

親子・Kids講座

親子で学べる講座です。

※保護者同伴での参加をお願いします。



1 母娘で楽しむヘアアレンジ合戦講座 Kids

Bloom(ブルーム) 城内町2-6-22 ホクエビル1F

●7/21☎ 9:00~10:30

●7/28☎ 13:00~14:00

●8/11☎ 16:00~17:00

このから選べるお祭りやお遊戯のヘアアレンジを楽しく簡単に体験してください。

会場: Bloom
対象: 小学4年生以上の娘さんとお母さん
持ち物: 髪に合うヘアアクセサリーがあれば
※持ち物がない場合は会場へ持参してください

●会場: Bloom
●対象: 小学4年生以上の娘さんとお母さん
●持ち物: 髪に合うヘアアクセサリーがあれば
●定員: 6組
●講師名: Bloomスタッフ全員

申込 0258-36-0011 受付 10:00~19:00

定休日/毎週月曜日・第1火曜日・第3火曜日

2 カワイイ衣装を着て踊ろう Kids

IBK DANCEスタジオ 千歳2-1-10

●7/28☎ 13:00~14:00

●8/11☎ 16:00~17:00

カワイイ衣装を着て音楽に合わせて楽しく踊りませんか? 最後は記念写真撮れます。

会場: まちなかキャンパス1長岡
対象: 幼稚園~小学3年生
持ち物: 動きやすい服、水筒、タオル

●会場: まちなかキャンパス1長岡
●対象: 幼稚園~小学3年生
●持ち物: 動きやすい服、水筒、タオル
●定員: 各10組20名
●講師名: 大橋

申込 090-4713-2626 受付 10:00~20:00

定休日/月曜日

3 あなたに似合う色はどんな色? Kids

ビューティーサロン M・ファータ 泉町1-3-1 2F

●7/31☎ 10:30~11:30

●8/ 8☎ 10:30~11:30

色の世界を知って、心もカラフルにカラ・コンサレーションがドレアップ(布)を使って、あなたに似合う色を診断します。これで親子コーデもバッチリ!

会場: ビューティーサロン M・ファータ
対象: 小学1年生からと保護者
定員: 各4組8名
講師名: 藤巻美子、樋口奈実

申込 0258-30-4000 受付 10:00~18:00

定休日/日曜日・月曜日・祝日

お申し込みの手順

※店舗により申込方法が異なりますので、よくご確認の上お申し込みください。

- 講座を選ぶ 材料費・対象・持ち物などをよく確認してください。
- 申し込む
- 参加する

●お申し込みは各店へお願いします。●受付開始の日時を必ず守ってお申し込みください。●メールでの申込み:QRコードが直接メールアドレスからお申込ください。(抽選となります) ※抽選結果は皆様へメール又は電話でお知らせします。※携帯からの方は、店舗アドレスの受信許可設定をお願いします。※講座の日が近づいても店舗より抽選結果の連絡がない場合は、お手数ですが店舗へ再度メールか事務局までお電話下さい。TEL0258-32-7002

キャンセルする場合は、必ず事前にご連絡ください。直前や連絡がなかった場合、材料費をいただく事があります。ご了承ください。

カラー&アイコンについて

- 講座の種類
- 親子
- 美しい
- グルメ
- 学ぶ
- 健康
- 作る

Kids 子ども参加OK!

※保護者同伴での参加をお願いします。

4 プロスポーツ選手の身体づくり Kids

新潟アルビレックスBB 城内町2-5-3 補機ビル3F

●7/23☎ 17:00~18:30

新潟アルビレックスBBの選手が行っているストレッチの実践やプロスポーツ選手の身体づくりについてお話しします。

会場: まちなかキャンパス1長岡 (502号室、多目的スペース)
対象: 親子
持ち物: 動きやすい服装
定員: 各3組6名
講師名: 藤巻美子

申込 0258-86-5700 受付 9:00~18:00

定休日/土曜日・日曜日

5 ☆親子で一緒にきれいになろう!脱毛講座 Kids

angeliQue(アンジェリック) 城内町3-4-4

●8/ 6☎ 19:00~20:00

●8/10☎ 19:00~20:00

脱毛の仕組みを親子で一緒に学びたい。キレイになろう! 親子で一緒にキレイになろう!

