

第

11

保存版

開催期間

開催日時は各店により異なります
受付開始日も講座によっては異なる場合があります

2/23(土) ~ 3/31(日)

受付開始

2/16(土)

まちゼミ福山

まちゼミ

受講料
無料

内容により材料費などがかかる講座があります

得

する

街の

の

ゼミナール

主催 福山商工会議所
共催 福山市商店街振興組合連合会



学

役で
んた
立つ



作

楽し
む



美

若々
しく



食

に
た
だ
る



健

や
か
に
過
す

全40講座

カレンダー

2	23	2	6	28	30
	24	日	6	9	
	25	月	7	32	34
	26	火	7	14	33
	27	水	1	15	26
	28	木	20		
3	1	金	12	29	31
	2	土	28	31	
	3	日			
	4	月			
	5	火	27	31	
	6	水	1	13	15
	7	木	20		
	8	金	29		

3	9	土	3	4	5	11	28	33
	10	日	16	23	37			
	11	月						
	12	火	27	30				
	13	水	13	15	16	25		
	14	木	17	18	20			
	15	金	26	39				
	16	土	3	5	11	22		
	17	日	4	22	23			
	18	月						
	19	火	19					
	20	水	13	15	40			
	21	木	2	20				
	22	金	33	39				

3	23	土	5	9	28	31	39
	24	日	8	24			
	25	月	32				
	26	火	10	14	31	38	
	27	水	15				
	28	木	20				
	29	金	21	31			
	30	土	21				
	31	日					

期間中随時予約受付 6 7 23 28 35 36

会場マップ

●専用の駐車場はありませんのでご承知置きください



受講者 募集中

お申込は各店へ
「まちゼミの
申込です」
とお電話ください



お店の人が講師になり専門店
ならではの知識や情報、技や
コツを受講者に無料で伝授
する得するゼミナールです。

① 吉田カバンの今日まで そして明日から

開催日時 **2/27(水) 3/6(水)** 10:00~11:00



一針入魂の精神のもと日本製にこだわり続けるカバンメーカー。吉田カバン(ポーター)の歴史とこだわり、今後についてお話しします。

宮本カバン店
☎084-923-2790

住所 今町2-8
受付時間 10:00~19:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 宮本
定員 各2名
材料費 無料

学

② カバン・バッグ・財布の修理体験

開催日時 **2/23(土) 3/21(木)** 15:00~17:00



お持ちのバッグ、財布など大切にしていたものが壊れてしまった。ご相談頂ければ直せると思います。他店でお断りされた物でも一度ご相談ください。

鞆工房 白牡丹
☎084-983-3711

住所 今町4-22
受付時間 10:00~19:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 高田
定員 各3名
材料費 部品代
持ち物 直したいカバン・バッグ・財布

学

③ 初心者でも楽しめる英語でワインの基本を!

開催日時 **3/9(土) 16(土)** 19:00~20:30



ワインが大好きなカナダ人の先生と、グラス片手に英語でワインの基本を学んでみませんか? 英語もワインも初心者の方でも楽しんで頂けます。(試飲あり)

福山イングリッシュセンター
☎084-973-1808

住所 笠岡町2-1 2F
受付時間 10:00~17:00
定休日 日曜日

対象 20歳以上
講師 プリンク カイル
定員 各6名
材料費 1,000円(ワインおつまみ代)
持ち物 筆記用具

学

④ スカッとさわやか フォークソング!

開催日時 **3/9(土) 14:00~15:00 17(日) 10:30~11:30**



「神田川」、「なごり雪」、「結婚しようよ」など、70年代のフォークソングの名曲をギター伴奏で歌いましょう! ギターの持ち込みもOKです!

安原楽器
☎084-922-1701

住所 笠岡町2-22
受付時間 10:00~19:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 ひじ元明
定員 各20名
材料費 600円(曲集)

学

⑤ きもの姿いいね!

