



1 ブルーベリーのジャム作り

家庭でもできる美味しいジャムの作り方を教えます。

8/18日、25日、9/1日、8日、15日
10:00~11:00

【会場】豊宏園富士山ブルーベリーの里
【定員】各15名 【受講料】600円
【講師】長尾 芳弘
【持ち物】あればエプロン

大淵 エリア 豊宏園富士山ブルーベリーの里 TEL.090-5492-5954
大淵9055 □定休日/なし 受付時間/9:00~17:00

2 おもしろい日本茶のおもてなし

淹れ方次第で変わる上級煎茶の甘、渋、苦の引き出し方を始め、ユニークで楽しい日本茶を使ったおもてなし方を体験できます。

8/31日、9/7日、15日、16日
10:00~11:00 14:00~15:00

【会場】山大園 本店
【定員】各6名
【講師】渡辺 栄一、渡辺真一 桜
【受講料】500円

吉原 エリア 山大園 本店 TEL.52-2540
中央町2-5-18 □定休日/第2日曜日 受付時間/9:00~18:30

3 いろんな種類の日本茶を飲んでみよう

日本茶には様々な種類のお茶があります。玉露や煎茶だけでなく、いろんなお茶と一緒に味わってみましょう。

8/20日、21日、22日、23日
14:00~15:00

【会場】富士茶農業協同組合
【定員】各4名
【受講料】540円
【講師】日本茶アドバイザー 植松 弘毅
※申込時に飲んでみたいお茶をお知らせ頂ければ可能な限り用意します。

富士 エリア 富士茶農業協同組合 TEL.54-2222
厚原211-4 □定休日/土曜午後、日曜、祝日 受付時間/8:30~17:00

4 季節を楽しむ和菓子

和菓子を通して季節を感じてください。自宅でもできる和菓子と一緒に作って楽しみましょう。

①8/20日、9/3日、10日、②8/27日
③親子対象8/25日、9/1日
①13:00~14:30 ②10:30~12:00、13:30~15:00 ③14:00~15:30

【会場】菓子処 たかぎ 【定員】各4名
【受講料】600円 【講師】高木 智弘
【持ち物】エプロン、手拭きフキン
※駐車場はありませんので、周辺の有料駐車場をご利用ください。

吉原 エリア 菓子処 たかぎ TEL.75-1125
中央町1-2-12ドムス富士101 □定休日/水曜日 受付時間/9:00~18:00

5 緑茶とハーブがマッチング！オリジナルブレンドを作ろう！

富士山の茶葉とオーガニックハーブ。富士市ならではの組み合わせでオリジナルのお茶づくり。店長と一緒にフレーバー緑茶を作ろう！

8/17日~9/16日 (日曜日を除く)
要前日までに予約
10:00~17:00 (1講座、おおよそ1時間)

【会場】富士銘茶 くぼた園
【定員】各4名 【受講料】1,500円
【講師】窪田 寛之
※完成した茶葉はパッケージしてプレゼント(約10回分)

吉原 エリア 富士銘茶 くぼた園 TEL.52-0224
吉原2-9-1 □定休日/日曜日 受付時間/9:00~17:00

6 家庭ですぐできる基本のイタリア料理

イタリア料理の基本となるトマトソースやパスタのゆで方、塩、オリーブオイルの使い方等ポイントを見て食べて体験していただきます。

8/20日、25日、9/3日
10:30~12:30

【会場】タヴェルナ・イル・ボルゴ
【定員】各8名 【受講料】1,000円
【講師】後藤 孝治
※アレルギー等ある方は事前にお知らせください。

富士 エリア タヴェルナ・イル・ボルゴ TEL.65-7075
富士町14-7渡辺ビル1F □定休日/日曜日 受付時間/14:00~22:00

7 珈琲の基本的な淹れ方とアイス珈琲

ドリップ珈琲を美味しく淹れるのに役立つ要点と簡単に作れるアイス珈琲の淹れ方。実演と試飲ですので、気軽にご参加ください。

8/17日~9/16日 (日曜日を除く)
19:00~20:00

【会場】勝浦珈琲
【定員】各4名
【受講料】500円
【講師】三澤 美志

広見 エリア 勝浦珈琲 TEL.30-8409
広見本町5-10 □定休日/日曜日 受付時間/9:00~19:00

8 手前みそを作ろう！

大好評!MYみそ作り。米こうじ味噌を仕込みます。自分で作る味噌は美味しいですよ。親子参加歓迎!

9/13日、14日、15日
10:30~12:00

【会場】神戸醤油店 【定員】6名
【受講料】2,160円
【講師】神戸 邦明
【持ち物】エプロン、三角巾、手拭きタオル

富士川 エリア 神戸醤油店 TEL.85-2428
北松野371 □定休日/不定休 受付時間/12:00~19:00

9 英語でクッキング！

お料理上手なアメリカ人講師から簡単な英語を使いながら、おいしいお料理を習いましょう。作った後はみんなでお楽しみいただけます。

8/24日
11:00~13:00

【会場】Easter Bunny English School
【定員】4名 【受講料】2,500円
【講師】Drew Esterline
【持ち物】エプロン、筆記用具
※大人向けクラス

吉原 エリア Easter Bunny English School TEL.51-1516
吉原2-13-6 □定休日/土・日曜 受付時間/14:00~22:00