会場: アンジェリック
対象: 親子
持ち物: 脱毛クリーム
定員: 各3組6名
講師名: 沼田江江

申込 0258-31-2133 受付 10:00~19:00

定休日/第1火曜日・第2・3月曜日・火曜日・第4・5月曜日

6 作って食べよう「長岡赤飯」&親子で学ぼう「お箸の持ち方」 Kids

越後の地酒サトウ商店 × 器の店ふじい 大手町1-3-15

●7/28☎ 11:00~12:30

長岡伝統的「しよゆ赤飯」を作ります。蒸かして食べる間に親子でお箸講座もを行います。正しい箸使いの正しいお箸の持ち方を学びます。

会場: 越後の地酒サトウ商店
対象: 小学1年生以上の子供と保護者
材料費: ¥700 定員: 各4組 講師名: 佐藤君子、藤井洋子

申込 0258-32-0402(越後の地酒サトウ商店) 受付 10:00~18:00

定休日/越後の地酒 サトウ商店…不定休 器の店 ふじい…水曜日

23 親子ランニング教室 Kids

(秋のマラソン大会に向けて)

ホテル崇徳館 泉町2-3-9

●7/29☎ 7:30~8:30

●8/ 5☎ 7:30~8:30

●8/19☎ 7:30~8:30

小学生を対象とした親子ランニング教室を開催します。ランニングの基本とコツをお話します。お楽しみでアビリティスというアビリティスに参加します。

会場: ホテル崇徳館
対象: 小学生(3~6年生)と保護者の方
持ち物: ランニングシューズ、タオル、飲み物

申込 090-1841-0762 受付 10:00~20:00

定休日/無休

一般講座

どなたでも参加できる講座です。



24 自分に一番似合うヘアカラーはこれです! Kids

angeliQue(アンジェリック) 城内町3-4-4

●7/19☎ 19:00~20:00

●7/26☎ 19:00~20:00

髪型は顔の輪廓と言われ、髪色が整えば、顔の印象も変わります。自分の髪型、髪色を分析し、一番似合うカラーをお話します。

会場: アンジェリック
対象: 女性
定員: 各4名
講師名: 小川真実

申込 0258-31-2133 受付 10:00~19:00

定休日/第1火曜日・第2・3月曜日・火曜日・第4・5月曜日

25 ☆男性のための育毛講座 Kids

angeliQue(アンジェリック) 城内町3-4-4

●8/ 9☎ 19:00~20:00

●8/17☎ 19:00~20:00

髪型を知り、育毛剤を使い、髪を育てよう! 髪質改善の専門家から、育毛剤の正しい使い方、髪質改善の正しい方法を学びます。

会場: アンジェリック
対象: 男性
定員: 各4名
講師名: 高橋君子

申込 0258-31-2133 受付 10:00~19:00

定休日/第1火曜日・第2・3月曜日・火曜日・第4・5月曜日

7 親子で体験! スクラッチでプログラミング Kids

パソコンスクールNET 台町1-8-18 カンコビル3F

●7/27☎ 13:30~14:30

●8/ 6☎ 10:30~11:30

スクラッチを使用して、パソコン画面の上でキャラクターを動かしたり、音を出したり、初心者でも楽しめるプログラミングを体験できます。(駐車場なし)

会場: パソコンスクールNET
対象: 小学2年生以上と保護者
定員: 各5組10名
講師名: 森田一輝

申込 0258-31-7868 受付 10:00~19:00(平日のみ)

定休日/祝日

8 親子で挑戦! ロボットプログラミング Kids

パソコンスクールNET 台町1-8-18 カンコビル3F

●7/26☎ 17:00~18:00

●7/31☎ 10:30~11:30

●8/ 7☎ 13:30~14:30

●8/16☎ 13:30~14:30

プログラムをパソコンで確認し、組み立てたロボットにプログラムを転送してロボットを動かす体験講座です。(駐車場なし)

会場: パソコンスクールNET
対象: 小学2年生以上と保護者
材料費: ¥300(資料代)
定員: 各3組6名
講師名: 教室スタッフ

申込 0258-31-2133 受付 10:00~19:00(平日のみ)