開催日時 **3/9(土) 16(土) 23(土)** 19:00~21:00



気軽に、そして楽しく着られるコツ、美しく着こなすコツをつかんで、きもの美人に仲間入りしましょう。

創作のきもの あづまや
☎084-922-0276

住所 船町1-14
受付時間 9:30~18:00
定休日 第三火曜日

対象 どなたでも
講師 東
定員 各5名
材料費 無料
持ち物 お持ちの着物(練習したい着物でも可)

学

⑥ はじめての金・プラチナ投資

開催日時 **2/23(土) 24(日)** 11:00~12:00 その他希望日時受付 開催可能(要相談)



金・プラチナを買ってみたいが、何をどのように買えばよいのか。売る時に税金はどうなるのだろうか等、金・プラチナ投資の初心者向け講座です。

宝石・貴金属の麻生
☎084-923-0528

住所 船町1-1
受付時間 10:00~18:30
定休日 水曜日

対象 どなたでも
講師 麻生
定員 各4名または3組
材料費 無料

学

⑦ 知って得する宝石・貴金属の整理活用

開催日時 **2/25(月) 26(火)** 11:00~12:00 その他希望日時受付 開催可能(要相談)



お手持ちの宝石・貴金属製品をどうすればよいか悩んでいる方に、この道36年の宝石鑑定士がアドバイス致します。

宝石・貴金属の麻生
☎084-923-0528

住所 船町1-1
受付時間 10:00~18:30
定休日 水曜日

対象 どなたでも
講師 麻生
定員 各4名または3組
材料費 無料

学

⑧ 印影がきれい、プロが教える捺印の技

開催日時 **3/24(日)** 16:00~17:00



一級彫刻技能士が大切なハンコ(ゴム印・石材可)を、きれいに捺印するコツや技を教えます。実用印・落款印をきれいに押ししてみましょう。

高野耕石堂
☎084-922-3161 (0120-7676885)

住所 元町15-12
受付時間 9:00~19:00(土曜10:00~18:00)
定休日 日・祝日

対象 どなたでも
講師 井上・小田
定員 3名
材料費 無料
持ち物 お持ちのハンコ(石材・ゴム印可)

学

⑨ 教えます。庖丁研ぎのテクニック

開催日時 **2/24(日) 3/23(土)** 14:00~15:00



研ぎのコツをお教えます。庖丁は「砥石で研ぐ」のがベストです。是非この機会に、研ぎのポイントをマスターしませんか。研ぎは楽しいですよ。

旭金属
☎084-923-2694

住所 霞町1-3-11
受付時間 10:00~19:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 佐藤
定員 各3名
材料費 無料
持ち物 普段使用する文化用丁・エプロン・タオル

学

⑩ 出会い新発見!! 帽子で広がるよろこびのわ

開催日時 **3/26(火)** 14:00~15:00



・あなたに似合う帽子さがし
・帽子のお手入れ
・語り合おう帽子との思い出

古川帽子店
☎084-922-1424

住所 霞町1-4-28
受付時間 8:00~18:00
定休日 なし

対象 どなたでも
講師 古川
定員 4名
材料費 無料
持ち物 筆記用具

学

⑪ ミシンがうまく使えない!を解決します

開催日時 **3/9(土) 16(土)** 14:00~15:00



ミシンの基本的な使い方をわかりやすくご説明しますよ! ミシンの修理のご相談もどうぞ!

岡田ミシン
☎084-922-2017

住所 霞町2-4-22
受付時間 9:30~18:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 岡田
定員 各3名または2組
材料費 無料

学

⑫ 筆やさんの「筆の選び方・お手入れ方法」

開催日時 **3/1(金)** 10:30~12:00 13:30~15:00



伝統工芸品川尻筆の社長がお話しする筆のあれこれです。お手入れ方法では実際に筆の洗い方の実演や、お手持ちの筆の診断も行います。

西文明堂 福山店
☎084-999-0501

住所 西町1-1-1 エフビコR1M1F
受付時間 10:00~19:00
定休日 月曜日(祝日を除く)

対象 どなたでも
講師 上野(菊寿堂社長)
定員 各10名
材料費 無料
持ち物 筆・筆用の筆がある方はお持ち下さい

学

⑬ 気持ちスッキリカフェ

開催日時 **3/6(水) 13(水) 20(水)** 10:30~11:30



心のお悩み、心の在り方、心理カウンセラーがあなたの心をスッキリといたします。

しんぐうカフェ
☎084-999-3530

住所 西町1-1-1 エフビコR1M2F
受付時間 10:00~20:00
定休日 なし

対象 どなたでも
講師 新宅
定員 各10名
材料費 500円(薬膳茶)

学

⑭ 保湿たっぷり手づくり石けんを作ろう!!