10 夏休みクレープ焼体験

プロの指導のもと、本格的なクレープを焼いてみませんか。親子でのご参加歓迎です。

8/24日、25日
10:00~16:00

【会場】アピタ富士吉原店 2F
【定員】なし 【受講料】400円
【講師】鈴木 康弘
※予約なし。直接ご来店ください。

吉原 エリア オレンジポット アピタ富士吉原店 TEL.090-6092-2392
富士市国久保2丁目1 □定休日/なし 受付時間/10:00~19:00

11 世界に一つの手形クッキーと手形アートを作ろう

クッキー生地にお子さまの手形をとって自由にデコレーション！手形や定型を動物などに変身させたポストカードも作ります。

8/29日、9/3日
10:00~11:30 14:00~15:30

【会場】静岡ガス エネリアショールーム富士
【定員】親子6組 【受講料】1,000円
【講師】静岡ガス エネリアショールーム富士スタッフ
【持ち物】エプロン、ハンドタオル、筆記用具
※3歳以下のお子さまと保護者の方が対象です。調理は、保護者の方のみ参加していただきます。

富士 エリア 静岡ガス エネリアショールーム富士 TEL.65-5580
富士市本市場町835 □定休日/水曜・8/13~8/17夏期休暇 受付時間/9:30~18:00

12 時短!簡単!!美味しいアイスクリームをつくりましょう!!!

身近にある材料や道具を使って、簡単でびっくりするほど美味しいアイスクリームをつくりましょう!!

8/17日、18日、23日、25日、26日
13:30~15:00

【会場】吉原小宿
【定員】各6名(最小3名)
【受講料】500円
【講師】水谷 利江子
【持ち物】軍手(あれば)

吉原 エリア 吉原小宿 TEL.53-1585
富士市吉原2-1-13 □定休日/火・水・木曜日 受付時間/11:00~16:00



13 人生を変えるオーダースーツとは？

スーツはどれも同じと考えている方が多いと思います。でも、違います。誰でもカッコ良くなるオーダーメイドの秘密を教えます。

8/18日、31日、9/14日
10:00~11:00
8/26日、9/5日、10日
19:00~20:00

【会場】アイテラー
【定員】各10名
【受講料】100円
【講師】井手口 俊二

富士 エリア アイテラー 柚木駅前 TEL.090-4190-6599
柚木207-3 □定休日/水曜日 受付時間/11:00~19:00

14 グラスハーブの作り方と演奏会

水とワイングラスが奏でる癒しの音楽です。演奏を聞いて、楽器の作り方や弾き方のコツをお伝えします。

8/17日、9/14日
19:00~20:00

【会場】山大園 本店
【定員】各10名
【受講料】500円
【講師】渡辺 栄一

吉原 エリア 山大園 本店 TEL.52-2540
中央町2-5-18 □定休日/第2日曜日 受付時間/9:00~18:30

15 料理の腕前アップ!? フライパンの選び方と長持ちの秘訣

料理を美味しく作るためのフライパンの選び方をお話します。
また、知っているだけでフライパンが長持ちする方法も伝授!!

8/23金、9/4水、9月 11:00~12:00
8/24土、9/8日 11:00~12:00、14:00~15:00

【会場】内藤金物店 【定員】各5名
【受講料】無料 【講師】内藤 佑樹
※申込特典:フライパン割引券
※申込時、ご自宅のコンロが
ガスor IHかをお伝えください。



吉原 エリア 内藤金物店 Tel.080-52-2533
吉原2-4-6 ☑定休日/年内無休 受付時間/9:30~19:00
(日祝)10:00~18:30

19 親子のバイク体験教室

電動バイクを使って、安全に親子でバイク体験!! 夢の親子ツーリング
をして夏の思い出作りをしましょう!!

8/18日、25日、9/1日、8日、15日
12:00~14:00 (体験時間は1組1時間)

【会場】富士自動車学校
【定員】各親子2組
【受講料】500円 【講師】白井 隆介
【持ち物】ヘルメット (用意できれば・自転車用可)
※けが防止のため、長袖、長ズボンをお願いします。



