

冬到来！
発酵食品を食べることで免疫力アップ
～免疫力を高めるための生活習慣と食事～

■ 11/15(土)
■ 13:30～14:30

身近にある発酵食品をうまく取り入れることは、健康だけでなく美容にもつながります。発酵食品を使った美味しいレシピもご紹介します。



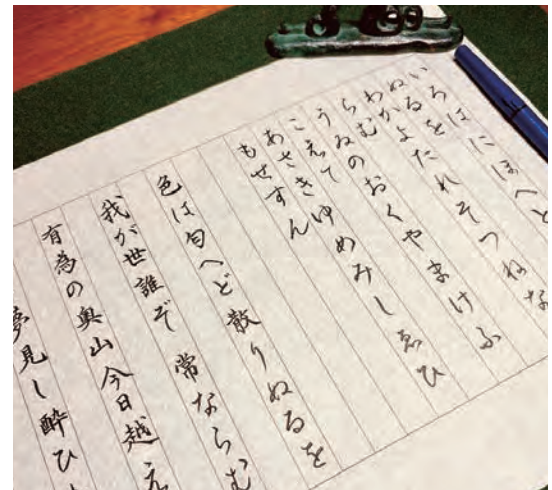
■(株)大阪ガスクッキングスクール
食育セミナー講師 杉本 真由美

参加特典 **紅茶のサンプル** (アーマッドティー3フレーバーパーティーセット) ※1名様1セット限り。

写経体験
写経をはじめてみませんか

■ 10/28(火) 10:30～12:00【いろは歌書写】
■ 11/25(火) 13:00～14:30【般若心経】

心を落ち着けて文字を写すひときは、気持ちをやさしく整え、心と体をすっきりと整えてくれます。小筆の持ち方や書き方、墨の擦り方等も丁寧に指導いたしますので、初めての方も安心してご参加ください。



■書家・書道講師
日本教育書道連盟師範/
日本習字教育財団
漢字・かな・硬筆部門教授
国本 華白

覚えておきたい
お金にまつわる相続の知識

■ 10/26(日)
■ 10:30～12:00

突然の相続で慌てないために覚えておきたい、資産の種類に応じた相続の知識や確認のポイントについて、分かりやすくお伝えします。



■南都銀行 信託コンサルティング室
西田 雅文

年末大掃除に向けて
プロが教える掃除のコツ！

■ 11/29(土)
■ 10:30～11:30

掃除のプロが教えるコツをマスターすれば、効率よく楽しく掃除をすることが出来ます。普段の掃除ではなかなか取り組めない部分や、効果的な掃除アイテムの活用方法を伝授いたします。



■(株)ダスキン

セミナー終了後に「おそうじグッズ特別販売会」(セミナー参加者以外も購入可能)

住まいと暮らしのぷらっとHOME[®]八木 10月・11月ご案内 完全予約制

近鉄“楽・元気”生活

住まいと暮らしのぷらっとHOME[®]八木がオープンしました。

「集う・学ぶ・分かち合う」「この街をもっと快適に」「これからの暮らしをもっと豊かに」

住まいと暮らしを豊かにする新しい会員制コミュニティサービスとしてイベントやセミナーなどを実施しています。

※WEB/電話以外は受付していません。 予約せずにお越しいただいても参加できません。

完全予約制

・キャンセルを繰り返される方は参加をお断りします。
・受付が大変混みあいます。参加費はお釣りの無いようにご準備ください。

9月21日(日) 10:00～予約開始

予約受付前に『LaaS会員』入会『WEB登録』をお済ませください

手順

LaaS会員の入会をお願いします。
すまぶらで開催するセミナーやレッスンの受講、カフェコーナーの利用には会員登録が必要です。

WEB登録も合わせてお願いします。
すまぶらで開催するセミナーやレッスンの予約がもっと便利に！スムーズに！WEB登録いただいた皆様にはセミナーチラシの送付サービスも。
既に学園前、西大寺、花吉野でWEB登録をいただいている方は、再度の登録は不要です。

LaaS 会員入会で KIPSポイント500pointプレゼント!!! ※会場時に会員登録と入会特典(KIPSカードをご準備ください)をお渡しします。

WEB操作が苦手な方は書面での入会手続きも可能です(セミナー当日の手続きも可)