開催日時 **2/26(火) 3/26(火)** 10:00~12:00



高級素材で作るハンドメイド石けん。オリーブオイル、ホホバオイルをつかった、やさしい石けんを作ります。

コミュニティハウス umbrella
☎084-917-5114

住所 今町3-23
受付時間 10:00~18:00
定休日 火曜日

対象 15歳以上
講師 桑田
定員 各4名
材料費 1,000円(材料費)
持ち物 マスク・エプロン

作

⑮ マクラメの楽しみを知りましょう

開催日時 **2/27(水) 3/6(水) 13(水) 20(水) 27(水)** 12:00~15:00



1つの結び方から形になるのを楽しんでいただけます。どなたでも作れる壁かざりです。

mako-mama工房
☎084-917-5114 (umbrellaが受付)

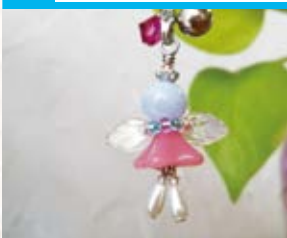
住所 今町3-23 2F
受付時間 10:00~18:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 二岡
定員 各6名
材料費 800円(マクラメ代)

作

16 天然石で作る天使ストラップ

開催日時 **3/6(水)10日13(水)14:00~16:00**



お好きな石とビーズを選んで天使のストラップを作ります。
あなたの天使を作ってみませんか？

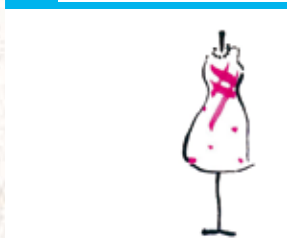
天使工房・由~yui~
☎090-1337-9148

住所 今町3-23 2F
受付時間 11:00~17:00
定休日 月・火曜日

対象 どなたでも
講師 石井
定員 各5名
材料費 1,000円(石・ビーズ代)

17 プロが教えるリフォームのコツ

開催日時 **3/14(木)10:30~11:30**



お持ちの洋服のリフォームはありませんか？プロがアドバイス致します。

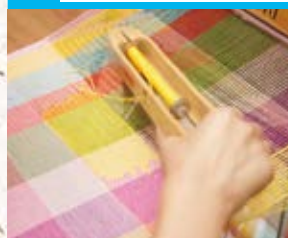
モードこだま
☎084-931-5529

住所 今町2-12
受付時間 10:00~18:30
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 松本
定員 4名
材料費 無料
持ち物 リフォームしたい衣服

18 楽しいさを織り《無心に織る》

開催日時 **3/14(木)9:45~11:30 13:15~15:00**



さをり織りは、色鮮やかな糸を好きに好きに織る芸術です。障がいのある人とともに楽しく織りができます。また、仕上がった布は持ち帰っていただけます。

さをりひろば工房まち
☎084-928-3220

住所 笠岡町1-7
受付時間 8:30~17:30
定休日 土・日・祝日

対象 どなたでも
講師 西山
定員 各8名
材料費 1,000円(織り糸代)

19 エイジング塗装で小物をDIY!

開催日時 **3/6(水)19(火)13:00~完成まで**



人気のミルクペイントを使ってエイジング塗装を体験！小物をアンティーク風に仕上げたり、ひび割れたタッチを再現したりできます。

Eeパレット福山
☎084-959-2518

住所 笠岡町2-24
受付時間 10:00~15:00(2/18より)
定休日 土・日・祝日

対象 どなたでも
講師 佐古
定員 各4名
材料費 1,500円(余った材料はお持ち帰り頂けます)

20 みんなでPOP&Menuにおえかき♪

開催日時 **2/28(木)3/7(木)14(木)21(木)28(木)14:30~16:00**



お茶やおしゃべりをしながらみんなで楽しくおえかきのPOP&Menuづくりをしませんか？

汐街MARCHÉ
☎084-919-0507

住所 笠岡町1-17
受付時間 10:30~22:30
定休日 火曜日・最終週の火曜日

対象 どなたでも
講師 とおり町小町のヨッピーさん
定員 各6名または3組
材料費 500円
(紙、ペン、クレヨン、小物etc)

21 ステンドグラスの小物入れ

開催日時 **3/29(金)30(土)10:00~12:00**



ステンドグラスで小物入れを作ります。好きな色のガラスを選んでかわいい小物入れを！

ステンドグラス工房 グラスアートゆりえ
☎090-4692-9645

住所 笠岡町4-24
受付時間 10:00~17:00
定休日 不定休

対象 小学5年生以上の方
講師 吉永
定員 各6名
材料費 1,000円
持ち物 エプロン・軍手

22 マンシェットブーケを作ろう!