富士 エリア 株式会社キャリアドライブ 静岡県富士自動車学校 Tel.61-6161
柚木207-1 ☑定休日/月曜 受付時間/9:00~19:30

23 季節感のある楽しいプリザーブド フラワー作品作り

生花の様な美しさとドライフラワーに無いソフト感。華やかで人気プリ
ザーブドフラワー作品を無垢の木に囲まれたアトリエで制作しましょう。

9/9日、10日、13日
10:00~13:30

【会場】ベタルデュークル (心の花びら)
【定員】各4名 【受講料】2,500円
【講師】小澤 陽子 【持ち物】無し
※大人限定



富士川 エリア ベタルデュークル (心の花びら) Tel.080-5125-3145
南松野1927-7 ☑定休日/不定休 受付時間/9:00~19:00

27 天然水晶のマテリアルプレスレット~パワーストーンを始める一歩~

優れた浄化力とエネルギーを高める万能石。天然水晶をメインにオ
リジナルのマテリアルを使いオンリーワンプレスレットを作ります。

8/17土~9/16日
10:30~11:30

【会場】ナチュラル・コルト
【定員】各3名 先着20名まで
【受講料】2,000円
【講師】森本 ひろみ



富士 エリア ナチュラル・コルト Tel.080-5101-9722
松本229-29 ☑定休日/日曜、月曜 受付時間/12:00~18:00

16 シニアの為のきょういくときょうよう

生涯元気に楽しく過ごす為に今日行く所と今日の用事を作りましょ
う。歌声、折り紙、軽体操、頭の体操といろいろやります。

8/23金、27火
9:30~11:30

【会場】ニコラスクラブ
【定員】各5名
【受講料】500円
【講師】遠藤 陽子
【持ち物】筆記用具



富士 エリア シニアの生涯青春応援団 ニコラスクラブ Tel.080-4008-9478
中島530-20 ☑定休日/日曜 受付時間/9:00~18:00

20 誰でも簡単!ドローンを飛ばそう

最近、どこでも活用されているドローンをもっと身近に知って貰えたら
と思います。初心者・女性、大歓迎です。

8/20火、27火、9/3火、10火
19:00~20:30

【会場】ドローンビレッジ
【定員】各5名
【受講料】無料
【講師】望月 紀志
※大人限定



鈴川 エリア ドローンビレッジ富士(DRONE★VILLAGE) Tel.31-2377
中柏原新田106-3 ☑定休日/なし 受付時間/9:00~18:00

24 終活カウンセラーが解説 終活初級セミナー

介護看護・お葬式・お墓・相続を含め、終活の第一歩であるエンディ
ングノートに書き記す解説セミナーです。

8/20火、30金、9/11水
10:00~11:30

【会場】かぐやの里メモリーホール富士
【定員】各10名
【受講料】300円 (エンディングノート付き)
【講師】終活カウンセラー中村 雄一郎
【持ち物】筆記用具



富士 エリア かぐやの里メモリーホール富士 Tel.52-7600
日乃出町161-6 ☑定休日/なし 受付時間/9:00~18:00

28 目指せ!ちびっこ洗車マイスター

洗車自慢のガソリンスタンドでキッズの愛車である自転車を親子で
洗車し、ピカピカに仕上げる体験イベント。

9/16日
午前の部 9:00~12:00 (体験時間は
午後の部 12:30~15:30 1組30分程度)

【会場】井出信石油(株)
【定員】10名
【受講料】無料 【講師】井出 幸輝
【持ち物】キッズの愛車(自転車・キックバイク)
※対象:4歳から10歳までのお子さんと保護者



富士 エリア 井出信石油(株) Tel.61-1994
中島416 ☑定休日/日曜日 受付時間/9:00~16:00

17 シニアの為のスマホの使い方

便利で楽しいスマホも怖がってたら使えません。基本操作と気を付
ける点や楽しい機能のご紹介です。

9/2日
10:00~11:30

【会場】ニコラスクラブ
【定員】5名
【受講料】500円
【講師】遠藤 陽子
【持ち物】筆記用具



富士 エリア シニアの生涯青春応援団 ニコラスクラブ Tel.080-4008-9478
中島530-20 ☑定休日/日曜 受付時間/9:00~18:00

21 プリザーブドフラワーのアレンジメントを作ろう

ブチアレンジメント作りを体験して、フラワーアレンジメントの楽しさ
に触れよう。

8/17土、9/13金
13:00~15:00

【会場】フラワーサロンベリー
【定員】各5名
【受講料】1,000円
【講師】山本 奈央子
※お花の色選べます。



富士 エリア フLOWERサロンベリー Tel.090-7954-5490
本町7-11 ☑定休日/水・日曜日 受付時間/10:00~18:00

25 オールシーズン使えるマフラーを編もう!

綿とウールが混ざったオールシーズン使い、編むだけで模様のように
見えるイタリアの糸を使用し、マフラーを編みましょう!

8/17土~9/16日 (日曜日を除く)
2時間程度

【会場】ヤマモト手芸店 【定員】各3名
【受講料】680円
【講師】山本 真知子、吉村 晴美
【持ち物】棒針、かぎ針5号程度、機械の場合はいりません
※棒針、かぎ針、機械の中から選んで頂きます



広見 エリア ヤマモト手芸店 Tel.21-6527
広見本町5-8 ☑定休日/日曜日 受付時間/10:00~16:00

29 日本の文化、着物を楽しく着こなそう!

基本的な着方を学んで、親から譲り受けたものなどを大切に活かして
お洒落を楽しんで頂きたい!何といっても日本の文化ですもの♡

開催期間中 火・水・木・金・土
10:00~11:30、13:00~14:30、15:00~16:30

【会場】(株)まるやま富士店
【定員】各3名 【受講料】500円
【講師】4名で対応
【持ち物】着付け一式(貸出し有)



富士 エリア (株)まるやま富士店 Tel.66-3840
平垣109-5707カ-デニ1F ☑定休日/日・祝日 受付時間/9:30~17:00

18 なんでもおしゃべり会

仏事の疑問、終活、相続等。また、趣味・ボランティア等での生活を楽
しんでいる人が多い様です。お茶を飲みながら情報交換しましょう。

8/17日
9:30~11:30

【会場】香り処 ギャラリー池田
【定員】8名
【受講料】300円 (お土産、お茶、お菓子付き)
【講師】池田 雅子
【持ち物】話題のタネ



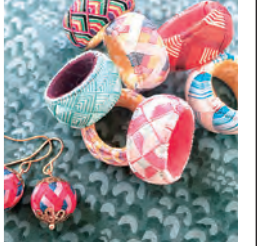
富士 エリア 香り処 ギャラリー池田 Tel.63-8027
本町15-38 ☑定休日/木曜 受付時間/10:00~18:00

22 伝統工芸品~加賀ゆびぬきを作ろう!~

絹手縫い糸で小さな伝統工芸品「加賀ゆびぬき」をつくりましょ
う。はじめての方向けのコースです。

8/17土、24土、9/7土、14土
10:00~12:00

【会場】セブン・セイル
【定員】各5名
【受講料】1,000円 (ドリンク・お菓子付)
【講師】柏田 綾子
【持ち物】手ぶらでOK



広見 エリア セブン・セイル Tel.67-4646
広見西本町5-13 ☑定休日/日・月曜日 受付時間/10:00~18:00

26 小学校のチェアカバーを作ろう!

