

上板橋駅 作って楽しい!使って感動!
34 オリジナルバスボム作りと香りの冒険!

安心安全な材料でオリジナルのバスボムを作ります。植物100%のエッセンシャルオイルの中から好きな香りを選んでいただき、香り的大切さについてもお話させていただきます。

開講日時
 8/1(土) 10:30~12:00
 8/2(日) 14:00~15:30
 8/22(土) 10:30~12:00
 8/23(日) 14:00~15:30 他

●講師: 田中 郷子 ●対象: どなたでも
 ●定員: 4名 ●会場: 店舗 ●持ち物: エプロン・手拭きタオル ●材料費: 500円

Mamonk
 ※お申込み時にご案内します (板橋区桜川)
 ☎090-6114-1828 〔受付〕9:00~21:00

上板橋駅 虫除けだけじゃない!1本で3役!!
35 「私だけの万能スプレー」を作ませんか?

植物100%のエッセンシャルオイルのお好きな香りを選んで、虫除け、ルームスプレー、デオドラントスプレーとして使える万能スプレーを作ります♪ご家庭での活用法も楽しく学べます。

開講日時
 8/1(土) 14:00~15:30
 8/2(日) 10:30~12:00
 8/7(金) 18:00~19:30
 8/22(土) 14:00~15:30 他

●講師: 田中 郷子 ●対象: どなたでも
 ●定員: 4名 ●会場: 店舗 ●持ち物: なし ●材料費: 500円

Mamonk
 ※お申込み時にご案内します (板橋区桜川)
 ☎090-6114-1828 〔受付〕9:00~21:00

上板橋駅 マンガを試しに描いてみたい方向け
36 1時間でできる漫画の描き方講座

ネタ選びのポイント、一コマ目の描き出しからオチに向かう一連の工程を学びます。当日の時間内に完成させることを目標とせず、ご自身で引き続き楽しんで描いていただけるようアドバイスします。

開講日時
 8/2(日)・8/9(日)・8/23(日)
 ①11:00~12:15
 ②15:00~16:15

●講師: 為本 晃弘 ●対象: どなたでも
 ●定員: 10名 ●会場: 下記参照
 ●持ち物: 既に描いているノートやご利用の筆記用具
 ●材料費: 500円 (資料準備のため)

ため画伯
 〔会場〕びっくい's (板橋区常盤台4-31-11 笹森ビル103)

下赤塚駅 歌にもスピーチにも自信が持てる!
37 プロ歌手によるハートに響くボイスレッスン

声が出ない、声量がない、音程やリズムが取れない、自分の声が嫌い、等、声や歌のお悩みを発声基礎から根本解決!自分の声を好きになって、ハートに響く通る声で、あなたの想いを届けましょう!

開講日時
 8/5(水) 10:00~11:00 12:00~13:00
 13:30~14:30 15:00~16:00
 16:30~17:30 18:00~19:00
 19:30~20:30 21:00~22:00

●講師: ポーカトルレーナー もともとこ
 ●対象: どなたでも (子連れ可) ●定員: 7名
 ●会場: 下記参照 ●持ち物: 水分補給の飲み物
 ※各回2名以上で開講とさせていただきます。

もともとこ(元祖しやまじスト・シンガー)
 〔会場〕スナックゆき(練馬区田柄2-51-9地下1階カラオケスポットJ)

成増駅 開業35年の信頼と実績
38 夏のお疲れ肌回復フェイシャルエステ体験会

夏特有の要因(紫外線・汗・皮脂など)でシミ・シワ・くすみ・毛穴などの老化やニキビ、赤みなどの炎症を招きやすくなります。ダメージ肌を回復に導くオールハンド施術を体験してみませんか?

開講日時
 8/18(火)・8/30(日)・9/11(金)
 ①10:00~12:00 ②10:30~12:30
 ③13:00~15:00 ④13:30~15:30

●講師: サロメンバー (オーナー/大館 綾子)
 ●対象: どなたでも ●定員: 1名
 ※当サロンのご利用が初めての方限定
 ●会場: 店舗 ●持ち物: なし

ワミレス フェイスエステサロン ソレイユ
 板橋区成増1-28-13 塩住ビル601

志村三丁目駅 (ノンカフェイン対応。小学生~OK)
39 スパイス&ハーブでご自愛ブレンド茶を作るう

無添加フレーバーコーヒー「SPICE 珈琲」オーナーより、身近なスパイス&ハーブをご自愛視点でプチ解説。今の自分に合ったフレーバーティーを実際に作って飲みます。2種類作って一つはおみやげに♪

