

### 1 さくらフレーバーでアレンジ! さくらオーレ

普段飲まれているコーヒーに一手間でコーヒーが変わります。プロが教えるご家庭で簡単にできるアレンジコーヒーを作りませんか?

●会場: NOB CAFE  
●講師: 米倉 信夫  
●定員: 各回/3名  
●持ち物: 筆記用具・エプロン (必要な方のみ)  
●材料費: 1,500円 (材料費・教材資料) ※お持ち帰りして頂きます

3月1日(金)~3月31日(日)  
期間中で14:30~18:00の間のご都合のいい日程時間をご指定下さい【要予約】 ※講座は約60分の予定です

■受付開始日: 2月20日(水)~ 14:00~16:00

**NOB CAFE** ☎072-350-3093  
大阪狭山市大野台2-1-3-3 定休日:不定休

### 2 お野菜たっぷりランチつきパン教室 NEW

サクラをモチーフにした、くるみパンとあんパンを作ります。野菜たっぷりスープと前菜と共に頂きましょう。お持ち帰り用パン付き

3月1日(金) 10:00~13:00  
3月11日(月) 10:00~13:00  
3月19日(火) 10:00~13:00  
3月29日(金) 10:00~13:00

●会場: 無添加キッチンサロン・ド・ボヌール  
●講師: 出口 舞  
●定員: 各回/4名  
●教材費: 2,000円 (材料費)  
●持ち物: エプロン、お手拭きタオル、サランラップ、持ち帰り用パンを入れる袋

■受付開始日: 2月20日(水)~ 13:00~16:00

**サロン・ド・ボヌール** ☎080-4823-1283  
大阪狭山市池尻中3 18 29 定休日:不定休

### 3 私立小学校の受験について 帝塚山・はつしば

私立小学校のメリットとは?どのような受験対策をすればいいの?帝塚山学院・はつしば学園・賢明学院など各学校の特色もあわせてご説明します。

3月1日(金) 10:00~11:00  
3月25日(月) 10:00~11:00

●会場: 有限会社ジーニアス教育総合研究所  
●講師: 島田 裕典  
●定員: 各回/4名

■受付開始日: 2月20日(水)~ 9:00~18:00

**有限会社ジーニアス教育総合研究所** ☎072-367-6665  
大阪狭山市大野台5-1-9-1 定休日:不定休

### 4 認定眼鏡士による眼鏡のお悩み相談 NEW

眼鏡のお悩みご相談下さい。認定眼鏡士の資格をもつスタッフがご聞きしアドバイスいたします。

3月3日(日) 9:00~10:00  
3月10日(日) 9:00~10:00  
3月17日(日) 9:00~10:00

●会場: 西村眼鏡店  
●講師: 岡 正博  
●対象: どなたでも  
●定員: 各回/3名  
●持ち物: 現在お使いの眼鏡

■受付開始日: 2月20日(水)~ 10:00~17:00

**西村眼鏡店** ☎072-367-6762  
大阪狭山市大野台4 3 9 定休日:土曜日

### 5 達磨画講座

特に筆運びに技巧を用いず、ただ一筆で描いた達磨画を体験してみませんか

3月2日(土) 10:00~12:00  
3月16日(土) 10:00~12:00

●会場: カルチャー・オアシス達磨庵 実施: ふれあい工房聖月庵 (カルチャー・オアシス達磨庵 内)  
●講師: 大北 聖月  
●定員: 各回/4名  
●対象: 老若男女  
●持ち物: 無し (道具はお貸しします)

■受付開始日: 2月23日(土)~ 10:00~17:00

**ふれあい工房聖月庵** ☎072-367-0255  
大阪狭山市大野台1-3-2-7-0 定休日:不定休

### 6 お花見の季節・お弁当のアイテム作り

花見の宴にはなんなりとしたテーブルマットやお箸袋を桜のハンコや折紙を使って作りませんか

3月2日(土) 10:30~12:00  
3月9日(土) 10:30~12:00

●会場: CoCoあんしゃんて  
●講師: 辻田 香恵子  
●定員: 各回/3名又は1組  
●教材費: 500円 (紙・お箸袋)

■受付開始日: 2月20日(水)~ 11:00~17:00

**CoCoあんしゃんて** ☎072-368-3558  
大阪狭山市西山台3-2-6 定休日:日曜日

### 7 初心者のための陶芸体験教室

初めての方でも楽しくお好きなものを作って頂けます。ハンコを使ってサクラ模様のオリジナル食器を作りませんか?