お子さんの好きな生地で、オリジナルのチェアカバーを作りませ
んか?生地をあらかじめ裁断しておくので、2時間程度で仕上がります!

8/17土~9/16日 (日曜日を除く)
2時間程度

【会場】ヤマモト手芸店 【定員】各1名
【受講料】1,000円前後 生地により受講料が
異なります。
【講師】山本 真知子、吉村 晴美
【持ち物】ミシンのある方は持参してもOK
※前もって生地を裁断しておくので、生地を選び来店して頂く必要があります。



広見 エリア ヤマモト手芸店 Tel.21-6527
広見本町5-8 ☑定休日/日曜日 受付時間/10:00~16:00

30 秋色フラワーアレンジ講座

9月初旬、まだまだ暑いですが、秋色のお花でアレンジメントを作っ
て、お部屋に飾り秋を感じてみませんか?

8/31土、9/1日、3日、4日、7土、8日
11:00~12:00 15:00~16:00

【会場】花のおおき 【定員】各4名
【受講料】1,000円
【講師】大木 喜代恵
【持ち物】持ち帰り袋



富士 エリア 花のおおき Tel.61-0714
富士町17-7 ☑定休日/不定休 受付時間/9:00~19:00

31 英語漬けの環境で子どもたちと多様なアーツを楽しもう!

モンテッソーリを基本とした多様なアーツアクティビティ。
1歳の未就学児から小学生のお子さままで楽しく英語で遊びましょう!

8/17㊦、24㊦、31㊦、9/7㊦、14㊦
9:00~12:00 13:00~17:00

【会場】ジー・エス・エス語学&アーツスクール
【定員】特になし 【受講料】500円
【講師】スタッフ8名
【持ち物】動きやすい服装。
上履き・スリッパ。水筒。
★入退場自由



ジー・エス・エス語学&アーツスクール
GSS LANGUAGE & ARTS SCHOOL
-親子で、無限の可能性! Bring Out The Best!

吉原 エリア **グッドシェパードサービス(株)** TEL. **32-6672**
御幸町11-29 ㊦定休日/日・祝日 受付時間/10:00~18:00

32 炊飯器でお料理作り

炊飯器で時短料理やスイーツを作ろう。
冷蔵庫の進化している機能を知ろう。

8/27㊦
13:30~14:30

【会場】ライブシティーともえ
【定員】6名
【受講料】無料
【講師】羽田 たつみ




吉原 エリア **ライブシティーともえ** TEL. **52-4006**
吉原2-8-1 ㊦定休日/日曜日 受付時間/9:00~19:00

33 電動自転車に乗ってみませんか?

電動三輪車や、背の低い人向けの20インチ電動車の体験ができます。
期間中はその他多数の種類を揃えて皆様をお待ちしています。

8/24㊦~9/1㊦(雨天中止) (8/28㊦定休)
10:00~16:00

【会場】(有)サイクルセブン
【定員】特になし
【受講料】無料 【講師】八幡 洋介
【持ち物】動きやすい服装と運動靴
※他にも話題のe-Bikeや子供乗せ電動、折畳電動
など幅広くご用意しております。



吉原 エリア **(有)サイクルセブン** TEL. **51-9722**
伝法2021-3 ㊦定休日/水曜日 受付時間/9:00~19:30

34 子育て家族応援企画「絶対失敗しないデジカメ写真」写真のチカラ再発見!!

年々進化するデジタルカメラ セっかくの機能を使いこなせない
そんな貴方のお悩み解決!! 楽しいフォトライフ始めませんか!!

9/4㊦、13㊦ 10:00~11:30
7㊦ 16:00~17:30

【会場】アニバーサリー
【定員】各10名(1回あたり)
【受講料】無料 【講師】青木 洋一
【持ち物】カメラ
※スマホ以外



吉原 エリア **アニバーサリー** TEL. **53-7436**
中央町1-8-20 ㊦定休日/火曜(臨時休業月1~3日) 受付時間/10:00~18:00

35 みんなで安診 交通安全教室

皆様の日頃の運転を振り返り、安全に運転していただけるように「乗り込み・発進・走行」を体験します。

8/22㊦、29㊦
14:00~15:00

【会場】(株)富士ホンダ
【定員】各10名 【受講料】無料
【講師】齊藤 健太
【持ち物】動きやすい服装と靴



吉原 エリア **(株)富士ホンダ** TEL. **33-0383**
依田橋770-1 ㊦定休日/水曜日・第1火曜日 受付時間/9:00~18:00

36 石畳み編みで作るコースター

紙バンドを編んで作るコースター。洗うこともできるので、何度でも使えます。落ち着いた空間で紙バンドに触れて学ぶひと時を...