開講日時
 9/11(金) 13:30~14:45
 9/11(金) 15:00~16:15
 9/12(土) 13:30~14:45
 9/12(土) 15:00~16:15

●講師: 落合 めぐみ
 ●対象: どなたでも (小学3年生以下は保護者同伴)
 ●定員: 10名 ●会場: 下記参照
 ●持ち物: なし ●材料費: 200円

ご自愛カフェタイム:)SPICE 珈琲
 〔会場〕板橋区立グリーンカレッジホール (板橋区志村3-32-6)

蓮根駅 親子でスイーツデコを楽しもう!
40 ねんどで作るアイスクリームマグネット

ねんどで本物そっくりのアイスクリームを作ります。ペットボトルのフタをカッターに見たてて、キラキラがかわいいマグネットにします。大人も子どもと一緒に楽しみましょう!

開講日時
 8/22(土) 10:30~12:00
 8/23(日) 16:00~17:30
 9/5(土) 16:00~17:30

●講師: 有馬 恵 ●対象: 小学生と保護者
 ●定員: 4組 ●会場: 下記参照
 ●持ち物: なし ●材料費: 500円
 ●その他: 汚れてもいい服で来てね!

チャイルドアートラボ
 〔会場〕time spot living (板橋区蓮根3-4-5 1階)

蓮根駅 親子で楽しむアロマ体験
41 自分だけのアロマロールオン作り

香りを選ぶ時間も楽しい♪天然アロマを使って、自分だけのロールオンを手作りしませんか?持ち運びにも便利で、気分転換やリラックスタイムにぴったりの一本が作れます

開講日時
 8/4(火)・8/13(木)・8/25(火)・
 8/23(日) 16:00~17:30
 ①10:30~11:30 ②14:00~15:00

●講師: 植田 雅恵 ●対象: どなたでも
 ●定員: 4名 ●会場: 店舗 ●持ち物: なし ●材料費: 800円

salon PADDLE
 ※お申込み時にご案内します (板橋区蓮根)
 ☎090-3428-6863 〔受付〕10:00~18:00

西台駅 エステ歴20年のセラピストが伝授!
42 若よもぎ蒸し的美肌・ダイエットカウンセリング

美肌やボディライン、頭皮環境が気になる方へ。若よもぎ蒸しで理想の自分を目指しませんか?若草の香りを感じながら、カウンセリングでお悩みを伺い、あなたにぴったりの草をご提案します。

開講日時
 8/5(火) 10:00~11:30
 8/25(火) 12:00~13:30
 9/5(土) 12:00~13:30

●講師: 田中 有希枝 ●対象: どなたでも
 ●定員: 1名 ●会場: 店舗 ●持ち物: なし

若草屋 板橋店
 ※お申込み時にご案内します (板橋区高島平)
 ☎090-3926-3151 〔受付〕10:00~18:00

西台駅 不登校・行き渋り親子の心をほぐす応援企画
43 おうち英語を楽しむコツ&癒しの脳休体験

新学期前の不安、一人で悩まなくて大丈夫。子どもの不登校を経験した私たちが、気軽に試せるおうち英語のコツを伝えたり脳休ヘッドマッサージで癒やします。心をふんわり軽くして来ませんか?

開講日時
 8/3(月) 10:00~11:00 13:00~14:00
 8/6(木) 10:00~11:00 13:00~14:00
 8/11(火) 18:30~19:30
 8/30(日) 16:30~17:30

●講師: 松本 千穂&YUMIKO
 ●対象: 不登校や行き渋りに悩む親子※親のみの受講も可 ●定員: 2名または1組
 ●会場: 下記参照 ●持ち物: なし

Chiho English School /リラクゼーションサロンR+
 〔会場〕リラクゼーションサロンR+ (板橋区高島平1-77-1)

西台駅 夏のケアで肌年齢が変わる!
44 未来のシミ・シワを予防するスキンケア講座

秋に後悔しないために!夏の紫外線、汗、冷房による肌老化を防ぐコツを伝授します。朝昼夜の正しいスキンケアとUV対策、インナーケアで未来のシミ・シワを予防しましょう!

