

老舗の味を学んで、作って、家族にお持ち帰り。

『大寅・マイ天ぷらを揚げよう』

創業明治9年、蒲鉾でおなじみの大寅蒲鉾戎橋筋本店で蒲鉾づくりの歴史をレクチャー。天ぷら工房では、チーズやコーンなど楽しい具材を自由に使って、天ぷらづくりを体験してもらいます。マイ天ぷらはお持ち帰りOK。

日時=5月13日(月) 1:00PM~3:00PM

講師=市川知明(大寅蒲鉾社長)

協力協賛/大寅蒲鉾戎橋筋本店



保育

6
名様

ちょっとした発声練習で、あなたの歌にみんなが注目。

『カラオケに役立つ歌のランクアップ術』

最新設備搭載のカラオケボックスを使って、プロのインストラクターが発声や歌唱のワンポイントレッスン。その場でぐんぐん得点アップしていくことに自分でも驚くかも! 家族やグループで、気軽にご応募ください!

日時=5月15日(水) ①11:00AM~12:00PM ②1:00PM~2:00PM

③2:30PM~3:30PM ④4:00PM~5:00PM

講師=宇佐美沙紀(USボーカル教室大阪本校・チーフインストラクター)

協力協賛/カラオケ館なんば戎橋本店・USボーカル教室大阪本校



保育

24
名様

できる女は、ダーツバーでも注目の的♪

『プロ直伝★10分でダーツ女子になる方法』

マンガ・ネット館にあるダーツ最新機種を使って、プロの講師に教わるダーツ講座! 少し敷居の高いダーツ、プロが丁寧に投げ方から楽しみ方まで教えます。これで、明日からダーツバーやダーツカフェで楽しめますよ。

日時=5月15日(水) ①1:00PM~2:00PM ②2:30PM~3:30PM

講師=菅裕也

協力協賛/マンガ・ネット館 なんば戎橋店



保育

20
名様

親子や女ともだちとチャレンジ。

『551蓬莱・名人秘伝の豚まん手包み』

昭和20年創業の地、551蓬莱本店。豚まんは、一日14万個すべて手包みで作られています。この店の“豚まん名人”があなたに551流の秘密の包み方を伝授。〈551蓬莱+戎橋筋商店街〉検定にもチャレンジできます。

日時=5月15日(水) 1:00PM~2:30PM

協力協賛/551蓬莱本店



保育

10
名様

大人気プログラム「美人の背中」にトライ。

『ボディリセット&ホットヨガですっきり美人』

フィットネス館で行う、身体の中から綺麗になるプログラムを体験。まず、「骨盤リセット」で歪みを整え、大人気の「美人の背中」プログラムで正しい姿勢のトレーニングを行い、ホットヨガで汗を流して身体をリフレッシュ!

日時=5月16日(木) ①1:00PM~2:50PM ②7:00PM~8:50PM

協力協賛/フィットネス館 なんば戎橋店



80
名様