開催日時 **3/16(土)10:30~12:00 14:00~15:30 17(日)10:30~12:00**



マンシェット(装飾的な枠組)を使って春の花束を作りますよ！
写真はお正月イメージの参考作品です。実際に作る作品とは異なります。

花辰生花店
☎084-923-2570

住所 船町1-6
受付時間 9:00~21:00
定休日 なし

対象 どなたでも
講師 林原・今利
定員 各8名
材料費 1,500円(花材費)
持ち物 あれば花切ハサミ

23 親子でメガネ

開催日時 **3/10(日)17(日)14:00~14:50** その他日程希望の場合は出来るだけ対応します。



ゲームやスマホの普及で近視になりやすい環境が多い中、お子様の視力はどのくらいか気になりますか。メガネ体験のあとはビーズでプレスレット作り。

メガネ・補聴器の麻生
☎084-926-3473

住所 船町1-3
受付時間 10:00~19:00
定休日 水曜日

対象 親子(お子様が小学生以上)
講師 村上
定員 各1~2組
材料費 無料

24 創業139年はんこ職人が教える落款印作り

開催日時 **3/24(日)13:00~15:00**



絵ハガキ・年賀状・色紙などに押して使える自分のハンコ(石材)を作りませんか？
初心者・初参加者優先

高野耕石堂
☎084-922-3161 (0120-767685)

住所 元町15-12
受付時間 9:00~19:00(土曜10:00~18:00)
定休日 日・祝日

対象 小学生以上
講師 高野・井上
定員 各8名
材料費 500円
持ち物 軽装にて

25 かんたんスモックブラウスを作っちゃおう

開催日時 **3/13(水)14:00~16:00**



これからの季節に重宝するきれいで軽やかなスモック風ブラウスを簡単にお作りいただける講座です。
※写真はイメージです

ウエスギ
☎084-921-3333

住所 船町6-20
受付時間 10:00~18:30
定休日 なし

対象 どなたでも
講師 坂本
定員 各7名
材料費 600円

26 ローズの香りにつつまれて・・・

開催日時 **2/27(水)3/15(金)13:30~15:00**



アロマの香りに包まれて、ルームフレグランスとアロマワックスパーを作ります。
飾れる2点(同じ香りで！)

花結
☎084-982-9387

住所 元町7-8
受付時間 12:00~19:00
定休日 水・木曜日

対象 アロマ好きな女性
講師 林内
定員 各5名
材料費 1,000円(フレグランス・リボン・容器等)

27 おしゃれな小物

開催日時 **3/5(水)12(水)10:00~12:00**



今話題の「タタミヘリ」でおしゃれなコサージュを作っちゃおう！

手芸の店 はぐるま
☎084-923-1970

住所 元町7-9
受付時間 9:30~18:00
定休日 日・祝日

対象 20歳以上
講師 大島
定員 各4名
材料費 500円
(タタミヘリ・造花ピン)

28 ミニ畳を作ませんか？

開催日時 **2/23(土)3/2(土)9(土)23(土)11:00~12:00** その他の日時での希望の場合は相談可



オリジナルのミニ畳を作ってみませんか？
お気軽にご参加ください！

石井畳店
☎084-924-5010

住所 霞町3-3-30
受付時間 8:30~17:00
定休日 日・祝日

対象 どなたでも
講師 石井
定員 各4名または2組
材料費 300円(畳材料)
持ち物 お持ち帰り用の袋

2/16(土) 受付開始 講座によっては異なる場合があります。

お申込は各店へ「まちゼミの申込です」とお電話ください

■定員になり次第締め切らせて頂きます ■材料費等の実費は講座当日、各商店にお支払いください

■お申込後のキャンセルは、材料費等の実費を頂戴する場合があります

★受講対象者が限定されている講座があります ご確認ください★掲載の写真にはイメージもあります

★小学生以下のお子様は保護者同伴での参加をお願いします

福山商工会議所(産業課) 土・日・祝を除く8:30~17:30 TEL:084-921-2349 <http://www.fukuyama.or.jp/>

お約束!
「まちゼミ」を安心して受講して頂くために、お店側からの販売や勧誘は一切致しておりません

29 自助グループを体験しよう

開催日時 **3/1(金)8:10:30~12:30**



心の悩みに有効な自助グループとは、どんなものか体験してみませんか?