8/22㊦、29㊦、9/5㊦、12㊦
18:30~20:30

【会場】kamileon Cafe58
【定員】各5名
【受講料】2,000円 【講師】花田 ミナ
※大人限定



吉原 エリア **kamileon Cafe58** TEL. **55-5811**
吉原4-2-2 ㊦定休日/水曜 受付時間/9:00~18:00

37 子供の才能を引き出そう!(日本語)

生後半年から3歳のお子さんまで、楽しママと一緒に家のできる右脳遊びを学びましょう。(日本語)

9/7㊦
10:30~11:30 13:00~14:00

【会場】Easter Bunny English School
【定員】親子6組
【受講料】無料
【講師】廣瀬 陽子



吉原 エリア **Easter Bunny English School** TEL. **51-1516**
吉原2-13-6 ㊦定休日/土・日曜 受付時間/14:00~22:00

38 楽しく親子で英語で遊ぼう(未就学児)

ママと一緒に楽しく英語でリトミック。
リズムに合わせて楽しく英語で遊びましょう!

8/23㊦、9/2㊦
10:30~11:20

【会場】Easter Bunny English School
【定員】親子6組 【受講料】無料
【講師】飯島 充子



吉原 エリア **Easter Bunny English School** TEL. **51-1516**
吉原2-13-6 ㊦定休日/土・日曜 受付時間/14:00~22:00

39 シニア向け!海外旅行が楽しくなるやさしい英会話!

ちょっと英語が話せたら海外旅行は数倍楽しいものに!シニア世代のみなさんに向けたワンポイント英会話レッスンです。

8/23㊦
13:30~14:20

【会場】Easter Bunny English School
【定員】6名 【受講料】無料
【講師】Drew Esterline
【持ち物】筆記用具




吉原 エリア **Easter Bunny English School** TEL. **51-1516**
吉原2-13-6 ㊦定休日/土・日曜 受付時間/14:00~22:00

40 カルタを使って中学歴史・地理をマスターしよう!!

当教室オリジナルの中学歴史・地理のカルタを使い、苦手意識を持つ中学生に、用語暗記のキッカケ作りの場を提供します。

8/4㊦、18㊦
10:00~11:00

【会場】カワムラ進学教室
【定員】各8名
【受講料】500円
【講師】川村 史明



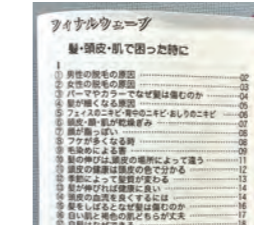
鷹岡 エリア **カワムラ進学教室** TEL. **72-0579**
久沢469-10 ㊦定休日/土・日・祝日 受付時間/9:00~21:00

41 髪の本学

著書小冊子『髪・頭皮・肌で困った時に』を使用し、悩みの軽減につながる。

9/13㊦
14:00~15:00

【会場】ナルヘアー
【定員】4名
【受講料】300円
【講師】杉町 敏彦




富士 エリア **ナルヘアー** TEL. **64-3956**
本町4-17 ㊦定休日/第2火曜日、第3日曜日 受付時間/10:00~18:00

42 魔法の毛糸で自慢のグッズをあみましよう-手編み教室

一本の糸から様々な色や柄が次々に生まれ、魔法の毛糸とも呼ばれるオパール毛糸を使用。本当に楽しい時間が過ごせます。

8/19㊦、23㊦、9/2㊦、7㊦
13:00~15:00

【会場】糸内田 【定員】各●名
【受講料】材料費 【講師】一橋 茂子
【持ち物】筆記用具、編針
※駐車場料金は、当店で負担。
駐車場の確認をお願いします。




吉原 エリア **糸内田** TEL. **52-2530**
吉原2-10-10 ㊦定休日/日曜 受付時間/10:00~17:00

43 着物・古布を洋服につくりかえましょう-洋裁教室-

好きな着物や古布をつかって、ひとつしかないオリジナルの服をつくってみませんか。

8/20㊦、27㊦、9/3㊦
13:00~15:00

【会場】糸内田 【定員】各3名
【受講料】材料費 【講師】松本 由佳
【持ち物】裁縫道具、筆記用具
※駐車場料金は、当店で負担。
駐車場の確認をお願いします。




吉原 エリア **糸内田** TEL. **52-2530**
吉原2-10-10 ㊦定休日/日曜 受付時間/10:00~17:00

44 カワイ「ちりめん小物」をつくりましよう-ちりめん教室-

かわいいちりめん小物や、毎日の生活にとけこむちりめんグッズを楽しくおしゃべりしながら一緒に作りませんか。

8/24㊦、9/7㊦、14㊦
10:00~12:00

【会場】糸内田 【定員】各4名
【受講料】材料費 【講師】大勝 芳子
【持ち物】裁縫道具、筆記用具
※駐車場料金は、当店で負担。
駐車場の確認をお願いします。



吉原 エリア **糸内田** TEL. **52-2530**
吉原2-10-10 ㊦定休日/日曜 受付時間/10:00~17:00

45 ジュエリーブレスレットを作ってみよう

天然石を使ったブレスレットをご自分で作ってみませんか?ネックレス・ブレスレットの基本の加工技術と宝石のお話で楽しみましょう。

8/18㊦、9/15㊦
14:00~15:00

【会場】カワシマ
【定員】各5名
【受講料】1,000円
【講師】瀧 千賀子



吉原 エリア **時計・宝飾・メガネ・補聴器のカワシマ** TEL. **52-0341**
吉原2-1-15 ㊦定休日/水曜 受付時間/10:00~18:00

地域で飲食 地元で買い物 地元産品の愛用を

富士市がもっと魅力あるまちになるために、地元で買物・地元で飲食、地元産品の愛用をお願いします。

僕たちは富士市の特産品キャラクター!
BUYふじアクション(地元商店・産品愛用運動)の応援隊だよ。よろしくね!