開講日時
 8/7(金) 11:00~13:00 13:00~14:00
 8/8(土) 11:00~13:00 14:00~16:00
 8/13(木) 11:00~13:00
 8/23(日) 11:00~13:00 14:00~16:00

●講師: 小杉 典子
 ●対象: どなたでも
 ●定員: 3名※グループの場合はご相談ください
 ●会場: 店舗 ●持ち物: なし

ワミレスサロン ラポール
 板橋区高島平1-30-12 ヴェルドミール高島平106

西台駅 数種のお塩とお水を選ぶ!
45 あなただけのオリジナル塩麹作り

数種のお塩とお水を組み合わせて、オリジナルの塩麹を作りましょう!3パターン塩分濃度から2種類を作ってお持ち帰り頂けます。夏休みの自由研究にもピッタリ!すぐに使える醤油麹のお土産付き。

開講日時
 8/2(日) 11:00~13:00
 8/30(日) 12:00~13:30
 9/6(日) 12:00~13:30
 9/13(日) 12:00~13:30

●講師: 馬淵 かおる ●対象: どなたでも※未就学児・小学生は保護者同伴 ●定員: 6名 ●会場: 店舗 ●持ち物: なし ●材料費: 900円

ベリ・デリごはん まるうま
 板橋区高島平1-55-10 高島平サンパワ1F
 ☎03-6786-5088 〔受付〕12:00~22:00 (月・日曜、祝日、第3主曜を除く)

いたばしハッピーゼミとは?

いたばしハッピーゼミは、板橋区の事業者が一斉に開催する得する街のゼミナール、略してまちゼミです。

まちゼミは、現在日本全国の400以上の地域で開催されていますが、板橋区でも2015年に第1回目の大山ハッピーゼミが開催され、今年で12回目のハッピーゼミを開催することとなりました。
 ※昨年より、本格的に区内全域へ拡大するため、名称をいたばしハッピーゼミに変更しました。

まちゼミでは、お店の店主や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、また趣味の楽しみなどを受講者としてお越しいただく皆様にお伝える、少人数制の講座(ゼミ)を行います。

✓各講座の受講料は原則無料です。(一部、材料費が掛かる場合があります)
 ✓講座中にお店から商品やサービスを販売することは一切ありません。

ぜひ、ハッピーゼミのお得な講座をお楽しみください!

いたばしハッピーゼミ実行委員会より



いたばしハッピーゼミ

第12回 得する街のゼミナール

8/1(土)~9/15(火)

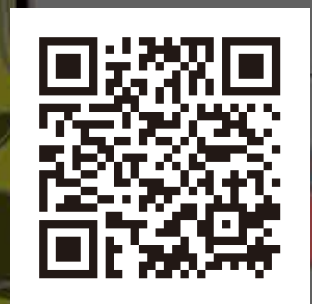
受講者募集
受講料無料
7月21日より
受付開始!!

まちゼミナール?

●お店の(フロア)が講師を務めます。
 ●少人数制だからわかりやすく質問もしやすい。
 ●アットホームなゼミ。
 ●お店からの販売は一切ありません。
 安心してお申し込みください。

主催: いたばしハッピーゼミ実行委員会
 後援: 板橋区

いたばしハッピーゼミ



①選ぶ！

申込み方法

内容をよく見て講座をお選びください！

各講座のQRコードを読み込むと、最新の空き情報や店舗(会場)のMAPなど、さらに詳しい情報がご覧いただけます。追加になった日程もあるかも？

②申し込む！

申込みは先着順です！

申込みは店舗によって違います。電話は受付時間内にお掛けください。その他については、すべてQRコードのリンク先からお申し込みいただけます。

③受講する！

開講時間に間に合うように会場へお越しください！

※キャンセルの場合は、必ず事前にお店に連絡をしてください。講座により材料費を負担いただく場合があります。

要事前申込み

2026年7月21日(火)より、全講座の申込み受付スタート！

大山駅

4 文化会館大ホールバックヤード見学ツアー

文化会館大ホールの奈落、音響室、照明室、映写室など普段は入ることができない場所にご案内します。舞台上での記念写真など写真撮影することも可能です。

開講日時8/20(木) 11:00～11:45
8/20(木) 14:00～14:45

●対象：どなたでも
●定員：15名
●会場：店舗 ●持ち物：なし

板橋区立文化会館
板橋区大山東町 51-1
☎03-3579-3005 〔受付〕9:00～17:00 (平日のみ)

