

# あの人に会いたい | 憧れのあの人を聞くシリーズ(トークショー)

## 食べるほどに若返る!

国際薬膳師が実践する心と体を整える魔法をお教えます

■ 2/6(金)  
■ 13:30~14:30

はとむぎ料理研究家として長年その魅力を発信し続けている竹川氏。年齢を重ねるごとに増す輝きと、エネルギーは多くの女性の憧れです。「食生活が変わると人生が変わる薬膳料理教室」は人気。竹川氏が実践する未病を防ぐ心と体を整える簡単健康美容食の秘密を余すことなくお話しいただきます。

講師 竹川 雅子  
はとむぎ料理研究家、国際薬膳師、薬膳カウンセラー。「食べ物は体を養い心をつくる」全国講演、薬膳教室、スパイス薬膳教室を開催。

参加特典 **はとむぎ美人茶 5袋タイプ(ブレンド)** の2種類 ※1名様1セット限り。

## なぜ奈良で中国料理なのか

全国で人気のあの中国料理オーナーがお伝えます

■ 3/6(金)  
■ 13:30~14:30

遣隋使で派遣された使者たちは、大陸から律令制度や技術を学ぶと共に食文化も学びました。それは当時の首都奈良に伝わり、やがて融合。歴史をひも解くとキーワードは「奈良」なのです。転機になったエピソード、なぜ料理に使用する材料は、減農薬・自然塩、無化学調味料へのこだわりを持つようになったのか。食文化のルーツと共にお話させていただきます。

講師 畑中 利久  
創業員兼専、前日本クラウンシステムズ(株)代表取締役、1949年東京生まれ。学習院大学を卒業後、野村建設に入社。8年間証券マンとして活躍後、1990年奈良市のホテル・東風温泉内に「桃谷楼」を開業。以来、現在までホテル、中華料理店、洋菓子店、カフェなどの事業を奈良を拠点に各地で展開。

参加特典 **フランス菓子ラ・ポーズの焼き菓子** ※1名様1つ限り。

# 美術・芸術に親しむ

## 「べらぼう」の主人公、 蔦屋重三郎の浮世絵出版

■ 3/20(金)  
■ 10:30~12:00

NHK大河ドラマ「べらぼう〜蔦屋重三郎 華乃夢断〜」の主人公、蔦屋重三郎(1750~97)は、今でも高く評価されている多くの名品を生み出した稀代の版元として有名です。彼は多くの作品を世に出しましたが、今日最も愛されているのは錦絵(浮世絵版画)です。講演では、喜多川歌麿と東洲斎写楽をはじめとする蔦屋版の錦絵の実相についてお話しします。

講師 浅野 秀剛  
1950年、秋田県生まれ。立命館大学理工学部卒業。千葉市美術館学芸課長を経て、現在、大和文華館館長およびあべのハルカ美術館館長、国際浮世絵学会会長。日本を代表する浮世絵研究者の一人。

# トピックス

## 早春の花

刺繍を施し、シェル型ポーチを作ろう

■ 2/24(火)  
■ 10:00~13:00

刺繍部分に取り組んでいただき、お仕立ては講師が行います。色味はアイボリーとグレーから、図案はミモザとピオラから選べます。ファスナーと裏地のお色味はお任せください。

サイズ:横20cm×縦12cm(20cmのファスナーポーチ)

■持ち物:特になし。お気に入りの道具がある方は持参ください。  
■刺繍作家 COCO

# 朗読会

## にやんにやんの日に 猫好きの貴方に向けて 『大人の絵本朗読会』

■ 2/28(土)  
■ 13:45開場、14:00開演、15:00終了

猫を題材とした絵本を大人向けにお話しします。ほろっと泣いて、にっこり笑って、心とお話を準備しています。

■すまいるの言の葉

観覧無料  
第4回「楽しい&愉しむ朗読」発表会  
■ 3/29(日)  
■ 13:00開場、13:15開演、15:30終了

セミナー受講生による朗読発表会です。一年の学習の成果をお聞かせください。今年は「宮部みゆき作品」に挑戦します。宮部ワールドを楽しんでいただくと幸いです。

■読み人の会 柳原 和美

# 学園前 / 2月・3月

近鉄「楽・元気」生活

## LaaS SEMINAR & LESSON

暮らしを彩るセミナー・イベントを開催  
すまぶらが10周年を迎えるにあたり、シリーズセミナーを増やすことで、参加しやすい形式を提供します。

● 予約せずにお越しいただいても参加できません。  
● ご来館の際には、必ず受付をお済ませください。

## 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。

# 1月22日(木) 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  
1. 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。  
2. 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。既に西大寺、八木、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。

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おりません。  
住まいと暮らしのふらっとHOME®  
☎0120-985-703  
受付時間:10:00~18:00(定休日/毎週水曜日)

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
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。
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でお願い致します。

※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します  
●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します。

住まいと暮らしのふらっとHOME®学園前  
近鉄学園前駅スグ  
暮らしの総合窓口 LaaSサロン  
〒631-0036  
奈良市学園北1丁目1番1号(ル・シエル学園前北館2F)  
※セミナー参加・LaaSサロンご利用時は駐車場を2時間まで無料でご利用いただけます。

