

# 住まいと暮らしのぷらっとHOMEで開催!

## 67月 近鉄 楽・元気生活 セミナーのご案内

**予約制** 5月22日(火)よりお電話・WEBにて予約受付開始!  
裏面にも楽しいセミナーが盛りだくさん!

【開催場所】  
住まいと暮らしのぷらっとHOME  
(近鉄学園駅前南改札出てすぐ)  
〒631-0034 奈良市学園南3丁目1番2号  
(ル・シエル学園前南館1F・2F)  
■営業時間:10:00~20:00

【ご予約・お問い合わせ】  
0120-841-333  
〈近鉄「楽・元気」生活コールセンター〉受付時間:9:00~19:00(年中無休)



- セミナーには筆記用具をお持ちください。
  - 予約受付締切は開催日含む3日前19時までです。
  - 当日受付はセミナー開始15分前からです。
  - 参加者の方への「セミナー参加証」の発送はございません。
- ※セミナーの最少催行人数は3名です。 ※セミナーは都合により開講中止、変更になる場合がございます。予めご了承ください。  
※参加費は税込価格です。お支払いは当日、現金のみのお支払いとなります。 ※駐車場をご利用の場合、2時間まで無料です。駐車券はセミナー受付時にお渡しください。  
※会場は「住まいと暮らしのぷらっとHOME」2階です。2階へは階段のみとなります。 ※万一、キャンセルをされる場合は、事前にご連絡をお願いいたします。

**セミナーに参加するとKIPSポイント5ポイントをもらえなくプレゼント!**  
※KIPSクレジットカード、KIPSICOCAカード、KIPSポイントカードが対象です。  
※KIPSポイントの進呈は、お一人様1枚限りさせていただきます。  
※必ずご本人様名義のカードをお持ちください。  
※本チラシ掲載のセミナー参加時にカードをご提示いただかなかった場合、あとからのポイント進呈はいたしません。  
※KIPSポイントは参加月の翌月末までに加算されます。

【協賛/近鉄グループホールディングス株式会社】  
**貯筋®のすすめ~歩きと筋トレで若返り!~**  
6/1・8・15・22・29(金) 14:00~16:00 **参加費 5,000円(全5回分)**

科学的に実証された「しっかり歩き」と「貯筋®運動」を体感いただく全5回のプログラム。  
初回(6/1)と最終回(6/29)に体力測定を行い効果測定します。からだの変化を実感されたい方のご参加をお待ちしております。  
参加者には活動量計の貸出や、ウォーキング貯筋通帳など運動に役立つツールをプレゼント!

※5回全てご参加いただける方が対象です。  
※医師から運動を制限されていない方であれば、どなたでもご参加いただけます。  
※初回(6/1)に参加費5,000円をいただきます。途中でお休みされた際のご返金はございません。

【持ち物】運動しやすい服装・タオル・飲み物  
【提供】奈良県立医科大学MBT研究所 一般財団法人健康産業推進機構 ヘルスグリッド株式会社  
【メイン講師】奈良県立医科大学MBT研究所 教授 梅田 智広/ソーシャルフィットネスコーチ

**不動産税務に関する個別相談会**

6/17(日) 10:00~17:00 **参加費 無料**  
7/22(日) 10:00~17:00 **参加費 無料**

1名様1時間の個別相談会です。相続税、贈与税、譲渡所得の税金などの疑問に経験豊富な税理士がお答えします。

近畿税理士会所属税理士 林 典男

**近鉄の仲介**

買いたい! 売りたい!  
借りたい! 貸したい!

不動産に関するお悩み、ご相談ください。  
3大都市圏を中心に展開するネットワークで、よりスムーズな住み替えをお手伝いいたします。

売却 購入 買い替え 査定 有効活用 相続相談

**学園前営業所**  
〒631-0034 奈良県奈良市学園南3丁目1番2号  
(ル・シエル学園前南館1・2階)

【主催/近鉄不動産】 今のお住まいを空き家にしたくない方等も!