ふじお ベバオ チャコ しらすちゃん イチゴめ ミスターヒネキ しずくおうち ナシタロフ キュウちゃん ミカリン

健康・スポーツ



キュウちゃん


46 がんから命を守るためには4つの要素を同時に起こすこと!

がん細胞に対する①アポトーシス誘導、②転移浸潤の阻害、③血管の新生の阻害、④免疫系の活性によるがん細胞の増殖抑制のコツ

8/24 14:00~16:00

【会場】 駅南まちづくりセンター
【定員】 10名
【受講料】 無料
【講師】 青木 勝也
【持ち物】 筆記用具

富士エリア 葵薬品 TEL.64-1825
横割3-3-14 定休日/日曜 受付時間/9:00~19:00



47 耳つばジュエリー

耳つばマッサージによって、血行が良くなる・ストレス解消・ホルモンバランスを整える。冷え・ダイエット・目の疲れ・小顔にお勧め。

8/19~**23** 9:30~17:00
【会場】 エステサロン桜
【定員】 各5名 随時受付・予約制
【受講料】 500円
【講師】 飯坂 輝沢
【持ち物】 髪留めピン
※女性限定

富士エリア エステサロン桜 TEL.080-3143-5099
松岡1479 定休日/日曜日 受付時間/9:30~17:00



48 がんばらないから続けられる健康太極拳

100歳まで自分の足で歩く為には運動必要だけど、一人じゃなかなか続かない。みんな一緒に楽しむから頑張れます。

8/22、**9/12** 9:30~11:00

【会場】 ニコラスクラブ
【定員】 各10名
【受講料】 500円
【講師】 遠藤 陽子
【持ち物】 運動できる服装・水

富士エリア シニアの生涯青春応援団 ニコラスクラブ TEL.080-4008-9478
中島530-20 定休日/日曜 受付時間/9:00~18:00



49 体幹トレーニングダイエット

自宅でする体幹トレーニングを伝授します。正しい体幹トレーニングを学び、目指せウエスト-3cm!!

8/31 13:00~16:00

【会場】 ヒロスports鍼灸院
【定員】 12名 【受講料】 500円
【講師】 山口 智一
【持ち物】 動きやすい服装
※お1人様約20分程度

今泉エリア ヒロスports鍼灸院 TEL.090-4444-6920
今泉3247-17 定休日/不定休 受付時間/9:00~21:00



50 リフレクソロジー体験

足の裏のマッサージを行い日頃の疲れをとってみませんか?ぜひご体験ください。

9/15 13:00~16:00

【会場】 ヒロスports鍼灸院
【定員】 10名
【受講料】 500円
【講師】 治療院スタッフ
※お1人様約15分程度

今泉エリア ヒロスports鍼灸院 TEL.090-4444-6920
今泉3247-17 定休日/不定休 受付時間/9:00~21:00



51 あなたの「健康年齢」は?健康年齢チェック

筋力や柔軟性・姿勢などをチェックし、あなたの健康年齢を確認してみませんか?どなたでも大歓迎です。

9/8 10:00~12:00
【会場】 静岡健康スポーツ推進協会
【定員】 25名 【受講料】 500円
【講師】 平野 泰弘
【持ち物】 動きやすい服装
※10~12時の間にお越しください。
1人15分程度で年齢チェックは終了します。

富士エリア 静岡健康スポーツ推進協会 TEL.32-9868
松岡1621-3 定休日/日・祝日 受付時間/8:00~19:00



52 ノルディック・ウォーキングの基本 (全日本ノルディック・ウォーク連盟公認)

リハビリから健康法まで使えるノルディックウォーキングを公認指導員により、その方に適した使い方を教えます。

8/17、**25**、**31**、**9/7**、**8**、**15** 10:00~12:00 13:00~15:00

【会場】 プラッツ 【定員】 各4名
【受講料】 無料 【講師】 遠藤 欽也
【持ち物】 歩きやすい靴、動きやすい服装、帽子

吉原エリア プラッツ TEL.67-8895
島田町2-63 定休日/土・日曜日 受付時間/9:00~18:00



53 ラケットを振って健康!ボール打って解消!一石二鳥のテニス始めませんか?

全身の筋肉をバランスよく使いながら脳を活性化させる効果のあるテニスは、初心者も手軽に始められるスポーツです。大人限定。

8/20、**28**、**9/5**、**13** ①13:30~15:00 ②11:00~12:30

【会場】 あおやま庭球塾 【定員】 各8名
【受講料】 無料 【講師】 村松 亮
【持ち物】 ラケット、シューズ、水筒、着替え、タオル、運動ができる服
※ラケットの無い方はお貸しします

須津エリア あおやま庭球塾 TEL.69-1131
増川新町10 定休日/日・月曜日 受付時間/10:30~21:00




54 補聴器講座【入門編】

補聴器の購入を迷っている方、まずは知ることからはじめませんか?どんな補聴器があるのか、価格による違いなどを説明します。

8/17、**9/7**、**14** 14:00~16:30 (1講座30分程度)