▼詳細・申込み

大山駅

5 スマホ1つでできる！集客のためのInstagram講座

Instagramアカウントを持っているお店・事業者向けの講座です。お客様に伝わるプロフィールの整え方と、無料のチラシ代わりになるストーリーズ活用法を実践形式でお伝えします。

開講日時8/15(土) 10:00～11:30
8/20(木) 19:00～20:30

●講師：階方 くるみ
●対象：18歳以上どなたでも ●定員：5名
●会場：下記参照
●持ち物：スマホ

板橋のママ友トーク
【会場】スペースオウル (板橋区大山東町 17-11)

▼詳細・申込み

大山駅

6 ハンドメイド・ボヘミアンアクセサリー
バンダナとビーズで作るアクセサリー

プレスレットが作れます。好きなバンダナの色を選び、好きなビーズを選び、好きなパーツを3つ、つけれます。全て無料ですの手ぶらで来てください！

開講日時8/24(月) 11:00～12:00
8/24(月) 13:00～14:00
8/26(水) 11:00～12:00
8/26(水) 13:00～14:00

●講師：LOVE
●対象：小学1年生から ●定員：3名
●会場：店舗
●持ち物：なし

DKLCafe
板橋区大金山井町 40-6 ハーモニー大山 101

▼詳細・申込み

下板橋駅

1 起業家養成ゲームで楽しく社長体験！
ビジネス甲子園に出よう！！

「スマイルゲーム」というおもしろい、でも本格的な起業家養成ボードゲームで、社長体験をしてみよう！秋に池袋サンシャインシティで行われるリアル「ビジネス甲子園」で優勝できるかも！？

開講日時8/4(火) 17:00～18:00
8/18(火) 17:00～18:00

●講師：三木 裕
●対象：小4～中卒のお子さまと保護者の方
●定員：5組 ●会場：下記参照
●持ち物：なし

板橋三木塾
板橋区板橋 2-38-2 2階 (高宮接骨院さん上)

▼詳細・申込み

下板橋駅

2 オリジナル御朱印帳・ノート作り
簡単！和風デコで遊ぼう！

御朱印帳とは？寺社仏閣巡りに欠かせない必須アイテムです。可愛いビーズに和風柄布、レースリボンなど、豊富な材料から選んで貼り付けるだけ！世界にだけのオリジナル甲子園で優勝できるかも！？

開講日時8/11(火)・9/5(土)
①10:00～11:30
②12:00～13:30
③14:30～16:00

●講師：岩田 真由&猪俣 美由紀 (にじいろぽっけ)
●対象：小学生以上 ●定員：4名 ●会場：店舗
●材料費：ノート 500円または御朱印帳 1300円

カセイセイントハウス (株)
板橋区熊野町 16-1 ジュネス IWATA202 (まいばすけっとの上)
☎090-9640-0316 〔受付〕10:00～18:00

▼詳細・申込み

下板橋駅

3 キミが不動産屋さんなら？
理想のお家を想像してみよう！

不動産屋さんって、何をやるの？馴染みがない子も多いはず。誰と何人でどんな場所に住みたい？ペットと暮らしたい人は？いくらならかり？ミニ職業体験をしよう！

開講日時8/30(日) 10:00～11:30
8/30(日) 13:00～14:30

●講師：岩田 真由
●対象：小学生 ●定員：4名※保護者の付添要
●会場：店舗 ●持ち物：なし

カセイセイントハウス (株)
板橋区熊野町 16-1 ジュネス IWATA202 (まいばすけっとの上)
☎090-9640-0316 〔受付〕10:00～18:00

▼詳細・申込み

大山駅

10 夏休みの自由研究にも
マイモーターカーをつくろう！

シールやパーツを使って世界に1台だけのモーターカーを自分で作って走らせよう！親子で一緒に、友達と一緒に、どなたでもご参加いただけます。

開講日時8/17(月) 10:00～11:30
8/22(土) 10:00～11:30
8/23(日) 14:00～15:30
8/28(金) 14:00～15:30

●講師：宮本 慧 (スマートシティ企画株式会社)
●対象：どなたでも ●定員：5名
●会場：下記参照
●持ち物：なし ●材料費：600円

いたばしハッピーでんき
【会場】ギャラリーるくさん (板橋区大山東町 54-2)

