休日 日曜・祝日

URL http://www.pola.net/b/pola/info/50789/

所在地 松山市千舟町5丁目2-13

**22** コーヒーの  
基礎知識と淹れ方 シニア  
男性も  
FB

3月28日(水) すべて  
4月 4日(水) 10時~11時



コーヒーの歴史と、コーヒー豆  
についての簡単な説明、ハンド  
ドリップとコーヒープレスでの  
コーヒーの入れ方講座。

- 会場 タリーズコーヒー  
松山銀天街店
- 定員 8名または4組
- 持ち物 なし

タリーズコーヒー松山銀天街店 講師 マネージャー 吉井

TEL 945-8888 受付 9時~20時  
定休日 なし

所在地 松山市湊町4-8-8

**23** 知ってるようで知らない歯の知識  
~イメージは簡単にえられる~ 男性も  
FB

3月19日(月) すべて  
3月24日(土) すべて  
4月 2日(月) 11時~12時  
4月 7日(土)



1 多くの方が勘違いしている歯の基礎知識  
2 正しい歯ブラシの選び方と磨き方  
3 市場調査から見る歯の重要性  
4 好印象を作り出す方法  
参加者に「優待券」プレゼント

- 会場 オリスホワイト松山院
- 定員 5名
- 持ち物 可能であれば、普  
段使用している歯ブラシ

ORIS WHITE 松山院 講師 院長 尾上 心哉

TEL 904-9666 受付 営業時間  
定休日 月曜・木曜

URL https://www.oriswhite.com/

所在地 松山市大街道2丁目1-31 MISORA BLDG.2F

**24** 着物で体験 和のマナー

3月18日(日) すべて  
3月24日(土) 13時30分~15時



着物の着つけを学んだあと、  
その着物姿でお菓子と抹茶  
を、マナーを習いながらいた  
だいてみましょう。

- 会場 きもの近藤
- 定員 5名
- 持ち物 着たい着物ひと  
そろい

きもの近藤 講師 白木 陽子

TEL 933-6213 受付 9時~20時  
定休日 日曜日

URL http://kimonokondo.net/

所在地 松山市大街道3丁目2-36