**近鉄不動産に「駐車場(駐輪場)経営」をお任せください**

ご希望の方は「見回りサービス」「庭木の剪定」のご紹介、「売却相談」を承ります。

**空き家活用セミナー 第3弾**  
好評につき 前回満席につき 急速開催決定!

日時/ **6月28日(木) 13:30~**  
**参加無料 | 予約制 | 先着順**

※お申込は先着順となります。定員になり次第締め切りとなります。※人気セミナーのため、お申込受付後、お席が確保できましたらご連絡させていただきます。

**参加特典** ※1組様につき1つとなります。  
Yummy マイクロファイバークロス4枚組

第1部 13:30~14:30 空き家活用セミナー 駐車場(駐輪場)経営について  
●「加速する空き家問題の現状」について ●空き家(地)を活用した駐車場(駐輪場)経営について

第2部 14:30~ 個別相談  
●経験豊かな担当者が、駐車場(駐輪場)経営について個別にご相談に対応致します。

【主催/近鉄不動産】

**レンジでラクチン料理!**

日時/ 7/21(土) 10:30~12:30 **参加費 1,000円**

夏の暑い日はお料理するのも面倒。そんな時はお部屋の温度も上がらない電子レンジで簡単にお料理を作ってみませんか。実際に作りながらご紹介いたします。  
〈メニュー3品・試食あり〉

**参加特典** ※1組様につき1本となります。  
サンマルク イタリアンドレッシング

暑い夏に備えて、キッチンにIHにしませんか?  
IH以外にも、キッチンを快適にするリフォーム事例をご紹介します

近畿 食生活アドバイザー 木下 美江子

【主催/近鉄不動産】

夢のマイホームを手に入れよう

**セミナー「失敗しないマンション購入」**  
好評につき 第10弾

○こんな方にオススメです。  
・初めての不動産購入で何から手をつけたいかわからない方。  
・マンションへの住み替えを考えている方。  
・今は買い時? 決め手は何? 購入に踏み切れない方。  
・中古マンション情報も入手したいと考えている方。

日時/ **7月29日(日)** 第1部 10:00~ 第2部 14:30~  
**参加無料 | 予約制 | 先着順**

※お申込は先着順となります。定員になり次第締め切りとなります。※人気セミナーのため、お申込受付後、お席が確保できましたらご連絡させていただきます。

**セミナー「失敗しないマンション購入」**  
中古マンション情報紹介  
見学会(ローレルスクエア学研奈良登美ヶ丘V)

現地にて解散(ローレルスクエア学研奈良登美ヶ丘V) ●所要時間2時間30分

井口 克美氏 (一社) 住まいの総合研究所

近鉄のリフォーム **NEWing** 近鉄のリフォームでこれからの暮らしを快適にしませんか?

**建築士によるリフォーム個別相談会**

日時/ 随時募集中 **参加費 無料**

リフォームをするのに、不安や疑問はつきもの。「リフォームをしたいけれど、何から始めたらいいの?」「費用はどれくらいかかるの?」など、リフォームに関するお悩みをご相談ください。建築士がわかりやすくお答えします。

**住宅診断(インスペクション) 毎月先着5名様無料** ※営業エリア外では診断できない場合があります。

住まいと暮らしのぷらっとHOME 〒631-0034 奈良市学園南3丁目1番2号(ル・シエル学園前南館1階)  
**ニューイング学園前** ■営業時間/AM10:00~PM6:00 ■定休日/水曜日、第2・第3木曜日