# LaaS Men's Club 男性限定レッスンのご案内

入会金/年会費無料  
入会手続きは店頭でのみ行います。LaaS会員の下部組織として発足しますので、LaaS会員であることが入会の条件となります。  
特典 男性限定のレッスンや茶話会に参加することができます(費用負担あり)。

## 毎月第2金曜日 午後開催!

### 脳トレがてら「囲碁」始めてみませんか? 男性限定

■ 2/13(金)  
■ 13:00~14:00 参加費 1,000円

囲碁って難しそう...でも大丈夫!基本から学び、実際に打つ楽しさを体験できます。講師も二人いるので安心してください。

講師 星川 拓海  
丁寧で分かりやすい指導も人気で、子どもから大人まで幅広く支持されています。藤田中央初段の師匠。

### できる男のセルフお灸講座 男性限定

■ 3/13(金)  
■ 13:00~14:00 参加費 1,000円

仕事や日常の疲れを整えるセルフお灸を、実践をまじえ学びます。初めての方でも安心して参加できます。

鍼灸師・ヨガインストラクター 石田 みどり  
心身調整し、人生を豊かに過ごすお手伝いをしています。

講師 藤田 裕子  
鍼灸師、ヨガインストラクター

セミナー終了後に「近鉄ふぁーむ花吉野 トマトジュース」試飲会を開催します。セミナーに関するご意見などもお聞かせください。

# PICK UP

## 出かけてみたい奈良 2~5月編

■ 3/28(土)  
■ 10:30~12:00 参加費 1,500円

ホトケ女史がオススメする社寺、行事、冬から春の奈良の楽しみ方教えます!  
※住まいと暮らしのふらっとHOME内のセミナーです。街歩きなどはありません。

講師 安達 えみ  
ホトケ女史

# 終活セミナー

## 今からできる! 介護・認知症の備え

~私のお金はどうなる?~

■ 2/14(土)  
■ 10:30~12:00 参加無料

介護・認知症の備えとして財産管理のポイントを現役銀行員がお伝えいたします。

講師 中村 郁美  
(株)関西みらい銀行 ライフソリューションビジネス部 相続コンサルタント 取得資格:1級FP技能士、宅地建物取引士

## 今から考える相続対策

■ 3/14(土)  
■ 10:30~11:30 参加無料

資産管理・承継について、信託銀行ならではの高度なコンサルティングを行う財務コンサルタントが相続対策の注意点とポイントをやさしく解説します。

講師 生嶋 永治  
三井住友信託銀行 奈良西大寺支店 財務コンサルタント 1級FP技能士、宅地建物取引士、ジェロントロジー・コンシェルジュ

参加特典 三井住友信託銀行 オリジナルグッズ ※1名様1つ限り。

## 好評につき再度開催

### はじめての相続セミナー

■ 3/28(土)  
■ 13:00~14:30 参加無料

国税OB税理士(司法書士兼業)による相続登記、相続税、生前対策の基礎。  
※1月開催と同じ内容です。

講師 西内 正規  
ダブルライセンスで相続業務に特化した奈良で「税理士・司法書士西内事務所」を開業中。

後日、個別相談も承ります。

近鉄の仲介 所有不動産の机上査定も、お気軽にお申しつけください。

## 『お掃除徹底ガイド』 & 『お掃除ラクチン最新設備』のご紹介

■ 2/28(土)  
■ 10:30~12:00 参加無料

お掃除のプロが教えるお掃除の裏技、コツを教えます。最新の設備はお掃除もラクチン。おうちのプロが教える最新のキッチン、お風呂、トイレetcをご紹介します。

※2025年6月に学園前で開催した内容と被る箇所がございます。

■お掃除のプロ/ダスキン  
■おうちのプロ/近鉄のリフォーム

ダスキンお掃除グッズ特別販売会  
■10:00~12:30  
ダスキニチオシ商品の販売会  
セミナーに参加していない方もご購入いただけます。

参加特典 ダスキンキッチンスポンジ ※1家様1つ限り。

# 健康講座

## 味噌づくり教室

■ 2/2(月)  
■ 13:30~15:00 参加費 5,800円

親子での参加も可(小学生以上)  
無添加味噌 自家製麹・国産大豆使用

味噌の話、発酵、味噌の種類を楽しく学んだ後、美味しい味噌(4kg)を作ります。当日お持ち帰りいただけます。  
※材料・持ち帰り容器は全て講師が用意します。  
※お作りいただくのは味噌となりません。

講師 嶋田 稔  
■持ち物:エプロン、三角巾、持ち帰り用の袋

## ヤクルト健康教室 自律神経を整えて血流改善

■ 3/16(月)  
■ 13:30~14:30 参加無料

「自律神経」誰もが知っている名前です...。さてどのようにして整えるのか?なぜ血流が大切なのか?楽しくお話しさせていただきます。

講師 山本 美穂  
■奈良ヤクルト販売

参加特典 ヤクルト試飲 ※1名様1本限り。

裏面のレッスン・セミナーもぜひご覧ください。