セミナー予約はWEBで！
簡単 便利 すまぶら近鉄 検索

お電話でのご予約も可能です。
※WEB/電話以外は受付していません。
0120-919-028
予約受付時間:10:00～18:00(水・木曜日定休)

参加される方はご自身でご予約をお願いいたします。同伴される方のお申込は受付できません。

セミナー参加の方へ必ずご一読ください

■全てのセミナー、レッスン:筆記用具
■体操系:タオル(汗拭き用)、飲み物(水分補給用)/持病のある方は、医師の了承を得た上で参加ください。(診断書不要)。
また、当日の体調管理はご自身をお願い致します。
■クラフト系:筆記用具、拡大鏡や眼鏡、作品を持ち帰る袋など。
※通常の最少催行人数は3名ですが、●のついているセミナー・レッスンは最少催行人数を設けておりません、1名から開催します。

安心安全への取り組みへのご協力をお願い

●ご来館前に必ず検温を実施いただき、熱が37.5度以上ある方や、強いだるさ、息苦しさがある方はご来館をお控えください。
●アルコール消毒液による手指の消毒の実施および咳エチケットにご協力をお願い致します。

住まいと暮らしのぷらっとHOME[®]八木

近鉄大和八木駅南出口すぐ

〒634-0804 奈良県橿原市内膳町1丁目6番36-101号

人と街の可能性を拓く。
近鉄不動産

秋から始まる新規講座

誰にでも描ける
己書

■ 10/21(火)、11/18(火)
■ 13:30～15:30



筆ペンで楽しく味のある字を書きましょう。
■持ち物:初回はこちらで準備します。2回目以降は指定の筆ペン。
■日本己書道場 上席師範 己書さくら雀道場代表 西 加奈子

野の花の水彩塗り絵

■ 10/13(月)、11/10(月)
■ 10:30～12:00



バラの優美さと、立体感溢れる塗り方、シュウメイギクを鮮やかに塗る筆運びのコツを丁寧に指導いたします。

第4月曜に新しく“大和路風景”クラスが加わります。

■ 10/27(月)、11/24(月)
■ 10:30～12:00

大和路風景スケッチ、10月は般若寺のコスモス、11月は談山神社の紅葉を鮮やかさ溢れるぬり方を丁寧に指導いたします。

作品サイズ:A5またはB5サイズの画用紙
■大人の塗り絵 福利 徳三郎

遊びと学びで生活力向上

バーチャル
天王寺動物園de脳トレ

■ 10/24(金) ■ 10:30～11:30



「バーチャル天王寺動物園」の動物にまつわるオリジナルクイズのほか、動物の鳴き声クイズなど、楽しみながら脳を「活性化」させる今話題の『メタバース体験会に』です！
※手ぶらでお越しください
※当日はお手持ちのスマートフォンなどでもご参加できます。
■近鉄不動産(株)経営企画室

参加特典 トマトジュース「HANAYOSHINO」を飲みながら気軽に体験 ※1名様1つ限り。

「脳トレ」
初めての将棋
楽しみながら脳をきたえる！

■ 10/7(火)、11/4(火) ■ 13:00～14:30



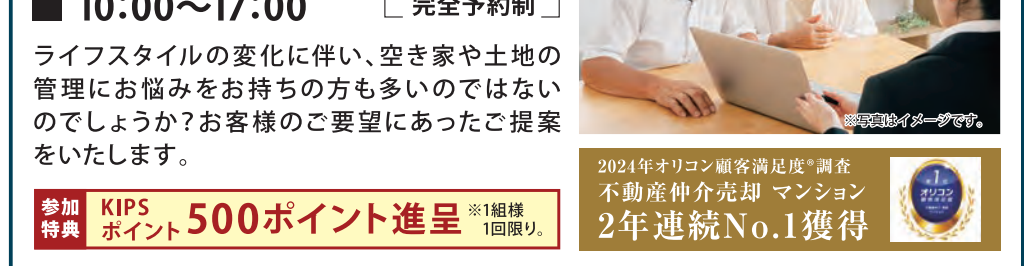
脳を刺激!将棋の奥深さを味わっていただけます。丁寧な指導で、将棋の楽しさや戦略を学び、脳トレを実感しましょう！
■日本将棋連盟 棋士 七段 増田 裕司
将棋指導歴、30年以上