24時間365日アフターサービス

## ～華やかなアレンジメント～

### グリーンアレンジのフラワーアレンジメント

6/13(水) 10:30～12:00 **参加費 2,100円**

アーティフィシャルの様々なリーフを使って、小さなガーデン風にアレンジしていきます。吊り下げられることも出来ます。リボンは色違いもご用意しています。

**持ち物** ハサミ・作品を持ち帰る袋



サイズ  
縦14cm  
横24cm  
高さ15cm

### トピアリーのフラワーアレンジメント

7/4(水) 10:30～12:00 **参加費 2,800円**

プリザーブドフラワーのローズとアジサイでトピアリーを作っていきます。チュールとパールを入れて可愛くアレンジ！ローズは色違いもご用意しています。

**持ち物** ハサミ・作品を持ち帰る袋



サイズ  
縦14cm  
横14cm  
高さ30cm  
フラワージュエリー ローズ♥シユシユ主宰 山田 有紀子

### プリザーブドフラワーの苔玉アレンジ

6/15(金) 10:30～12:00 **参加費 2,484円**

美しさを保ったまま飾っていただけるプリザーブドフラワー。初夏にぴったりな涼しげな苔玉と蘭のアレンジです。

**持ち物** ハサミ・カッター・持ち帰り袋

協賛：近鉄文化サロン奈良

IFAフラワーアレンジメント協会講師 三貴 耀子



### ハーバリウムコーディネイト

6/22(金) 10:30～12:00 **参加費 2,300円**

7/20(金) 10:30～12:00 **参加費 2,300円**

ボトルにドライフラワーやプリザーブドフラワーを入れてオイルを浸して作ります。6月はウイスキー型にブルーのお花も入れてモダンデザインに、7月は白い色々なお花でさわやかなイメージに。

フラワー装飾一級技能士 あすか花倶楽部主宰 竹田 朝代



[6月]サイズ  
縦6～8cm  
横4cm  
高さ14cm

[7月]サイズ  
縦4cm  
横4cm  
高さ17cm

## ～話すことをもっと楽しく～

### 会話でリラックス 大人のための絵本講座

6/20(水) 10:30～12:00 **参加費 1,000円**

最近、おしゃべりしていますか？

絵本を使い、日常生活の中にある身近な質問をしていきます。テーマに沿って楽しみながら自由にお話しをしてもらおう会です。



絵本セラピスト協会 絵本セラピスト 色彩心理カウンセラー 占術師 真美愛

### 脳を活性化!やさしい音読講座

6/20(水) 14:00～16:00 **参加費 2,268円**

7/18(水) 14:00～16:00 **参加費 2,268円**

「心地よい声とことば」でお話が出ていますか？音読は脳の活性化にもつながります。相手に届く発声・表現力を身につけましょう。



協賛：近鉄文化サロン奈良

日本朗読検定協会認定プロフェッサー おうえん さちこ

## ～セルフでできる！自分磨き～

### 似合う色で素敵にメイクアップ

6/29(金) 10:30～12:00 **参加費 無料**

フェイスライン、顔のパーツを分析し、あなたが素敵に輝くパーソナルメイクを提案します。希望者にはメイクを施していきます。

**持ち物** 普段のお使いのメイク道具・卓上鏡または手鏡

**期間限定  
受講料無料**



### 暮らしを豊かにするインテリアカラー

7/27(金) 10:30～12:00 **参加費 無料**

色にはそれぞれ特徴があり、私たちの心理や行動に影響を与えています。このセミナーでは、色彩心理に基づき、心豊かに過ごせるインテリアカラーを、風水の考えも取り入れながらご紹介します。

**持ち物** 自宅の間取り図(あれば)・12色以上の色鉛筆

(社)国際カラプロフェッショナル協会代表理事 二宮 恵理子



### 印象アップの簡単!美眉メイクレッスン

6/18(月) 10:30～12:00 **参加費 1,500円**

お顔の印象の80%は眉で決まると言われています。似合う眉や描き方がわからないというお悩みに答えて、簡単にきれいな眉に仕上げる方法をお伝えします。

**持ち物** 卓上鏡



### たるみ解消!若返りリフトアップマッサージ

7/3(火) 10:30～12:00・13:00～14:30 **参加費 2,000円**

お顔のたるみやくすみ解消には、リンパの流れを良くし、老廃物を流すことが大切。簡単に取り入れられるセルフマッサージをご紹介します。当日は軽めのメイク、またはメイクなしでお越しください。