▼詳細・申込み

大山駅

11 和の手仕事体験！
小さな加賀ゆびめき作り

金沢に伝わる加賀ゆびめきを、楽しく体験。カラフルな糸糸を選びながら、自分だけの小さな作品を作ります。はじめての方でも大丈夫。作品はペンダントや帯留として楽しめます。

開講日時8/1(土) 10:30～12:00 13:30～15:00
8/30(日) 10:30～12:00 13:30～15:00
9/4(金) 18:30～20:00

●講師：佐々木 知江 ●対象：高校生以上
●定員：4名 ●会場：下記参照
●持ち物：必要な方は眼鏡や拡大鏡
●材料費：500円

加賀ゆびめきデモドル
【会場】ギャラリーるくさん (板橋区大山東町 54 -2)

▼詳細・申込み

大山駅

12 きょうからはじめる健康習慣
最新の腸活と食と健康の選択力を学ぼう！

この講座では、①腸と免疫・全身のつながり ②日本人に合う食生活と腸活 ③市販品の選びかたなどを分かりやすくお伝えします。小学6年生から全世代におすすめの講座です(^ ^)！

開講日時8/1(土) 10:30～13:00
8/15(土) 11:00～13:00
8/21(金) 18:00～20:00
8/25(火) 11:00～13:00

●講師：秋田 さとみ(食と健康の選択ナビゲーター)
●対象：どなたでも ●定員：8名
●会場：下記参照 ●持ち物：筆記用具

MimiCadeau
【会場】ギャラリーるくさん (板橋区大山東町 54-2)
☎090-5994-5875 〔受付〕11:00～18:00

▼詳細・申込み

大山駅

13 あなたの一冊を教えてください！
絵本と私と語らいと

皆さんで絵本を紹介し合う集いです!!「癒やされる絵本」「元氣になれる絵本」「泣ける絵本」等と出会うひとときの語り場と癒しの時間。大人のための一日限りの読書室。ご参加をお待ちしております。

開講日時9/13(日) 13:00～14:30

●講師：事業団職員
●対象：どなたでも ●定員：7名
●会場：下記参照
●持ち物：お薦めの絵本

まきの整骨院
板橋区仲町 14-6
☎03-3956-7223

▼詳細・申込み

大山駅

14 種類・格・TPOがわかる着物の基本講座
この着物、いつ着るの？

「この着物は何?」「どこに着ていく?」「どの帯をあわせる?」着物の種類や格、着る場面など、今の時代に合わせた基本を実物を見ながら分かりやすくお話しします。

開講日時8/6(木) 10:00～11:30
8/6(木) 14:00～15:30
8/7(金) 18:00～19:30
8/8(土) 10:00～11:30

●講師：鮫 美恵子
●対象：どなたでも ●定員：4名
●会場：店舗 ●持ち物：なし

京呉服 わき
板橋区大金山井町 52-2
☎03-3959-0256 〔受付〕10:30～18:00

▼詳細・申込み

大山駅

15 ブックコーティング体験

あなたの本を図書館の本のようにコーティングしてみませんか?透明なフィルムを貼るとして、紫外線や傷み、汚れから本の表紙を守ります。小学生から大人の方まで、ご参加お待ちしております。

開講日時8/20(木) 10:30～11:30
9/6(日) 10:30～11:30

●講師：氷川図書館スタッフ ●対象：小学生以上
●定員：6名 ●会場：店舗
●持ち物：コーティングしたい本

氷川図書館
板橋区氷川町 28-9
☎03-3961-9981 〔受付〕9:00～20:00 (7/21・31、8/17・31を除く)

▼詳細・申込み

大山駅

16 満席必至の人気講座！
表現力をアップ!お絵描き・イラスト講座！

毎年人気のイラスト講座!イラストを描く楽しさ(初級)、パランスのとおり方(中級)、見栄えのある絵の描き方(上級) などなどアドバイスします!デジタルイラストの相談も可!

