

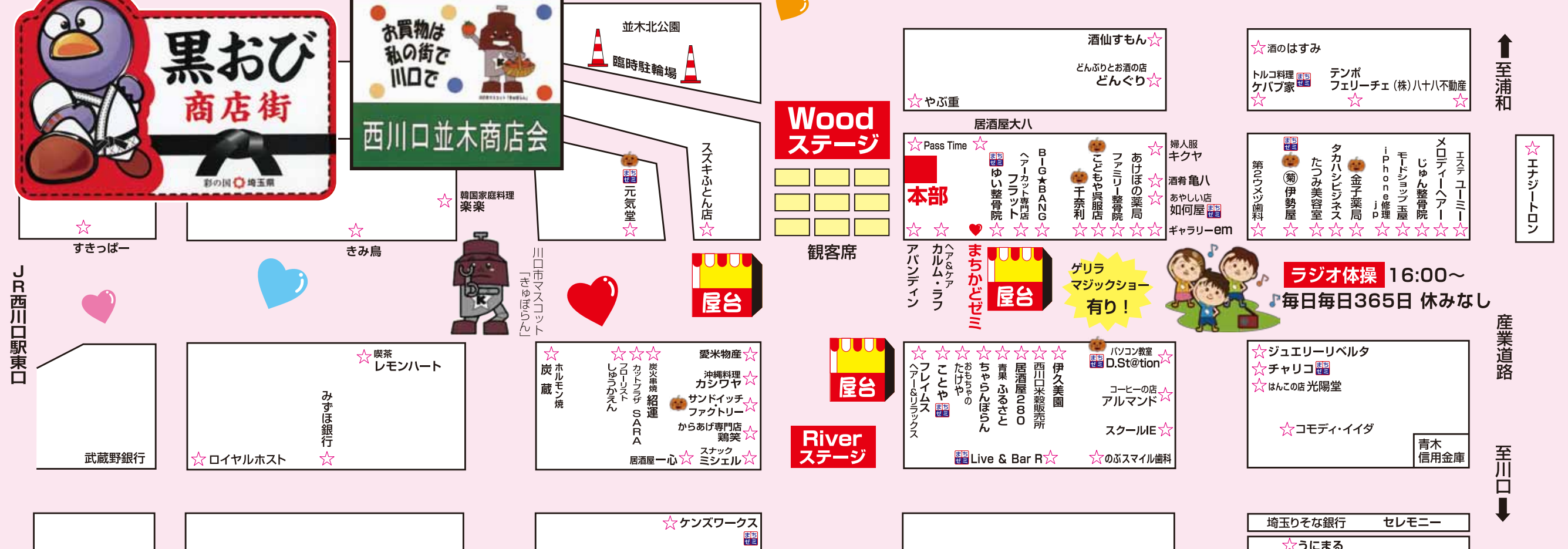
圧倒的に健康な商店街！「音」をとおして楽しく、にぎわいのある街づくり

並木が発信する音楽と健康

「音の駅&健康フェス&まちゼミin並木」

9/30(日)

開会10:00
閉会17:30
(雨天決行)



音の駅 Wood Stage

時間	オープニングセレモニー
10:00~	幸並中学校吹奏楽部
10:30~	開会式
10:45~	花配布
11:00~11:30	ピエロック
11:40~12:50	健康フェス・オン・ステージ
13:00~13:35	浅見安二郎
13:45~14:20	リコーダーマン いっち〜
14:30~15:05	鈴ノ木ユウ
15:15~15:50	街角JAZZ SESSION
16:00~	ラジオ体操
16:10~16:40	ドーヤバース
16:50~17:20	Rスターズ

音の駅 River Stage

時間	
11:10~11:40	蕨東中学校PTA合唱団 (ゴスペル)
11:50~12:25	しのき拓哉
12:35~13:25	カシワヤJAZZsession
13:35~14:00	マジックショー
14:10~14:45	Re:OKT
14:55~15:45	Blind Archer (BLUESsession)
16:00~	ラジオ体操

「まちかどゼミ」2018 スケジュール

健康フェス・オン・ステージ	
11:40	足ウラのツボと骨盤 元氣堂 池内 英二
12:05	「ヘルシーエイジングライフ」 バランスの良い栄養を摂って、フラワービー 遠山 裕子
12:30	健康体操 ゆい整骨院 小黒 貴士

まちかどゼミ	
テントA	テントB
11:00 たたみのお手入れとミニ畳作り たたみはにいせき 新聞商店 新聞 博	11:00 脳も元気に! 「簡単!! パソコン解体ショー」 パソコン教室 D.St@tion 西川口教室 竹内 勇治
12:30 コーヒーの楽しみ方 〜初心者編〜 カレント 多久島 大輔	12:30 あなたの身体は健康ですか? 「健康度無料計測します」 フラワービー 遠山 裕子
15:00 本格! そば打ち体験	やぶ昭 稲垣 正一

2018 西川口ハロウィン

開催場所 川口西地区 連合商店会エリア

開催日 10/27(土) 11:00~15:00

西地区連合商店会

協賛: ドン・キホーテ西川口駅前店

10/27(土) 2018 西川口並木 ハロウィン

11:00~15:00

★お菓子配布!