**持ち物** 卓上鏡・フェイスタオル1枚 日本メークアップアーティスト学院メイクアップ課程・エステティック課程修了 管理栄養士 杉井 千晶



## ～アートで心を豊かに～

### スワロフスキーで作る アクセサリ教室

6/19(火) 10:30～12:00 **参加費 2,000円**

7/31(火) 10:30～12:00 **参加費 2,000円**

ペンダントトップを好きな色・形で作ります。オンリーワンのアクセサリ教室です。  
※指輪、ピアスなどのアイテムもご用意しています。(別途料金がかかります)



日本グルーデコ協会認定講師 間瀬 幸恵

### パワーストーン ブレスレット作り

6/25(月) 10:30～12:00 **参加費 3,000円**

7/23(月) 10:30～12:00 **参加費 3,000円**

天然石、パワーストーンでオリジナルのブレスレットをつくりましょう。石の持つエピソードやメンテナンス方法もお教えます。



整理収納アドバイザー 手芸作家 北谷 有美

### 楽しく学ぼう! 大人の塗り絵教室

6/26(火) 13:00～15:00 **参加費 1,500円**

7/24(火) 13:00～15:00 **参加費 1,500円**

色を重ねながら世界で一枚のオリジナルの塗り絵を完成させましょう!



サクラクレパス認定 大人の塗り絵講師 登内 敬子

### 『ヘタでいい・ヘタがいい』 絵手紙講座

6/12(火) 13:30～15:30 **参加費 2,000円**

7/10(火) 13:30～15:30 **参加費 2,000円**

絵の上手下手は関係ありません。誰もが楽しくできる絵手紙を始めてみませんか?初めての方大歓迎です。



日本絵手紙協会公認講師 曾我 匡子

## ～住まいも体もリフレッシュ!～

### お家スッキリ!片づけ術

6/ 9(土)・12(火) 10:30～12:00 <基礎編>子供部屋 **参加費 無料**

7/14(土)・17(火) 10:30～12:00 <基礎編>寝室 **参加費 無料**

お家をスッキリさせる事で、充実した理想の暮らしを手に入れましょう。

6/9(土)、7/14(土) 13:00～15:00 <実践編>個別相談 **参加費 各2,000円**

基礎編終了後、お悩みを解決します。 ※各日先着2名様限定  
相談したいお部屋、収納などの写真や間取り図をお持ちください。  
具体的にアドバイスします。



整理収納アドバイザー 北谷 有美

### 三谷のヨガ教室

※☆は運動量を表しています。

6/3・17、7/1・15(日) 10:30～11:45 ☆☆・13:00～14:15 ☆ **参加費 各1,000円**

日常のストレスにより固まった身体を、優しい呼吸と共にときほぐしていきます。胸周りを中心に動かし、まずは自らの心を満たしましょう。

6/6・27、7/11・25(水) 10:30～11:45 ☆・13:00～14:15 ☆☆☆ **参加費 各1,000円**

ゆったりとした呼吸と動きを運動させて心身のリフレッシュを体験できます。午後からはヨガの代表的な太陽礼拝を中心にダイナミックに体を動かします。

6/5・26、7/10・24(火) 19:00～20:00 ☆☆ **参加費 各1,000円**

1日の疲れをアロマと落ち着いた照明の空間で癒す60分。体幹にもピリツと刺激を入れつつ、呼吸の力でゆったりと全身をほぐし、睡眠の質を向上させます。

**持ち物** ヨガマットまたは大きめのタオル



お好きな日時に  
1回から  
参加できます。  
お気軽にどうぞ!