定休日/祝日

9 シュワシュワとけるバスボム(入浴剤)を作ろう Kids

Poco a Poco(ポコアポコ) 大泉町5-101-57

●7/21☎ 10:00~11:30

●8/11☎ 10:00~11:30

精油を使ったシュワシュワとけるバスボムを作ります。香りや色を決めます。お花の香りや季節の香りや色を決めます。

会場: 長岡商工会議所
対象: 小学1年生以上のお子さんと保護者
持ち物: ガラスの容器があれば
材料費: ¥1,500(精油、他)
定員: 各4組
講師名: 高橋英子

申込 0258-28-6455 受付 9:00~19:00

定休日/不定休

10 世界で一つのオリジナル目覚まし時計を作ろう! Kids

宝石・時計・メガネのミヤコヤ 大手町1-3-3

●8/11☎ 10:30~12:00

●8/18☎ 10:30~12:00

世界で一つのオリジナル目覚まし時計を作ります。親子で世界に一つだけのオリジナル目覚まし時計を作ります。

会場: 宝石・時計・メガネのミヤコヤ
対象: 小学1年生~6年生と保護者
材料費: ¥1,500(目覚まし時計セット代)
定員: 各3組6名
講師名: 高橋史子

申込 0258-36-2020 受付 10:00~19:00

定休日/水曜日

26 暑い夏をおしゃれなまとめ髪でヘアアレンジ講座 Kids

Bloom(ブルーム) 城内町2-6-22 ホクエビル1F

●7/25☎ 19:00~20:00

●8/ 3☎ 10:00~11:00

暑い日は髪をまとめて結ぶ機会が増えてきます。普段は、お出かけの時にもおしゃれに見るヘアアレンジのコツをお話します。

会場: Bloom
対象: 女性
持ち物: 髪留め、ヘアピン、ヘアオイル、ヘアブラシ、ヘアバンド(無くても大丈夫です)
定員: 各4名
講師名: 中野

申込 0258-36-0011 受付 10:00~19:00

定休日/毎週月曜日・第1火曜日・第3火曜日

27 夏のビューティー・アイメイク講座 Bloom × Forall

Bloom(ブルーム) 城内町2-6-22 ホクエビル1F

●8/ 9☎ 8/15☎ 18:00~19:30

毎日大好きなメイク講座! 自分のお顔にフィットする、アイメイクのバリエーションをお話します。メイクのバリエーションをお話します。アイメイクが苦手な方はぜひ体験してみてください。

会場: Forall長岡店
持ち物: 鏡、化粧道具、メイク道具、着けるタイプの鏡
定員: 各4名
講師名: 中野、藤巻花

申込 0258-36-0011(ブルーム) 受付 10:00~19:00

定休日/毎週月曜日・第1火曜日・第3火曜日

28 笑顔が変わる「顔エステ」レッスン Kids

ポーラ まゆ花 古正町3-3-4

●7/24☎ 18:00~19:30

●7/25☎ 18:00~19:30

●8/ 8☎ 18:00~19:30

●8/ 9☎ 18:00~19:30

自宅から出来る簡単なマッサージのレッスンです。笑顔が素敵な女性になるためのレッスンです。笑顔が素敵な女性になるためのレッスンです。

会場: まちなかキャンパス1長岡(502号室)
対象: 女性
持ち物: フェイスパウダー、メイク道具、鏡
定員: 各4名
講師名: 安藤智子

申込 0258-28-8418 受付 10:00~17:00

定休日/日曜日・祝日

11 自分で作った駅弁を持って電車に乗ろう! Kids

駅弁の池田屋 今泉町3-13-14

●8/ 8☎ 9:30~13:45

駅弁の自由研究にもオススメ! 自分で作った駅弁を電車に乗って楽しむ講座です。

会場: まちなかキャンパス1長岡(創作交流室)
対象: 小学1年生~小学生
持ち物: 駅弁の作りかた、写真、色紙、マスキングテープ、はさみ、のり、色紙、お弁当箱

材料費: ¥200(1組分材料費)
定員: 各6組12名
講師名: 池田屋

申込 0258-31-7868 受付 10:00~19:00(平日のみ)