【会場】 理研産業補聴器センター 富士市役所前店
【定員】 各5名 【受講料】 無料
【講師】 中村雅行、相澤壮斗

吉原エリア 理研産業補聴器センター富士市役所前店 TEL.51-5632
青島町195-3 定休日/日・祝日 受付時間/9:00~17:30



55 スッキリ!くっきり!疲れ目の鍼治療体験

デスクワークや車の運転、スマホなどで疲れ目やドライアイで困っているあなたに、ぜひ一度体験をして欲しい!#眼精疲労#鍼治療

8/25 10:00~10:40

【会場】 あいしん堂
【定員】 4名
【受講料】 500円
【講師】 小林 良幸

富士エリア あいしん堂 TEL.63-1189
本市場145-1 定休日/日曜、祝日 受付時間/9:00~21:00



56 とりあえず体験会

とりあえず体験してみてください!友達の付き添いでも構いません。健康は骨盤から!あなたの感覚と意識を一新します。

8/17~**9/16**、随時受付!完全予約制
9:00~21:00所要時間1時間

【会場】 富士カイロプラクティックサービス
【定員】 各3名 【受講料】 500円
【講師】 川住 純
【持ち物】 フェイスタオル1枚
※動きやすい服装(スカート不可)

鈴川エリア 富士カイロプラクティックサービス TEL.090-2264-2895
鈴川中町18-11 定休日/不定休 受付時間/9:00~21:00



57 肩甲骨はがし

肩甲骨はがしで、肩こり・猫背などを解消しましょう。

8/21、**9/12**、**9/7** ①13:00~16:00 ②9:00~12:00

【会場】 一休
【定員】 各20名
【受講料】 500円
【講師】 藤原 貴義

田子浦エリア 鍼灸マッサージ 一休 TEL.090-3565-0517
川成島102-2 定休日/日曜日 受付時間/9:00~20:00



58 小・中学生 野球ストレッチ体幹トレーニング

股関節、肩甲骨周りのストレッチ、腹筋周り強化の体幹トレーニング、肩のインナーマッスル強化など教えます。野球各種スポーツ選手に最適。

8/19、**23** ①13:00~16:00 ②17:00~20:00

【会場】 一休
【定員】 各20名
【受講料】 500円
【講師】 藤原 貴義

田子浦エリア 鍼灸マッサージ 一休 TEL.090-3565-0517
川成島102-2 定休日/日曜日 受付時間/9:00~20:00



59 初めての社交ダンス

日ごろ運動不足を感じている方に社交ダンスで汗を流して、体をリフレッシュしていただく講座です。

8/19、**20** ①11:00~12:00 ②21:00~22:00

【会場】 上田ダンススクール
【定員】 10名(男女5名ずつ)
【受講料】 無料 【講師】 上田 信夫
【持ち物】 内履きのシューズ
※動きやすい服装でお越しください。

富士エリア 上田ダンススクール TEL.67-8335
中島385-14 千葉ビル2F 定休日/日曜日 受付時間/11:00~22:00



60 台湾式【足裏ツボマッサージ】

足の裏には約60箇所の反射区があり、第2の心臓といわれています。足のツボを押すことで全身の健康状態が簡単チェックできます。

8/20、**9/12** 9:00~10:00 13:00~14:00

【会場】 リンパ&ネイル クリニック シェリ
【定員】 女性限定 各3名
【受講料】 無料 【講師】 当店スタッフ
【持ち物】 裾を膝上まで上げられるもの(ズボン)

吉原エリア リンパ&ネイル クリニック シェリ TEL.52-6000
錦町1-5-13 定休日/不定休 受付時間/11:00~21:00



61 誰でもできる「健康呼吸法」

更年期の不調や自律神経の乱れからくる体調不良に役立つ呼吸法。

8/24(土)、9/8(日) 16:00~17:00
8/27(火) 10:00~11:00
9/9(月) 14:00~15:00



【会場】オリヴィン 【定員】各10名
【受講料】無料 【講師】タカ
【持ち物】水、タオル、動きやすい服装

鷹岡 エリア **オリヴィン** Tel.78-1600
厚原1959-16 定休日/不定休 受付時間/9:00~20:30

62 健康寿命を伸ばそう教室

介護を受けたくない人必見! 100歳まで自分の足で歩き続ける為に3つのポイントをお伝えします。

8/21(水)、9/7(土)
10:30~
9/13(金)
13:30~



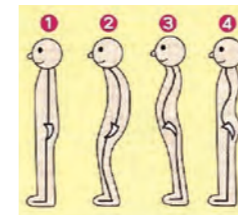
【会場】KCSセンター富士
【定員】各3名
【受講料】無料 【講師】田中 玉恵

富士 エリア **KCSセンター富士 ~姿勢専科~** Tel.30-6429
水戸島元町14-22大善ビル103 定休日/水・日曜 受付時間/10:00~21:00

63 姿勢健康教室

姿勢と健康は大きく関係します。知って得する姿勢のヒミツをお伝えします。良い姿勢を知ると楽に見た目が良くなります。

8/21(水)、9/7(土) 13:30~
9/13(金) 18:30~



【会場】KCSセンター富士
【定員】各3名
【受講料】無料 【講師】田中 玉恵
※小学生以上対象。

富士 エリア **KCSセンター富士 ~姿勢専科~** Tel.30-6429
水戸島元町14-22大善ビル103 定休日/水・日曜 受付時間/10:00~21:00