まちなか情報室「ぜっぴ」
☎084-983-0667

住所 笠岡町1-8
受付時間 11:00~18:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 平川
定員 各5名
材料費 500円(資料代)
持ち物 筆記用具・飲み物など

30 よく眠れるオーダーまくら“お気軽”体験会

開催日時 **2/23(土)3/6(水)12:00~11:30**



まくらでお悩みではありませんか?自分に合った「まくら」を体験できます!お越しの際はスポンで。その他おふとんのご相談も承ります。

神野ふとん店
☎084-922-1420

住所 霞町3-4-27
受付時間 9:00~19:00
定休日 日曜日

対象 どなたでも
講師 神野
定員 各2名または1組
材料費 無料

31 本気の指圧マッサージ

開催日時 **3/1(金)2(土)5(水)23(土)26(水)29(金)10:30~11:30**



マッサージを受けたい人、習いたい人、相談したい人、何でもお教えします。


クイックマッサージ デイライト
☎084-928-7738

住所 西町1-1-1エフビコRIM3F
受付時間 10:00~19:00
定休日 水曜日

対象 どなたでも
講師 春名
定員 各2名または1組
材料費 無料
持ち物 タオル

32 黄(ファン)先生的美と健康に役に立つ講座

開催日時 **2/25(月)3/25(月)11:00~12:00**



中国の医師免許を持っている黄烟輝(ファンエンキ)先生が、教える肩、腰、膝の痛みと皮膚のシミ、シワ、アトピー性皮膚炎等の悩みを改善する講座です。

クイックマッサージ デイライト
☎084-928-7738

住所 西町1-1-1エフビコRIM3F
受付時間 10:00~19:00
定休日 水曜日

対象 どなたでも
講師 黄(ファン)
定員 各12名
材料費 無料

33 ダイエットのプロが伝授!美ボディメイク♪

開催日時 **2/26(水)3/9(土)22(金)15:00~16:00**



大手ジムでの指導経験もあるダイエットのプロが行う本格トレーニング体験です♪参加者には入会時に使えるお得なクーポンもプレゼント!是非ご参加下さい♪

SWITCH BODY 福山店
☎084-973-7160

住所 東桜町1-1アイネスビルB1F
受付時間 10:00~22:00(日曜~18:00)
定休日 なし

対象 18才以上
講師 木下・弓濱
定員 各1名または1組
材料費 無料

34 美顔レッスン

開催日時 **2/25(月)3/6(水)10:00~12:00**



・老け顔改善と小顔効果のツボ押し方法
・化粧がずれしない下地作り
・若返りの眉の書き方、アイシャドウ、チークの入れ方などをお教えします。

エステティックサロン プラチナKA・RIN
☎084-941-2435

住所 延広町6-9小林ビル2F
受付時間 10:00~21:00
定休日 水曜日・第3日曜日

対象 30~70代の女性
講師 松井・西原
定員 各3~4名
材料費 無料
持ち物 手鏡・普段使用しているメイク商品

35 貴女に合う眉スタイリングとアイメイク

開催日時 **2/23(土)~3/30(土)** 期間中の営業時間に準じます。お好きな時間に合わせ調整します。



最新のメイクアイテムを使って眉とマスカラなどで目元を上品に、今っぽくご提案。2018年ベストコスメ大賞のメイクを使用し、いろいろお試しい頂きます。

コスメティックハウス みやび
☎084-922-1894

住所 霞町1-6-6
受付時間 10:00~19:30
定休日 第3日曜日・月曜日

対象 20才以上の女性
講師 高田
定員 各2名または1組
材料費 500円(サンプル他)

36 髪で簡単アンチエイジング

開催日時 **2/23(土)~3/31(日)** 期間中の営業時間に準じます。お好きな時間に合わせ調整します。



簡単に見た目年齢マイナス5歳!髪のアンチエイジングは日常生活から。薄毛、抜け毛の原因と日々の対策を学んでいただきます。

クイックマッサージ デイライト
☎084-928-7738

住所 西町1-1-1エフビコRIM3F
受付時間 10:00~19:00
定休日 水曜日

対象 どなたでも
講師 岩田
定員 各4名
無料

37 パンと話をこねるスクール

開催日時 **3/10(日)9:00~15:00**



「フランスパン」「天然酵母の食パン」「ライ麦パン」「菓子パン」を作ります。それぞれの生地の違いを楽しめます。


Pekarna そらいろ
☎084-923-0113

住所 今町2-2
受付時間 7:00~18:00
定休日 日・月曜日

対象 大人
講師 清水
定員 5名
材料費 4,000円(小麦・イースト・副材料等)
持ち物 エプロン・三角巾・飲み物

38 色んな美味しい珈琲を飲み比べてみよう♪

開催日時 **2/26(水)3/26(水)14:00~15:30**



こだわりのお店、産地、焙煎具合によって、驚く程違う珈琲の味を飲み比べて頂きます。尚、ドリップについても詳しくお話しします。

コミュニティハウス umbrella
☎084-917-5114

住所 今町3-23
受付時間 10:00~18:00
定休日 火曜日

対象 どなたでも
講師 萩原
定員 各15名
材料費 500円(珈琲代)

39 日本酒・ワインの魅力をあなたに!