開講日時8/30(日)・9/6(日)
①11:00～12:00 (初級)
②13:00～14:00 (中級)
③15:00～16:30 (上級)

●講師：深澤 直 ●対象：小学生～大人
●定員：初級3名、中級4名、上級5名
●会場：店舗 ●持ち物：鉛筆、消しゴムなど

個別学習ステーション トリプル エス
板橋区大山東町 26-9 伊澤ビル 1F
☎090-5507-4391 〔受付〕10:00～23:00

▼詳細・申込み

大山駅

17 水引アーティストが教える！
はじめてのあわじ結びの耳飾り

伝統工芸「水引」のあわじ結びで、コットンパールを合わせた涼やかな耳飾りを制作します。お好きな色を選びながら楽しめる、初心者歓迎の講座です。

開講日時8/2(日) 11:00～12:30
8/2(日) 14:00～15:30
8/3(月) 11:00～12:30
8/3(月) 14:00～15:30

●講師：橋 ゆかり
●対象：高校生以上 ●定員：4名
●会場：店舗 ●持ち物：鉛筆、消しゴムなど

ふたえ蔓 (美麗園)
板橋区大山町 31-2 伊崎ビル3階 (入り口、花屋美麗園)

▼詳細・申込み

大山駅

18 紅茶好き必見！
カフェの紅茶飲み比べと小さなお茶会

ミルクティー好きの店長が当店おすすめの紅茶とアレンジティーを3～4種類紹介します。それぞれ飲み比べながら、人気のホットサンドとケーキを食べて語る小さなお茶会です。

開講日時8/6(木) 10:30～11:30
8/13(木) 10:30～11:30
8/20(木) 10:30～11:30

●講師：岸本 真帆子 ●対象：紅茶が好きな方
●定員：4名 ●会場：店舗
●持ち物：なし ●材料費：300円

サンライズカフェ
板橋区大山町 6-6-2F
☎03-3952-3048 〔受付〕11:00～17:00 (水・木・日曜を除く)

▼詳細・申込み

大山駅

19 リハビリ専門職が教える
つまづかない! 足腰の「若返り」運動講座

握力・バランス測定、AI (トルド) による歩行分析を行い、その方に適したレジスタンス運動、バランストレーニング、歩き方の指導などを行います。ご参加お待ちしております。

開講日時8/21(金) 10:00～11:30
9/4(金) 10:00～11:30

●講師：施設職員 (理学療法士)
●対象：どなたでも ●定員：5名
●会場：店舗 ●持ち物：動きやすい服装、靴

大規模複合型介護施設 クローバーのさと
板橋区仲町 1-4
☎03-3952-9608 〔受付〕9:00～17:00 (日曜を除く)

▼詳細・申込み

大山駅

20 もっと早く知りたかった！
毎日できる!身体のかんたんケア

ずっと若く健康でいたい!いつまでも自分の足で歩いて好きなことをしたい!マッサージやストレッチで身体の不調を整えませんか?肩こり、腰痛、冷え、むくみに効くセルフケア教えます!

開講日時8/7(金) 14:00～14:45
8/20(木) 14:00～14:45
8/29(土) 15:30～16:15

●講師：フィッツミー東京大山店スタッフ
●対象：女性ならどなたでも ●定員：4名
●会場：店舗 ●持ち物：動きやすい服装、飲み物

フィッツミー東京大山店
板橋区大山東町 18-4 オーターズプラザ B1F
☎03-5944-1184 〔受付〕9:30～19:00 (土曜は15:00まで)

▼詳細・申込み

大山駅

21 元ナース直伝。痛い魚の目、タコ、巻き爪のケア方法
ドイツ式フットケアとは?～サロン見学会～

ドイツでは、300年近い靴文化の中で、フットケアが発達してきました。実際にどんなことをするのか?トラブルの原因やケア方法を学び、道具や施術椅子を実際に見ていただきます。

開講日時8/3(月) 9:00～10:00 11:00～12:00
8/2(水) 9:00～10:00 11:00～12:00
9/5(土) 9:00～10:00 11:00～12:00

●講師：瀬田 あい
●対象：どなたでも ●定員：3名
●会場：店舗 ●持ち物：なし

フスフレーゲ フットネス 大山店
板橋区大板橋 30-16 デュエット大山 403
☎03-6336-3234 〔受付〕9:00～18:00 (日曜を除く)

▼詳細・申込み

大山駅

22 夏に持ち歩きたくなるうちわを作ってみませんか?
檜のうちわにデコパージュ

セレクトショップオーナーでデコパージュ講師が教える。お好みのペーパーナプキンを切って貼るだけで出来る、お酒落なうちわ作り。お洋服や浴衣に合わせて作ってみませんか?

開講日時8/9(日) 10:00～12:00
8/12(水) 10:00～12:00
9/6(水) 10:00～12:00
9/13(日) 10:00～12:00

●講師：多賀堂 車美子 ●対象：中学生以上
●定員：4名 ●会場：店舗
●持ち物：なし ●材料費：1500円

ポン デュ プレジール
板橋区大山東町 57-6
☎03-5944-1500 〔受付〕10:00～19:00

▼詳細・申込み

大山駅

23 花を植えて楽しく学ぶ♪
みんなで作る、まちの花だん!!