64 メノサポ講座

40~50代女性のための講座です。揺らぎ世代特有の不調との付き合い方、骨盤底筋のケアについてお話します。

8/22(木)、29(木)
14:00~15:30



【会場】合同会社asterisk袖
【定員】各6名
【受講料】100円
【講師】堀田 久美

田子 エリア **合同会社asterisk袖** Tel.67-5503
宮島1062-8 定休日/月・金・土・日 受付時間/10:00~16:00

イチゴひめ

65 くっきり二重な目を! はじめての美顔鍼体験20本

目元のたるみ・むくみが原因でアイメイクにお困りのあなたへ。話題の美顔鍼【目回り集中体験コース】#美顔鍼#自撮りOK

9/8(日)
10:00~10:40



【会場】あいしん堂 【定員】4名
【受講料】1000円 【講師】小林 良幸
【持ち物】簡単なメイク直しセット
※メイクの上からでも可能です

富士 エリア **あいしん堂** Tel.63-1189
本市場145-1 定休日/日曜、祝日 受付時間/9:00~21:00

66 眉ひとつでこんなに変わる!!

1万人を超える眉スタイリングの実績でどんな眉でもおまかせください! 年齢・顔型・テクニクに応じてレッスンいたします。

8/19(日)、24(土)、25(日)、
9/4(水)、14(土)
10:00~11:30 14:00~15:30



【会場】コスメティックスおおしば
【定員】各4名 【受講料】無料
【講師】大芝 哲也
【持ち物】ご自身のメイク道具

富士 エリア **コスメティックスおおしば** Tel.61-1448
水戸島元町12-6 定休日/日曜、祝日 受付時間/9:30~19:30

67 美肌塾 今年の秋、夏のダメージを受けた肌を回復させるコツ!!

8/18秋に向けてのスキンケアを学ぶ。9/8夏の疲れ肌対策。自分で行うマッサージ方法を学び、今年の秋はしっとりツヤ肌になろう!!

8/18(日)、9/8(日)
10:00~11:30



【会場】サロンド フルベール富士日乃出
【定員】各3名
【受講料】プレゼント付き200円
【講師】飯塚 真弓
【持ち物】ヘアバンド(ターバン)、タオル1枚

富士 エリア **サロンド フルベール富士日乃出** Tel.53-6509
瓜島町108信栄瓜島ビル203 定休日/月曜、第3日曜 受付時間/10:00~19:00

68 自宅でできるネイルケア

爪の整形から表面のツヤだしまで、プロのネイリストが自宅でもできるネイルケアを丁寧に教えます。当日使用した材料はお持ち帰りいただけます。

8/29(木)、9/5(木)、12(木)
10:00~12:00



【会場】ネイルサロンフェアリー
【定員】10名
【受講料】1,000円 【講師】堰沢
※ご自身の爪には、何もつけずにお越しください。

富士 エリア **ネイルサロンフェアリー** Tel.32-7787
富士町5-1佐野ビル1F 定休日/なし 受付時間/10:00~20:00

69 自宅でできるフットの角質除去

自宅でできるフットの角質除去の講座です。実際にご使用頂いたフットファイルはお持ち帰り頂けます。ケアをしてつるつるに。

8/20(日)、9/12(土)
11:00~12:00 15:00~16:00



【会場】リンパ&ネイル クリニック シェリ
【定員】女性限定 各3名
【受講料】360円 【講師】当店スタッフ
※動きやすい服装

吉原 エリア **リンパ&ネイル クリニック シェリ** Tel.52-6000
錦町1-5-13 定休日/不定休 受付時間/11:00~20:00

70 セルフケアでツヤ肌づくり!

肌の仕組みと自分の肌タイプを知って、簡単で正しいお手入れで肌育いませんか! ツヤ肌に新色メイクで秋冬の先取りを...

8/25(日)、9/4(水) 10:00~12:00
8/30(金) 19:00~21:00



【会場】CPサロン la reine
【定員】各4名
【受講料】お土産つき500円
【講師】山崎 千代美

富士 エリア **CPサロン la reine** Tel.65-4383
岩本401-1 定休日/第1・3日曜、祝日 受付時間/10:00~20:00

BUYふじアクション

富士市大好きな人 あつまれ~!

BUYふじアクションとは?
富士市商業振興協議会(富士市の商店会連盟)では、地域商業の振興と街づくりに寄与することを目的とした事業を実施しています。
【BUYふじアクション】とは「地元商店の利用と地場産品を愛用することで、富士市を元気にする」をコンセプトとした地元愛用運動です。

いっしょに富士市のまちをもっと元気にしませんか!
しらすちゃん

この運動に協賛いただいているのは...

- 富士商工会議所
- 吉原商店街振興組合
- 富士本町商店街振興組合
- 富士市農業協同組合
- 富士茶農業協同組合
- (株)田子の月
- (株)富士ホンダ
- イオンタウン富士南
- (株)ビッグ富士

※協賛は随時受け付けています。

71 親子で色付け 鈴川創作だるま教室

真っ白な状態の鈴川だるまに、色付け体験する親子参加型の楽しい講座です。だるまは10号サイズを使用します。

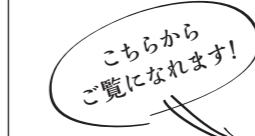
9/8(日)
10:00~12:00



【会場】富士商工会議所
【定員】親子15組
【受講料】1,000円
【講師】芦澤 正人
【持ち物】エプロン、ハンドタオル、筆記用具

※小学生以上の親子が対象です。

富士 エリア **富士商工会議所** Tel.52-0995
瓜島町82番地 定休日/土・日曜、祝日 受付時間/9:00~17:00



nextfuji.com

NEXTFUJI 検索