開催日時 **3/15(金)22(金)23(土)18:30~20:00**



日本酒・ワインの味わい方・基本・おいしさをほろ酔気分、魅力を楽しんで下さい。

酒のマエダ
☎084-923-1719

住所 元町7-6
受付時間 9:00~20:00
定休日 日曜日

対象 20才以上の初心者の方
講師 前田
定員 各15名
材料費 2,000円(日本酒・ワインとオードブル)

40 おいしいコーヒーの淹れ方

開催日時 **3/6(水)20(水)14:00~15:00**



簡単に家庭で味わえるプロの味!いつものコーヒーがひと味が違います。

純喫茶 ルナ
☎084-923-1758

住所 元町12-8
受付時間 7:00~22:00
定休日 第2水曜日

対象 どなたでも
講師 園部
定員 各6名
材料費 無料
持ち物 筆記用具

- 講座一覧**
- 1 吉田カバンの今日までそして明日から 宮本カバン店
 - 2 カバン・バッグ・財布の修理体験 鞆工房 白牡丹
 - 3 初心者でも楽しめる英語でワインの基本を! 福山イングリッシュセンター
 - 4 スカッとさわやか フォークソング! 安原楽器
 - 5 きもの姿いいね! 創作のきもの あづまや
 - 6 はじめての金・プラチナ投資 宝石・貴金属の麻生
 - 7 知って得する宝石・貴金属の整理活用 宝石・貴金属の麻生
 - 8 印影がきれい、プロが教える捺印の技 高野耕石堂
 - 9 教えます。庖丁研ぎのテクニック 旭金属
 - 10 出会い新発見!!帽子で広がるよるこびのわ 古川帽子店
 - 11 ミシンがうまく使えない!を解決します 岡田ミシン
 - 12 筆やさんの「筆の選び方・お手入れ方法」 西文明堂福山店
 - 13 気持ちスッキリカフェ しんぐらカフェ
 - 14 保湿たっぷり手づくり石けんを作ろう!! コミュニティハウス umbrella
 - 15 マクラメの楽しみを知りましょう mako-mama工房
 - 16 天然石で作る天使ストラップ 天使工房・由 ~yui~
 - 17 プロが教えるリフォームのコツ モードこだま
 - 18 楽しさを織り(無心に織る) さをひろば工房まち
 - 19 エイジング塗装で小物をDIY! Ee/レット福山
 - 20 みんなでPOP&Menuにおえかき♪ 汐街MARCHÉ
 - 21 ステンドグラスの小物入れ ステンドグラス工房ガラスアートゆりえ
 - 22 マンシェッテブーケを作ろう! 花辰生花店
 - 23 親子でメガネ メガネ・補聴器の麻生
 - 24 創業139年はんこ職人が教える落款印作り 高野耕石堂
 - 25 かんたんスモックブラウスを作っちゃおう ウエスキ
 - 26 ローズの香りにつつまれて... 花結
 - 27 おしゃれな小物 手芸の店ほぐるま
 - 28 ミニ畳を作りませんか? 石井畳店
 - 29 自助グループを体験しよう まちなか情報室 ぜっぴ
 - 30 よく眠れるオーダーまくら“お気軽”体験会 神野ふとん店
 - 31 本気の指圧マッサージ クイックマッサージ デイライト
 - 32 黄(ファン)先生的美と健康に役に立つ講座 クイックマッサージ デイライト
 - 33 ダイエットのプロが伝授!美ボディメイク♪ SWITCH BODY福山店
 - 34 美顔レッスン エステティックサロン プラチナKA・RIN
 - 35 貴女に合う眉スタイリングとアイメイク コスメティックハウス みやび
 - 36 髪で簡単アンチエイジング クイックマッサージ デイライト
 - 37 パンと話をこねるスクール Pekarna そらいろ
 - 38 色んな美味しい珈琲を飲み比べてみよう♪ コミュニティハウス umbrella
 - 39 日本酒・ワインの魅力をあなたに! 酒のマエダ
 - 40 おいしいコーヒーの淹れ方 純喫茶 ルナ