定休日/なし

12 明治時代の教科書を読みましょう Kids

横山表具店 富原2-4-22

●7/28☎ 10:00~11:00

今から100年以上前の小学校の教科書を使って、学校の教科書を見て、手に取って読んでみましょう。

会場: まちなかキャンパス1長岡(502号室)
対象: 親子
材料費: ¥300(おにぎり紙、ごはん、具材)
定員: 各4組
講師名: 横山表具店

申込 0258-33-2356 受付 9:00~17:00

定休日/日曜日

13 親子で笑おう! おにぎり作り Kids

会館青善 表町4-3-9

●7/24☎ 11:00~12:00

●8/16☎ 11:00~12:00

安全なおにぎりの作り方を教えます。自由に作れます。

会場: 会館青善
対象: 親子
材料費: ¥300(おにぎり紙、ごはん、具材)
定員: 各3組
講師名: 大橋啓子

申込 0258-34-4411 受付 9:00~18:00

定休日/無休

14 親子で謎解き! まちなかクイズラリー!! Kids

長岡市(産業支援課) 大手町2-6 フェニックス大手イースト6F

●7/25☎ 11:00~14:00

●8/ 5☎ 11:00~14:00

●8/10☎ 11:00~14:00

●8/20☎ 11:00~14:00

長岡駅前商店街と五十町の謎解きクイズラリー! 親子で謎解きクイズラリー! 親子で謎解きクイズラリー!

会場: フェニックス大手イースト1F
対象: 小学生とその保護者
持ち物: 謎解きクイズラリーの資料
定員: 各5組
講師名: 長岡市産業支援課

申込 0258-39-2228 受付 8:30~17:15

定休日/土曜日・日曜日・祝日

29 しわとたるみにあらがおう! おうちエステ Kids

Poco a Poco(ポコアポコ) 大泉町5-101-57

●7/17☎ 10:00~11:30

●7/24☎ 18:30~20:00

●8/ 9☎ 10:00~11:30

●8/16☎ 18:30~20:00

しわとたるみのケアが家でできる! 自宅でできるおうちエステ! おうちエステ!

会場: 長岡商工会議所
対象: 女性
持ち物: 美容液、保湿クリーム、化粧水、ハンドクリーム
材料費: ¥500(オイル、精油、化粧品)
定員: 各2組4名
講師名: 高橋英子

申込 0258-28-6455 受付 9:00~19:00

定休日/不定休

30 簡単に出来る! リフトアップマッサージ Kids

POLA ルミエール 泉町3-8-9 西沢ビル2F

●7/20☎ 10:00~11:15

●7/21☎ 10:00~11:15

もっとしほりのハリが欲しい! 元々のハリ、くすみ、たるみを解消するリフトアップマッサージ! リフトアップマッサージ!

会場: まちなかキャンパス1長岡(502号室)
対象: 女性
持ち物: フェイスパウダー、鏡
材料費: ¥500(オイル、精油、化粧品)
定員: 各12名
講師名: 天川真智子 他1名スタッフ

申込 0258-89-8660 090-3403-7784 受付 11:00~18:00

定休日/不定休

31 自分でできる女性のためのポイントお顔マッサージ Kids

安藤理容館 東坂之上町2-3-3

●7/23☎ 10:00~11:00

●7/30☎ 10:00~11:00

顔やお口のまわりなどポイントをお顔マッサージ! お顔マッサージ!

会場: 安藤理容館
対象: 女性
定員: 各4名
講師名: 安藤理容館

申込 0120-32-4596 受付 12:00~18:00

定休日/毎週月曜日・第1火曜日・第3日曜日

32 長岡の発酵・醸造製品を楽しもう! Kids

遊食居酒屋 なじらてい 泉町1-6-2

●7/29☎ 13:00~14:30

発酵食品講座! 大人はお酒とつまみ、子供はヨーグルトや漬物を楽しもう!