3月16日(土) 13:00~14:30  
3月19日(火) 13:00~14:30

●会場: 布土木  
●講師: 古野 友子  
●定員: 各回/4名  
●教材費: 1,620円【税込】 (材料費・焼成費)  
●持ち物: 汚れてもよいタオル・服装、又はエプロン  
●対象: 中学生以下は保護者同伴でお願いします

■受付開始日: 2月20日(水)~ 11:00~17:30

**布土木** ☎072-320-2856  
大阪狭山市西山台1-3-7 定休日:日・祝日

### 8 鉄板焼きシェフ体験 in 壱心邸

今日は小学生のみんながシェフになれるよ。鉄板焼きコーナーでパパとママに美味しいパンケーキをごちそうしよう。

3月21日(木) 15:00~16:00

●会場: 達喜の郷  
●講師: 吉尾・佐藤  
●定員: 4組  
●対象: 小学生 (3年~6年生) とその保護者  
●材料費: 600円 (パンケーキ材料費)

■受付開始日: 2月20日(水)~ 10:00~20:00

**達喜の郷** ☎072-366-4444  
大阪狭山市今熊7-1-1-1 定休日:なし(年末・年始のみ)

### 9 もらってうれしい株主優待券

株主優待に興味はあるが、今まで株式投資をしたことのない方に分かりやすくアドバイスを行います。

3月22日(金) 15:30~16:30  
3月29日(金) 15:30~16:30

●会場: 大阪狭山市商工会館 3階 実施: アイザワ証券 (株) 北野田支店  
●講師: 丸山隆次・竹川泰次  
●定員: 各回/6名

■受付開始日: 2月20日(水)~ 9:00~17:00

**アイザワ証券株北野田支店** ☎072-239-2960  
堺市東区大美野3 3 2-0 定休日:土・日・祝祭日

### 10 ブロック&モーターでロボットを作ろう!

物作り体験!初心者でも大丈夫です。ブロックを組み立ててモーターを使い動かします!少しの工夫でロボットの動きが変わります。面白いよ!

3月15日(金) 16:00~17:00  
3月21日(木) 16:00~17:00  
3月27日(水) 13:00~14:00  
3月28日(木) 13:00~14:00

●会場: 狭山池前ロボット教室 (ロボクリエ ション内)  
●講師: 金井 進 (塾長)  
●定員: 各回/3組  
●対象: 幼稚園の年長さんから小学4年生 (親御様同伴でお願いします)

■受付開始日: 2月20日(水)~ 17:00~21:00

**狭山池前ロボット教室** ☎072-365-3884  
大阪狭山市半田5 1 2 1 4 1 (広瀬商店2F) 定休日:水曜日

### 11 生命保険について学ぼう

保険の基礎を勉強しよう!! 保険と言われるもの全般についてご質問にお答えします!!

3月1日(金) 13:00~14:00

●会場: 西沢保険企画  
●講師: 西澤 友成  
●定員: 3名

■受付開始日: 2月20日(水)~ 9:00~17:00

**西沢保険企画** ☎072-365-6295  
大阪狭山市半田1-8-7 グランベ ル2C 定休日:土・日・祝日

### 12 編み物で作るバラブローチ製作講座

綺麗な綿糸で作る、可愛いバラのブローチ製作。プレゼントにも最適です。

3月9日(土) 10:00~11:00  
3月16日(土) 10:00~11:00

●会場: 創作きもの雅  
●講師: 東 照子  
●定員: 各回/5名又は2組  
●教材費: 無料  
●持ち物: カギ針5号  
●対象: 女性

■受付開始日: 2月21日(木)~ 9:30~17:00

**創作きもの雅** ☎072-367-3817  
大阪狭山市半田1 6 2 0 4 岡本ビル102 定休日:水曜日

### 13 肩コリ・頭痛をなくして楽しく健康づくり NEW

肩コリや腰痛や頭痛がおきる原因を当院独自の西洋医学の知識を取り入れ説明していきます。

3月4日(月) 11:00~11:45  
3月11日(月) 11:00~11:45

●会場: ひかり鍼灸整骨院  
●講師: 中辻 輝雅  
●対象: 肩コリや頭痛や腰痛でお困りの方  
●定員: 各回/5名

■受付開始日: 2月20日(水)~ 9:00~19:00(月~金)

**ひかり鍼灸整骨院** ☎072-366-0093  
大阪狭山市大野台4-2-0-1-6 定休日:祝日

### 14 武道による基本的な技法の体験

"元気がなにより・5才以上の皆さんははじめませんか?" 護身術と健康増進の運動です

3月2日(土) 10:00~12:00  
3月9日(土) 10:00~12:00  
3月16日(土) 10:00~12:00  
3月23日(土) 10:00~12:00  
3月30日(土) 10:00~12:00

●会場: カルチャー・オアシス達磨庵 実施: 達磨拳本部 (カルチャー・オアシス達磨庵 内)  
●講師: 大北 勝弘  
●定員: 各回/5名  
●対象: 5歳以上の老若男女  
●持ち物: 運動できる服装・水筒・タオル

■受付開始日: 2月23日(土)~ 10:00~17:00

**達磨拳本部** ☎072-367-0255  
大阪狭山市大野台1-3-2-7-0 定休日:不定休

### 15 身体と心に効く『笑いヨガ』

「笑いヨガ」は、誰にでもできる笑いの体操です。心と体に効く笑いの健康法を体験してみませんか?

