

## 25 マイナス5歳の着物コーデ

いつものお着物を、季節や場所、場面を思い描きながらコーディネートのお話を教えます。たった一か所を変えるだけで、最上級のほめ言葉がもらえます!!

6/17(土)・6/18(日)・6/22(木)・6/23(金)  
14:00~15:00

会場 株前野呉服店  
対象 女性40代以上  
持ち物 着物、帯、帯揚げ、帯締め、数点  
定員 1講座あたり3名  
講師 前野 有里  
(JCBA認定カラーアナリスト)

株前野呉服店 受付 | 9:45 ~ 18:00  
☎ 029-821-0452

## 26 「着物好きの為のお手入れ術」

着用後のご自分で簡単にできる衿ヨゴレなどの落とし方をお教えします。実際に自分の着物でやってみましょう。

7/9(日)・7/13(木)・7/16(日)・7/18(火)  
11:00~12:00・14:00~15:00

会場 株前野呉服店  
対象 40~70代 女性  
持ち物 衿ヨゴレのある着物や半衿  
(昔のヨゴレは落とせません)  
定員 1講座あたり4名  
講師 前野、松本

株前野呉服店 受付 | 9:45 ~ 18:00  
☎ 029-821-0452

## 27 若手交流ゼミ「本と珈琲と土浦」を語ろう

公園前の喫茶店で、好きな本を持ち寄り、コーヒーを飲みながら談笑する時間を過ごします。「本と珈琲と土浦」のインスタや冊子も作成。ご一緒にいかがですか。

6/17(土) (高校生) 18:30~19:30  
7/26(木) (高校生) 10:00~11:00  
6/24(土)・7/15(土)・7/29(日) (大学生・若手社会人) 18:30~19:30

会場 城藤茶店  
対象 高校生、大学生・若手社会人  
定員 1講座あたり3名  
講師 工藤 祐治、葛西 紘子

城藤茶店 受付 | 8:00 ~ 18:00  
☎ 029-895-0283

## 31 傾聴レッスン (パーソナル)

傾聴の「いろは」や感情の意味を学ぶ。話を聞いてもらう「話し手」体験も可能です。

6/30(金)・7/3(月)・7/7(金)・7/10(月)  
10:00~11:30

会場 心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉  
リモート (Zoom) も可能です  
対象 18歳以上  
定員 1講座あたり1名  
講師 酒井 隆 (中級公認ヘルスカウンセラー)

心と身体の鍼灸センター-小さな森の泉 受付 | 10:00 ~ 18:00  
☎ 090-8852-8929



## 32 コツさえつかめばあなたも「眉美人」!

ミドルエイジからの基本的な「眉の描き方レッスン」&肌チェック器体験。エイジングケアのサンプルをプレゼント!他にも大雨や災害時に役立つロープ結び。

6/17(土)・7/2(日)・7/7(金)  
13:30~14:40・15:20~16:30

会場 中嶋康化粧品店  
対象 女性 40代から  
定員 1講座あたり3名  
講師 中島 敏之 (代表)・美容スタッフ

中嶋康化粧品店 受付 | 9:30 ~ 18:30  
☎ 029-821-1670

## 36 ピラティスでキレイはつくれる!

内側から身体を整えて姿勢美人。代謝アップして痩せやすい身体へ。今話題のピラティスで、強く、美しい、しなやかな身体を手に入れましょう!

6/19(月)・7/1(土)・7/25(火)  
15:30~16:00  
7/16(日) 14:00~14:30

会場 PLatPilates (プラットピラティス)  
対象 女性  
持ち物 運動のできる服装、飲み物、タオル  
定員 1講座あたり8名  
講師 島田 真衣・吉田 朱里

PLatPilates(プラットピラティス) 受付 | 平日 10:00 ~ 22:00  
☎ 029-893-5310

## 37 織カフェ Open ♪

午後のひとときほっこり気分を手織を体験してみませんか? (30cm×40cmの布)織を通して人や布・糸のご縁を楽しんで下さい。

7/1(土)・7/15(土)・7/29(日) 13:00~17:00

会場 ギャラリー NOBO・野歩  
対象 大人・子供  
持ち物 横糸に使う布や糸  
教材費 1,000円【縦糸・横糸に使用する材料】  
定員 1講座あたり2名または1組(2名)  
講師 井口 美代子  
(手織リストラクター (日本手芸普及協会))

ギャラリー NOBO・野歩 受付 | 13:00 ~ 17:00  
☎ 029-822-6933

**ご利用者様の声**

無料で教えてもらって恐縮しました。今度は、お客としてうかがいます。

少人数だったのでいろいろお話できた。

子どもに良い体験をさせてあげられた。

気に入っていたお店だった。お店の人と仲良くなれて良かった。

他の参加者さんと和気あいあい、楽しくできました。

コロナでどこへも行けなかったけど、近場で良い体験ができた。

などなど、ありがたいお言葉多数いただいています!