会場: 遊食居酒屋なじらてい
持ち物: 飲み物
材料費: ¥500(食材、飲み物)
定員: 各10名
講師名: 川上啓

申込 0258-31-2133 受付 10:00~19:00

定休日/日曜日

15 アロマで虫よけスプレーを作ろう! Kids

私の休日 城内町1-611-1 CoCoLo長岡管内

●8/11☎ 11:00~12:30

●8/18☎ 14:00~15:00

お子様に安心して使える虫よけアロマスプレーを作ります。虫よけアロマスプレー!

会場: CoCoLo長岡管内コプラザ
材料費: ¥1,000(アロマオイル2本+材料費)
定員: 各4組
講師名: 大川真由

申込 0258-84-7750 受付 10:00~20:00

定休日/無休

16 親子でつくるかんたん匂い袋・かおりつきしおり Kids

大平信徳 東坂之上町2-4-12

●7/28☎ 14:00~15:00

●8/18☎ 14:00~15:00

ラングラーやお香りの原料を使い、折紙で作るかんたん匂い袋・かおりつきしおりを作ります。

会場: 大平信徳
対象: 小学3年生からの親子
材料費: ¥500
定員: 各3組6名
講師名: 大平信徳

申込 0258-32-2373 受付 9:30~18:00

定休日/無休

17 親子で作ろう! フラワーアレンジメント! Kids

長岡ガーデン 泉町1-1665

●8/ 4☎ 10:30~11:30

●8/ 5☎ 14:00~15:00

親子で協力しながら、かわいいフラワーアレンジメントを作ります。

会場: 長岡商工会議所
対象: 親子
持ち物: 花リぼさみ
材料費: ¥1,500(花材と器)
定員: 各5組
講師名: 大橋啓子

申込 0258-32-1083 受付 8:00~18:00

定休日/正月3日間

18 女の子で野球を日曜親子で座談会しませんか? Kids

長岡競馬社・スタジアム 長岡町1-3-15

●7/29☎ 15:00~16:30

●8/18☎ 18:00~19:30

日頃、男子と一緒に野球をしている女の子の親子で、お話を聞いたり、お話を聞いたり。

会場: 長岡競馬社
対象: 小学4年生以上の女の子と保護者
持ち物: 筆記用具
定員: 各5組
講師名: 小川真智子、小川真智子

申込 090-2628-2873 受付 10:00~18:00

定休日/火曜日

33 2種類の「熱成酒」と「和のうつわ」の楽しみ方 越後の地酒サトウ商店 × 器の店ふじい

越後の地酒サトウ商店 大手町1-3-15

●8/18☎ 18:30~20:00

日本酒の素晴らしさを伝えるべく、お酒と和のうつわ。お酒と和のうつわ。

会場: まちなかキャンパス1長岡(創作交流室)
対象: 20歳以上
材料費: ¥700(飯食材料費) 定員: 各8名 講師名: 藤井洋子、藤井洋子

申込 0258-32-0402(越後の地酒サトウ商店) 受付 10:00~18:00

定休日/越後の地酒 サトウ商店…不定休 器の店 ふじい…水曜日

34 季節のフルーツでジャムを作ろう!! Kids

コーヒーハウスミチル 大手町1-5-1

●7/29☎ 11:00~12:00

●8/ 5☎ 16:00~17:00

●8/12☎ 11:00~12:00

●8/19☎ 11:00~12:00

夏には美味い! 美味しいジャムを作ります。季節のフルーツでジャムを作ります。

会場: コーヒーハウスミチル
定員: 各15名
講師名: 藤巻花、藤巻花

申込 090-4006-2282 受付 9:00~18:00

定休日/土曜日

35 国産ワイン・日本ワイン ~知って楽しいワインの世界~ Kids

ワイン中村 泉町2-1084-4

●8/ 6☎ 8/ 7☎ 11:00~12:00

●8/ 8☎ 8/ 9☎ 16:00~17:00

●8/10☎ 8/11☎ 16:00~17:00

10月かワインの日! 国産ワインの世界を楽しく知ります。

会場: ワイン中村
対象: 20歳以上でワインに興味のある方
持ち物: 筆記用具と水筒
材料費: ¥500(ワイン3割)
定員: 各4名
講師名: 小野洋一