暮らしの知恵袋

不動産の売却・買取個別相談会

相続物件、空き地のご相談も承ります。

■ 10/19(日)、11/16(日)
■ 10:00～17:00



2024年オリコン顧客満足度調査
不動産仲介売却 マンション
2年連続No.1獲得

ソフトバンクのスマホ教室

■ 10/7(火)、11/4(火)
■ 10:00～12:00(途中10分間休憩)

写真の撮り方からLINEやアプリの使い方まで、基礎内容から楽しく学べます。携帯会社は問いません。スマホをお持ちでない方でも大丈夫です。お気軽にご参加ください。

10月:スマホ入門編
スマホの使い方、基本画面の見方、文字入力、写真の撮り方、LINEの使い方。
11月:スマホ基礎編
防災アプリの使い方、防災/災害時の便利なスマホ使い方、スマホセキュリティ対策。
※貸出用スマホ (iphone) を人数分をご用意いたします。
※最少催行人数:10名
■softbank スマホアドバイザー

自分磨きセミナー特集！ 身体と暮らしの健やかさを保つためのセミナー

美姿勢教室

■ 10/10(金)、11/14(金)
■ 13:00～14:00



正しい姿勢と歩き方は意外に簡単。美しい立ち居振る舞いと共にワークを交えて解説します。

■持ち物：フェイスタオル、履きこなしたい靴
■姿勢教室 才色健美人 姿勢のせんせい みゆう

表情美人顔ヨガ講座
～お顔の運動不足解消～

■ 10/10(金)、11/14(金)
■ 14:15～15:15



印象的な大人の笑顔を作りましょう。笑顔はテクニック。コツを掴んで表情美人になりましょう。

■持ち物：お顔を写す鏡
■顔ヨガインストラクター 神保 あゆ

セルフリンパケア教室

■ 10/21(火)、11/18(火)
■ 10:30～11:30



かたくなった身体をやさしく揺らし・そっと撫で、軽く動かすと身体ふわふわ。簡単なケアで身体が整う。

■さとう式 セルフケアマスター KANA

毎日の体調が良くなる！
自力整体教室◎

■ 10/3(金)、11/7(金)
■ 13:00～14:00



肩こり・腰痛・頭痛等のあらゆる悩みを自力整体で解決！年齢問わず誰でもできるセルフメンテナンスです。

■持ち物：飲み物、動きやすい服装
■失上予防医学研究所公認 自力整体ナビゲーター 柴谷 厚子

ヨガで健康的な身体づくり

■ 10/24(金)、11/28(金)
■ 13:00～14:00



呼吸に合わせて骨盤周り、背骨を整え基本的なアーサナ(ポーズ)をとっていきます。

■持ち物：長めのタオル
■ヨガインストラクター、背骨コンディショニングインストラクター、予防介護運動指導員 satomi

住まいと暮らしのぷらっとHOME® とは

住まいの総合窓口

暮らしの総合窓口

買う/売る
建てる/リフォーム
有効活用/建物診断

不動産税務相談/
インテリアコーディネート…etc.

沿線のネットワークでエリア外のご相談もお応えします。

セミナー/イベント
カフェ/
レンタルスペース

マルシェ/
スキルシェアサービス…etc.

地域コミュニティサロン

住まいと暮らしのぷらっとHOME

セミナー参加の方へ、必ずご一読ください。

完全予約制

参加費はお釣りの無いようにご準備ください。

予約されずお越しいただいてもセミナーに参加できません。

キャンセルを繰り返される方はお申し込みをお断りします。

持ち物

■体操系…タオル(汗拭き用)、飲み物(水分補給用)、運動レッスンに参加される方で持病のある方は、医師の了承を得た上でご参加ください(診断書不要)。また、当日の体調管理はご自身でお願い致します。
■クラフト系、セミナー…筆記用具、拡大鏡や眼鏡、作品を持ち帰る袋など。