3月6日(水) 10:00~11:30  
3月27日(水) 10:00~11:30

●会場: 大阪狭山市立コミュニティセンター 実施: しゃしんやさん  
●講師: 竹内 ゆかり (認定笑いヨガティーチャー)  
●定員: 各回/15名  
●持ち物: 飲み物・動きやすい服装でお越し下さい  
●費用: 500円 (レッスン指導料)

■受付開始日: 2月21日(木)~ 10:00~19:00

**しゃしんやさん** ☎072-368-4660  
大阪狭山市大野台2-1-3-8 定休日:水曜日

### 16 眉スタイリング & ポイントメイクレッスン

お顔の顔ぶちと言われている眉。ご自分でカンタン&キレイに描ける方法とポイントメイクをじっくりとレッスンさせていただきます♥

3月7日(木)~3月24日(日)  
※時間については、各日とも個別対応 (10:30~17:00の間で約60分)

●会場: みその狭山ニュー タウン店  
●講師: みそのスタッフ  
●定員: 各回/1名  
●対象: 女性  
●費用: 540円 (眉ブラシ代)

■受付開始日: 3月1日(金)~ 10:30~18:30

**みその狭山ニュータウン店** ☎072-366-3733  
大阪狭山市大野台2-1-1-7 コノミヤ専門店 定休日:なし

### 17 天使の羽 (背中エステ) 体験

ご自分では普段見えていない背中。薄着になる前にエステしましょう! 30分4,000円→@2,000円体験 美背中アドバイス付き

3月1日(金)~3月31日(日)  
の期間内の木・日曜日の  
10:00~11:30/13:00~14:30  
15:00~16:30/17:00~18:30  
(事前にご予約下さい。)

●会場: エステブライト  
●講師: 森 由紀  
●対象: 女性 (20歳以上)  
●定員: 定員 各回/1名  
●教材費: 2,000円 (エステ材料費)

■受付開始日: 2月20日(水)~ 10:00~19:00

**エステブライト** ☎090-6058-0880  
大阪狭山市西山台1-1-7-6 営業日:木・日曜日 駐車場:完備

### 18 天使の美肌 (美顔エステ) 体験

春は何かとイベントが多いですね。ゆったりとご褒美エステしましょう! 40分4,000円→@2,000円体験 美肌アドバイス付き

3月1日(金)~3月31日(日)  
の期間内の木・日曜日の  
10:00~11:30/13:00~14:30  
15:00~16:30/17:00~18:30  
(事前にご予約下さい。)

●会場: エステブライト  
●講師: 森 由紀  
●対象: 女性 (20歳以上)  
●定員: 定員 各回/1名  
●教材費: 2,000円 (エステ材料費)  
●持ち物: メイクをされる方はセルフメイク道具をお持ちください

■受付開始日: 2月20日(水)~ 10:00~19:00

**エステブライト** ☎090-6058-0880  
大阪狭山市西山台1-1-7-6 営業日:木・日曜日 駐車場:完備

### 19 ヨガで楽しくリフレッシュ NEW

身体が硬くても大丈夫!背骨や骨盤の歪みを整え、呼吸の流れにそってゆっくりと身体を動かすので安心!心も身体もスッキリ楽しくリフレッシュ!

3月4日、11日、18日(月) 10:00~11:00  
3月9日、16日、23日、30日(土) 10:15~11:15

●会場: T.D.S (Tomomi Dance Space) ダンス&カルチャースクール  
●講師: 山本 智美  
●定員: 各回/20名  
●対象: どなたでも  
●持ち物: 飲み物、タオル、ヨガマット又はバスタオル  
●費用: 500円 (施設利用料)

■受付開始日: 2月20日(水)~ 9:00~21:00

**T.D.S (Tomomi Dance Space)** ☎090-6516-7199  
大阪狭山市半田6-1-1-5 7-1-2F 定休日:日曜日

### 20 昭和歌謡で歌声喫茶 NEW

春一番、赤いスイートピー、融る言葉、川の流れるようになど、ピアノの伴奏とともに歌いましょう! ハープティ&スイーツつき。

3月13日(水) 14:00~15:00  
3月27日(水) 14:00~15:00  
※サロン・ド・ボヌールの手作りスイーツつき

●会場: 西野文化教室  
●講師: 下村 晶子 (介護福祉士・音楽カウンセラ)  
●定員: 各回/7名  
●対象: どなたでも  
●持ち物: なし  
●費用: 500円 (スイーツ、お茶代)

■受付開始日: 2月20日(水)~ 10:00~17:00

**西野文化教室** ☎090-5463-2811  
大阪狭山市池尻北2-1-9-2 定休日:土・日曜日、祝日

**(講座の種類)**

講座は3種類に分かれています。講座名の色に注目!!

食べる (食器アイコン) つくる (紙と筆アイコン) 学ぶ (本アイコン) 美容 (女性アイコン) 健康 (心臓アイコン)

**受付開始日**  
各店の講座の申込は、「受付開始日」以降に、各店にお電話で申込みして下さい。営業時間にお気を付け下さい。