花好きな人、初めての人も、手ぶらで気軽に参加できる園芸講座です。日曜のひと時、みどりの専門家に一緒に花やみどりを楽しみながら、まちを彩りませんか!

開講日時8/30(日) 9:30～11:00
9/6(日) 9:30～11:00
※雨天中止

●講師：高橋 浩一、城 ゆかり ●対象：どなたでも
●定員：10名 ●会場：下記参照
●持ち物：汚れても良い服装

BmF プロジェクト
【会場】クロス大町・マルエツ前の道路用地 (板橋区大山町 27-8 周辺)
☎090-6011-6210 〔受付〕10:00～19:00

▼詳細・申込み

大山駅

24 【板橋の大家さんへ】最新の家賃相場を知る
AIとビッグデータによる5分で家賃査定

「所有している物件の家賃は適正かな?」とお考えの大家様、賃貸オーナー様へ。近隣の募集契約事例を基に、AIが適正な家賃相場を算出して査定レポートをお渡しします。(対象は住居のみ)

開講日時8/7(金)・8/23(日)・9/5(土)・9/13(日)
①10:00～10:50 ②11:00～11:50
③14:00～14:50 ④15:00～15:50

●講師：山口 輝成 ●対象：板橋区近郊の大家様・賃貸オーナー様 ●定員：1名または1組
●会場：店舗 ●持ち物：なし

株式会社アメニシティ
板橋区大金山井町 47-6 グリーン大山西館 1階
☎03-5917-4533 〔受付〕9:30～18:00 (水曜定休)

▼詳細・申込み

大山駅

25 燕心全開!すわぼー!
【ヤクルトスロース】ファンの集い

「株式会社アメニシティ」と「まきの整骨院」の共同企画。板橋区近郊にお住まいの東京ヤクルトスロースファンの皆さん!スロースの魅力・ファン歴・推し選手など楽しく語り合ひましょう。

開講日時8/8(土) 18:00～19:00
8/29(土) 18:00～19:00
9/12(土) 18:00～19:00

●講師：山口 (アメニシティ)、牧野 (まきの整骨院)
●対象：ヤクルトスロースが好きな方
●定員：4名または4組 (親子OK)
●会場：下記参照 ●持ち物：なし

株式会社アメニシティ/まきの整骨院
【会場】新アメニシティ (板橋区大金山井町 47-6 グリーン大山西館 1階)

▼詳細・申込み

大山駅

26 CAMPFIRE 公式パートナーが教える
はじめてのクラウドファンディング

知っているようで意外と知らないクラウドファンディング(以下、CF)について学びましょう!「CFってなに?」という未経験の方はもちろん、CFの活用に興味のある方も大歓迎です!

開講日時8/8(土) 10:30～12:00
8/10(日) 19:00～20:30※
8/29(土) 10:30～12:00
9/8(火) 10:30～12:00

●講師：熊谷 慎一
●対象：高校生以上※楽器未経験者歓迎
●定員：4名 ●会場：店舗 ※オンライン開催
●持ち物：なし

商店街ワークキングスペース WaOh!
板橋区大山町 40-6 2F

▼詳細・申込み

中板橋駅

27 ピアノを弾いてみよう!
楽譜が読めなくても大丈夫!大人のためのピアノ体験講座

憧れのピアノを両手で弾いてみませんか?楽譜の読み方から指の動かし方まで、個人のペースに合わせて優しくサポート。昔少し習っていた方の再チャレンジも大歓迎です。お気軽にお申し込みください!

開講日時8/2(日) 13:00～14:00
8/2(日) 14:30～15:30
8/9(日) 16:00～17:00
8/9(日) 17:30～18:30

●講師：阿部 花乃子
●対象：高校生以上※楽器未経験者歓迎
●定員：1名 ●会場：店舗 ●持ち物：なし

スタジオ・シヴァ音楽教室
板橋区中板橋 20-1 モダ・ビエント中板橋プラシア 201
☎050-3574-0048 〔受付〕11:00～21:00

▼詳細・申込み

中板橋駅

28 遊びが学びに変わる!ピアノを弾いてみよう!
音楽が好きなお子さん歓迎!