●サンドイッチ・ファクトリー

●元氣堂

●千奈利

●こどもや呉服店

●パソコン教室D.St@tion

●伊勢屋

●金子薬局

1 あなたの体力年齢は? 簡単エクササイズ教室

あなたの体力年齢はいくつ? 簡単な運動とアンケートで、あなたの体力年齢をチェックします。さらに、簡単な筋トレや体操で体を動かしてより健康に!!

●会場/ゆい整骨院 ●定員/4名

●持ち物/動きやすい服装で

ゆい整骨院

048-299-6801

講師/小黒貴士

受付/9:00~20:00 土曜は14:00まで

定休日/日曜、祝祭日 所在地/川口市並木3-5-26

2 元氣堂のマル秘テクニックを学ぼう!

元氣堂の池内が教える、セルフ・ストレッチや人にもできる技を楽しく学んでみよう! 今回「首・肩のコリ」や「腰痛」、「肩凝りのゆがみ」「冷え症」や「足のむくみ」解消法を教えます。

●会場/元氣堂 西川口店 ●定員/6~8名

●持ち物/飲み物 ※動きやすい服装

元氣堂 西川口店

048-258-7898

講師/池内英二

受付/10:00~18:00 定休日/無休

所在地/川口市並木3-7-1

3 買った自転車ってなんか乗りづらい。なんでだろう?

本来自転車は、乗る人に合わせて調整して、乗るものなのです。一緒に乗りやすく調整してみよう。

●会場/チャリコ 西川口店 ●定員/3名

●対象者/自転車をご利用の方すべて

service@charico-web.com

チャリコ 西川口店

048-254-7311

講師/倉持充宏

受付/メールで問合せ・申込み 定休日/水曜日

所在地/川口市並木4-1-5

4 東洋医学と西洋医学の物差し(学問)の違い

病の診断・治療方法が、東洋・西洋の物差しに違いがあります。その物差しをわかりやすく解説いたします。また、最新情報をお知らせします。

●会場/さとう潤天道薬局 ●定員/5名

●30歳以上(性別は問いません)

●材料/筆記用具 ●資料代/100円

さとう潤天道薬局

048-251-9893

講師/佐藤忍

受付/10:00~17:00 定休日/木・日曜、祝祭日

所在地/川口市上青木5-1-30

5 食べ物で本当の健康作り

あなたの一日のタンパク質量って聞かれた事ありますか? 健康を維持する為の栄養学を皆様と一緒に学んでみませんか?

●会場/喫茶アルマンド (並木3-4-16)

●定員/10名 定額でOK。

●材料/特になし(あれば筆記用具)

フラワービー

090-5035-9053

講師/遠山裕子

受付/10:00~17:00 定休日/日曜日

所在地/川口市並木3-3-18 ギャラーレ並木1F

※店舗場所は異なります。

6 空手から学ぶ護身術セミナー

空手を使った護身術と、基本的な心構えが体験できる30分程度のセミナーです。老若男女問わず親子で兄弟で参加頂けます。

●会場/極真館総本部道場 ●定員/3名

●年齢・性別は問いません

●持ち物/動きやすい服装なら何でも

極真館総本部道場

048-420-9855

講師/瀬戸

受付/10:00~18:00 定休日/日曜日

所在地/蕨市塚越5-5-3 2階

7 脳も元気に! 「簡単!! パソコン解体ショー」

パソコン超初心者、パソコンが苦手! という方を対象に、パソコンの奥に隠れた事やパソコンを解体していただきます。

●会場/パソコン教室D.St@tion 西川口教室 ●定員/5名

パソコン教室D.St@tion 西川口教室

048-259-5405

講師/竹内勇治

受付/11:00~17:00 定休日/日曜・祝日

所在地/川口市並木3-4-15 小林ビル1階

8 革靴の みがき教室

かんたんにできる本格靴みがきです。ツヤの落ちた革靴をピカピカにみがける講座です。

●会場/ケンズワークス革工房 ●定員/5名

●対象者/エプロン、革靴(汚れても良い服装で) ※お子様連れはご遠慮ください。

ケンズワークス革工房

048-258-4165

講師/水戸部健一

受付/13:00~17:00 定休日/火曜日

所在地/川口市並木2-3-6

9 ドラムセットをたいてみよう!