SAKTI SHANTI主催 ヨガ講師 三谷 友希

## ～気軽に学べる暮らしの知恵～

### 美楽膳講座

温かいお茶を飲みながら、食養生のお話を気軽に聞ける講座です。

**無料体験  
受付中**

6/10(日) 10:30～12:00 **参加費 無料**

### 体験講座

食事を変えることで、どんな良いことがあるのか。食材の寒熱や調理法の工夫、体験を交えた食材の効能を紹介します。

6/4(月) 10:30～12:00 **参加費 1,000円** 7/2(月) 10:30～12:00 **参加費 1,000円**

### 美肌

季節ごとに美肌を考えた食材を取り入れる食養生についてお話します。

7/8(日) 10:30～12:00 **参加費 1,000円**

### 季節編(夏)

夏は紫外線・熱中症・夏バテなどの季節です。疲労で食べられなくなり、健康維持が難しい夏の食養生についてお話します。

サクセスライフコンフェッショナル  
学校認定 食養生士  
薬膳食療法専門指導士  
古谷 友利子



### 幸せを呼ぶ暦と生きるていねいな暮らし

6/18(月) 14:00～15:30 **参加費 1,000円**

7/23(月) 14:00～15:30 **参加費 1,000円**

日本の暦には、先人達の知恵が詰まっています。6月は夏のエネルギーを取り込むお話。7月は自然とご先祖様に想いを伝えるお話を、イキイキ輝きたいあなたへ、お届け致します。

～心湧くワ!  
元気に輝く!  
暦女(れきじょ)の  
ススメ～



教材として唐庚著書「日本の  
暦と生きるていねいな暮らし」  
¥1,296を使用。お持ちでない  
方は会場にてご購入下さい。

創風作家・唐研究家  
日本創作家協会会員  
三浦南樹和野村光夫  
日本のチカラ認定会員 康 光岐

### 簡単に使えて、 私らしくなれる色と星読み講座

6/26(火) 10:30～12:00 **参加費 1,000円**

7/24(火) 10:30～12:00 **参加費 1,000円**

自分自身の持つ生まれた本来の強み(個性)を知って『のびのび』『楽』に生活してもらう為の速攻で分かる占術講座です。



絵本セラピスト協会 絵本セラピスト 色彩心理カウンセラー 占術師 真美愛

## ～知って得する暮らしの情報～

### 中級者向け体感スマホ教室 <Android編>

6/11・7/9(月) **参加費 各500円**  
10:30～12:30・14:30～16:30

◆スマホを使いこなそう! (Android編)  
・スマホで出来る事は?  
・アプリケーション体感  
・標準アプリを使いスマホをフル活用!  
※セミナーの最少催行人数は5名です。



auショップ生駒 携帯電話アドバイザー 浦尾 飛風

協賛：近鉄ケーブルネットワーク株式会社

### 買う前に分かる! iPhone体験教室

7/13(金) 13:00～15:00 **参加費 500円**

スマートフォンの購入を検討している方が対象の講座です。「興味はあるけど使いこなせるか不安」と思っている方、実際に体験してみませんか?

※当日はお一人様に1台iPhone(最新OS)を貸与します。  
※セミナーの最少催行人数は5名です。



Softbankスマホアドバイザー

協賛：近鉄ケーブルネットワーク株式会社

### 保障を受けながらお金を殖やす!! プロが教える保険を使った運用メリットとは?

6/2(土) 13:00～14:30 **参加費 無料**

『保険は、何かあった時に保障してくれる』だけではありません!保障されながらも資産運用していくことも可能です。他の金融商品とのメリット・デメリットをお話しいたします。

### 賢く引き継ぐために! 保険で生前贈与

7/3(火) 19:00～20:00 **参加費 無料**

『保険』は、相続に備えるための具体的な対策として使えるだけでなく、生前贈与にも活用できることをご存知ですか?事例をもってよくお話しします。

### プロが直伝! 基礎から始めるマネーセミナー

6/18(月) 19:00～20:00 **参加費 無料**

毎月コツコツ貯蓄しているのがそのままいいのかわからない...そんなあなたに目的や必要な時期を見定めてお金を分ける方法について、お伝えします。

### 40歳からの お金の整理の仕方

7/22(日) 13:00～14:30 **参加費 無料**

老後の生活を安心して過ごすためには40歳からが勝負です!出費が重なる今だからこそ、専門家がお金の整理の仕方について分かりよくお話しします。

ファイナンシャルプランナー 和田 均

※本セミナーは、KIPSポイントプレゼント対象外です。

ご予約・お問い合わせは「近鉄”楽”元気”生活コールセンター」まで

☎0120-841-333

受付時間:9:00～19:00(年中無休)

楽元気 🔍 検索