楽しくピアノにチャレンジするミニレッスンです。ピアノに触ってみたい、たいこリズムを叩いてみたい、音符をよんでみたい...音楽って楽しい、面白い!を体験してみよう!

開講日時8/2(日) 16:00～16:50
8/2(日) 17:00～17:50
8/9(日) 13:00～13:50
8/9(日) 14:00～14:50

●講師：阿部 花乃子
●対象：3～12歳のお子と保護者様
●定員：1組 ●会場：店舗 ●持ち物：なし

スタジオ・シヴァ音楽教室
板橋区中板橋 20-1 モダ・ビエント中板橋プラシア 201
☎050-3574-0048 〔受付〕11:00～21:00

▼詳細・申込み

中板橋駅

29 あなたのスマホで光を操る!
初めてのIoT スマートホーム

流行りのスマートホームは照明から始めるのが一番!IoTコントローラーで照明を実際に操作しながら、声でのコントロールも体験できます。難しい知識は不要です。

開講日時8/8(土) 13:00～14:30
8/29(土) 13:00～14:30

●講師：ホッピー
●対象：親子参加も大歓迎です! ●定員：6名
●定員：4名 ●会場：店舗
●持ち物：スマホ
●材料費：2000円

イルミカライツ株式会社
板橋区中板橋 25-12

▼詳細・申込み

ときわ駅

30 ゲームやおしゃべりで心と身体をほくしましう♪
大人の女子会!脳トレ塾

アタマとカラダを使う簡単なゲームをスタッフ・参加者の皆さんで行って、ゆったりと心と身体をほくしませんか?1つ5分程度で出来る、道具のいらない身体を使うゲームなどを複数ご案内予定です。

開講日時8/26(水) 14:00～14:45
8/28(金) 14:00～14:45
9/5(土) 15:30～16:15

●講師：当店スタッフ ●対象：女性ならどなたでも
●定員：5名 ●会場：店舗
●持ち物：水分補給のための飲み物

フィッツミーときわ会
板橋区常盤台 1-38-9 第2BAJビル1階
☎03-5939-8191 〔受付〕9:30～18:30 (土曜のみ15:00まで)

▼詳細・申込み

上板橋駅

31 フリマサイト・SNS・商品撮影で差別化
写真は背景が8割!壁紙を使った撮影講座

撮影の知識がなくても大丈夫!内装のプロが壁紙を背景に使うだけで「伝わる」写真に変わるコツをお伝えします。フリマ・SNS・商品撮影にすぐに活かせる内容です。

開講日時8/20(木)・9/4(金)
①10:00～11:30 ②11:00～12:00
③13:00～14:00 ④14:00～15:00

●講師：壁紙デコスタッフ
●対象：どなたでも ●定員：1名
●会場：店舗
●持ち物：なし

株式会社リアライズ 壁紙デコ
板橋区上板橋 2-48-1-109

▼詳細・申込み

上板橋駅

32 捨てられない着物ありませんか?
縫わない着物リメイクバッグ作り

切って貼るだけで作れる縫わない着物リメイク。思い出の着物や浴衣に世界にひとつの素敵なバッグに!初心者歓迎。手ぶらでお気軽にご参加ください。

開講日時8/8(土) 10:00～12:00
8/8(土) 12:00～14:00
8/19(水) 10:00～12:00
8/19(水) 12:00～14:00

●講師：直井 博子 ●対象：どなたでも
●定員：4名 ●会場：下記参照
●持ち物：なし (浴衣などを利用したい方はお持ちください)

アトリエあいか
【会場】壁紙デコ (板橋区上板橋 2-48-1-109)

▼詳細・申込み

上板橋駅

33 その不調、歩き方が原因かも?
歩くのが楽しくなる美姿勢ウォーキング

下半身太り、膝や腰の痛み、足の疲れ…。年齢とともに変化する身体に合わせた、無理のない歩き方を体験できます。15年以上女性の身体をサポートしてきたトレーナーが、美しく軽やかに歩くコツをお伝えします!

開講日時9/5(土) 14:00～15:00
9/10(木) 13:30～14:30
9/12(土) 14:00～15:00

●講師：大下 弥咲
●対象：どなたでも ●定員：6名
●会場：店舗
●持ち物：動きやすい服装、タオル、水分

DREAM FIT CLUB
板橋区桜川 2-28-31 ミニハビル 401

▼詳細・申込み