申込 0258-32-0434 受付 9:00~20:00

定休日/第1・第3・第5日曜日

19 サマーフラワーハット(アーテュールフラワー) Kids

末広堂 東坂之上町2-1-2

●8/17☎ 11:00~12:00

●8/18☎ 11:00~12:00

夏を楽しくするアイテム! サマーフラワーハットを作ります。

会場: 末広堂
対象: 6歳以上の親子
持ち物: 筆記用具
材料費: ¥2,000(帽子、通、リボン代)
定員: 各3組
講師名: 末広堂

申込 0258-32-1157 受付 10:30~16:00

定休日/日曜日

20 パワーストーンでブレス作り Kids

セニヤハウスの里(コンパローズ) 坂之上町2-4-11 アメジストビル301

●7/22☎ 13:30~14:30

●7/26☎ 13:30~14:30

●8/ 4☎ 10:00~11:00

自分で作ったパワーストーンブレスを作ります。

会場: セニヤハウスの里
対象: 親子
材料費: ¥1,200(パワーストーン+材料費)
定員: 各3組
講師名: 店スタッフ

申込 0258-32-0633 受付 10:00~17:00

定休日/月曜日

21 親子で学ぶ「お金の話」 Kids

セニヤハウスの里(コンパローズ) 坂之上町2-4-11 アメジストビル301

●8/ 3☎ 10:00~11:00

●8/11☎ 10:00~11:00

●8/19☎ 10:00~11:00

「にいがたの未来」を楽しく学ぶ機会です。

会場: セニヤハウスの里
対象: 親子
定員: 各3組
講師名: 三光元彦 研究員 佐藤友樹 榎津誠

申込 0258-32-0633 受付 10:00~17:00

定休日/月曜日

22 親子で「才能発見」大作戦 Kids

セニヤハウスの里(コンパローズ) 坂之上町2-4-11 アメジストビル301

●7/25☎ 10:00~11:00

●7/25☎ 13:30~14:30

●7/25☎ 15:00~16:00

親子で才能を発見する大作戦! 才能を発見する大作戦!

会場: セニヤハウスの里
対象: 親子
定員: 各3組
講師名: 三光元彦 研究員 佐藤友樹 榎津誠

申込 0258-32-0633 受付 10:00~17:00

定休日/月曜日

36 初心者のための「のり巻き講座」 Kids

すし・和風料理 米八 東坂之上町2-1-7

●7/18☎ 11:30~12:30

●7/25☎ 11:30~12:30

巻き寿司の作り方、簡単な巻き寿司の作り方!

会場: 米八
対象: 小学4年生以上の子供と保護者
材料費: ¥100
定員: 各4名
講師名: 高橋英子

申込 0258-33-0440 受付 13:00~15:00

定休日/日曜日

37 お茶の楽しみ Kids

俞高橋園 殿町本店 泉町1-4-5

●7/27☎ 10:00~11:30

お茶の楽しみ! お茶の楽しみ!

会場: 俞高橋園 殿町本店
持ち物: 急須1個、湯呑2個
材料費: ¥100
定員: 各4名
講師名: 日本茶インストラクター 高橋英子

申込 0258-32-1379 受付 9:00~18:00

定休日/日曜日・祝日

38 初心者必見! 同人誌サークル参加入門 Kids

CS合同会社 城内町2-5-3 補機ビル4F

●7/27☎ 10:30~11:30

同人誌サークル参加入門! 同人誌サークル参加入門!

会場: CS合同会社
対象: 小学生高学年以上
定員: 各5名
講師名: 川原智子、田辺あゆみ

申込 0258-32-1379 受付 9:00~18:00

定休日/土曜日・日曜日・祝日

39 ゆかた美人になれる! キューティ帯結び講座 おおも

京のきもの おおも 東坂之上町2-5-9

●7/18☎ 18:30~19:30

●7/21☎ 10:30~11:30

●7/21☎ 13:30~14:30

浴衣を着て自分で着る帯結びが美しく、すきり、しかも簡単です。

会場: 京のきもの おおも
持ち物: 浴衣
定員: 各3組
講師名: 大橋啓子

申込 0258-32-1667 受付 9:30~18:00

定休日/木曜日・第1水曜日