超初心者でもOK。自由にドラムをたたいてみよう。プロの手ほどきで生の音を楽しんだら、あなたもすっかりドラマー気分!

●会場/Live & Bar R ●定員/5名または5組

●対象/どなたでも(お子様もOK)

●材料/特になし(不可)

Live & Bar R

048-229-7286

講師/栗原正勝

受付/19:00~24:00 定休日/無休

所在地/川口市並木3-4-23 石原ビルB2F

10 簡単パーカッション入門「カホーン教室」

見た目はただの箱。でも「カホーン」は立派な楽器。素手で叩いて体で楽しめよう。初めての体験でもコツを掴めばとっても簡単! 始めましょう!

●会場/CAFE如何屋 ●定員/8名

●対象/音楽やリズム、パーカッションに興味がある方ならどなたでも!

CAFE如何屋

090-1837-0739

講師/羽鳥裕

受付/17:00~26:30 定休日/火曜日

所在地/川口市並木3-5-17

11 貴方にも作れる自家製トルコヨーグルト!

知ってますか? ヨーグルト発祥の地はブルガリアではなくトルコだってこと! その特別なヨーグルトの作り方を教えます。本物の味を作ってみませんか?

●会場/ケババ家 ●定員/5名

●材料費/500円(食料費)

●持ち物/ガーゼまたは手ぬぐい、ザルとボウル

ケババ家

048-234-9362

講師/ハスルル栄子

受付/18:00~ 定休日/火曜日

所在地/川口市並木4-4-1-101

12 本格! そば打ち体験

蕎麦打ち体験してみませんか? 自分で打ったそばがその場で試食でき、蕎麦のお持ち帰り家族も堪能できる! 二度おいしい講座です。

●会場/やぶ昭 ●定員/4名 勿論、そばアレルギーではない方(笑)

●材料費/800円(そば粉などの食料費)

●持ち物/エプロン・タオル・蕎麦を持ち帰るための容器(タッパー等)

やぶ昭

048-251-6571

講師/稲垣正一

受付/13:30~21:00 定休日/水曜日

所在地/川口市西青木4-5-28

13 コーヒーを楽しもう

コーヒーのドリップでの実践とポイントレクチャー。コーヒーの歴史をご紹介します。

●会場/カレント ●定員/6名

●材料費/500円

カレント

048-256-5481

講師/多久島大輔

受付/11:00~22:00 定休日/月曜日

所在地/川口市上青木1-3-36 ハイストンハイツ1階 ※バス停「上青木南小学校入口」からすぐPなし

14 家庭用圧力鍋で作る粒あん

少量から作ることができる自家製粒あん。

●会場/伊勢屋 ●定員/4名

●持ち物/エプロン

伊勢屋

048-255-6580

講師/中野俊雄

受付/10:00~16:00 定休日/火曜日

所在地/川口市並木4-3-28

15 もう麺つゆは買わない!!

老舗そば2代目店主が無添加でおいしい麺つゆの作り方をそばの小話とともに教えます。なんでも聞いて下さい。

●会場/そば処 二幸 ●定員/5~6名

●材料費/200円(食料費)

●持ち物/1L位の空ペットボトル、エプロン

そば処 二幸

048-252-5259

講師/小久保亮治

受付/14:00~20:00 定休日/日曜日

所在地/西川口1-5-4

16 ピンクや黒のミニ畳を作ろう!

畳には「いぐさ」「樹脂」「和紙」などさまざまな種類や色があります。楽しく学んでミニ畳を作ってみよう。

●会場/「有」新聞商店 ●定員/5名または3組

●持ち物/筆記用具

たたみはニイゼキ(有)新聞商店

048-252-4047

講師/新聞博

受付/8:00~18:00 定休日/日曜日

所在地/川口市並木2-40-17

17 ティッシュカバーを作ろう

メタリックヤーンをキャンバスに刺して、ティッシュカバーを作ります。

●会場/ことや ●定員/2名

●材料費/1,200円

ことや

048-252-5781

講師/下川紀子

受付/10:00~20:00 定休日/日曜日

所在地/川口市並木3-4-6

協賛: 西川口東口連合商店会

ピンク..... 健康、きれい

グリーン..... 学ぶ

パープル..... たべる

ブルー..... つくる

日	月	火	水	木	金	土
30	10/1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			