※通常の最少催行人数は3名ですが、◎のついているセミナー・レッスンは最少催行人数を設けておりません、1名から開催します。

※予約受付締切は「開催日を含む3日前の正午まで」です。ただし金・土のセミナーに関しては「火曜日の正午まで」となります。※セミナー当日は開始15分前から受付致します。※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。お釣りの無いようお願い致します。※駐車場はございませんので、近くのコインパーキングをご利用いただくか、公共交通機関でお越しください。※万一、キャンセルをされる場合は、必ず事前にご連絡をお願い致します。※連絡なくセミナーをキャンセルされた場合は、次回からの参加受付をお断りさせていただきます。

住まいと暮らしのぷらっとHOME®八木

【近鉄大和八木駅南出口すぐ】

〒634-0804 奈良県橿原市内膳町1丁目6番36-101号

お電話でのご予約も可能です。 ※WEB/電話以外は受付しておりません。

0120-919-028

予約受付時間：10:00～18:00(水・木曜日定休)

すまぶら近鉄

検索

LINEのお友だち追加はこちら

Instagramはこちら

住まいと暮らしのぷらっとHOME®

セミナー講師募集中！

人と街の可能性を拓く。近鉄不動産

五感を満たす贅沢レッスン

心を豊かに朗読セミナー◎

■ 10/14(火)、11/11(火)
■ 13:00～14:00



発声・発音の基礎から、短編小説や詩と一緒に朗読しましょう。初心者の方もお気軽にお越しください。

■朗読講師 中西 瞳

セルフネイルケア&ハンドマッサージ◎

■ 10/10(金)
■ 10:00～11:30



自宅で出来るネイルケアを学びませんか。セルフでのレッスンとなります。ハンドマッサージで仕上げましょう。

■日本ネイリスト協会認定講師 崎田 愛

味噌づくり体験◎

■ 11/21(金)
■ 13:30～14:30



通常のお味噌に比べ、2倍の量の粕を贅沢に使用した甘めの仕上がりの手づくり味噌です。
※出来上がり約2.5kg
■持ち物：エプロン、タオル、マッシャー、持ち帰り用のエコバック等(容器は用意します)
■発酵伝承師 杉井 千晶

脳トレゲーム『チャレンジA&B』に挑戦してみよう

■ 10/14(火)、11/11(火)
■ 10:30～11:30



リバーシ(オセロ)のように、角のマスがないので最後まで勝負がわからない新感覚ゲーム。木のぬくもりが嬉しいあなたでも参加できるボードゲームです。開発秘話とルールをご説明後に、ゲームにも挑戦してみましよう！
■(有)アルビック 生田 多恵子

映える・似合う・運を開く、オール個別診断

メイクのお悩みをすべて解決！
個別レッスン

■ 10/31(金)
■ 10:00～15:30
[お1人様1時間]
12:00～12:30お昼休憩



お一人おひとりの様々なメイクのお悩みにお答えし実践します。明日からのメイクが楽しくなるレッスンです。
■持ち物：普段お使いのメイク道具
■メイクアップアーティスト 杉井 千晶

ヘッドマッサージ&耳つぼジュエリー

■ 10/25(土)
■ 10:00～15:00
[お1人様30分]



ドライヘッドマッサージでリフレッシュ、耳つぼジュエリーで華やかに気持ちをアップしていただきます。
■オリエンタルヘッドセラピスト、耳つぼケアスクールインストラクター madoka

足のサイズを測り、靴との相性を知ろう！

■ 10/25(土)
■ 10:00～14:50
[お1人様20分]



100歳まで歩ける足づくりは、まずは自分の足サイズを知り足のトラブルを防ぐことからです。
■足育アドバイザー◎ 藤田 伸子

個別骨格診断

■ 10/12(日)
■ 10:00～15:00
[お1人様30分]
12:00～12:30お昼休憩



マンツーマンでお似合いのお洋服の形が分かる骨格診断をさせていただきます。
※薄化粧でお越しください。
■(一社)国際カラープロフェッショナル協会認定講師 宮本 紗希

個別パーソナルカラー診断

■ 11/23(日)
■ 10:00～15:00
[お1人様30分]
12:00～12:30お昼休憩



マンツーマンでお似合いの色が分かるパーソナルカラー診断をさせていただきます。

占い

(開運陰陽五行/個別診断)

■ 10/12(日)、11/23(日)
■ 10:00～15:00
[お1人様30分]



開運陰陽五行思想に基づき、お一人ずつ個別で診断いたします。
■風水ライフデザインスクール 認定講師 前田 里子