

第22回
第7回 得する街のゼミナール
まちゼミ 雲南
開催期間 2023年10月1日(日)▶10月31日(火)

1 初心者でも大丈夫!
ラッピング講座(動画配信)

ポイントが分かればラッピングは意外と簡単。今年も動画での配信となります。何度も観て是非チャレンジして下さい。

会場/YouTubeにて配信
講師/店舗スタッフ
(YouTubeにて)



【対象】どなたでも
【材料費】0円
【用意するもの】ラッピングしたい物、包装紙他(動画で説明)

シャディギフトこぼやし

問合せ ☎0854-45-3355
住所…雲南市三刀屋町下熊合1724-10
営業時間…9:00~19:00 定休日…1月1日、2日

2 知ってみよう、やってみよう!
金封ワンポイントレッスン

金封にまつわる、ためになる話や面白い話、金封に名前を書くちょっとしたコツ教えます。

会場/シャディギフトこぼやし
講師/筆耕スタッフ



10/18(土) 14:00~15:00
10/25(土) 14:00~15:00

【対象】どなたでも 【定員】3名
【材料費】550円(筆ペンの無い方)
【用意するもの】筆ペン

シャディギフトこぼやし

申込 ☎0854-45-3355
住所…雲南市三刀屋町下熊合1724-10
受付…9:00~18:00 定休日…1月1日、2日

3 英語の読みが苦手な子のための(秘)のコツ伝授

英語の読みにつまずくのは、アルファベットのオンを覚えていないことがまず原因です。26文字のオンを秘密の作戦でスルッと覚えてもらいます。

会場/みかたっこ
講師/佐佐木 瑠美子



10/22(日) 16:00~17:30
10/29(日) 16:00~17:30

【対象】小学校5年生以上 親子で
【定員】5組 【材料費】1,000円
【用意するもの】特になし

みかたKids塾

申込 ☎090-7504-5686
住所…雲南市大東町飯田112-17
受付…10月8日~ 定休日…
みかた-NETのHPから▶

4 いまさら聞けない!
日本酒のあれこれ

日本酒はどうやって造るの? 純米酒と吟醸酒の違いは何? など、フワッと知っているけれど詳しくは知らないことを蔵元杜氏がしっかりと伝えます。

会場/木次酒造株式会社
講師/川本 康裕



10/7(土) 14:00~15:30
10/28(土) 14:00~15:30

【対象】20歳以上の方
【定員】3名 【材料費】0円
【用意するもの】20歳以上であることを証明できる物

木次酒造株式会社

申込 ☎0854-42-0072
住所…雲南市木次町木次477-1
受付…9:00~17:30 定休日…土・日曜日

5 初めての~生マッコリ♪
好みの生マッコリは?

マッコリとは何か? マッコリぶち講座と韓国から厳選して持ってきた生マッコリ6種類を飲み比べます。ドライ、フルーティ、天然炭酸、甘い等いろんなマッコリを味わってみてください。

会場/旧ジアット
(三刀屋町三刀屋1221-3)
講師/マッコリ王 そんさんひょん



10/6(金) 19:00~20:30

【対象】20歳以上(身分証) 【定員】8名
【材料費】2,000円(本場韓国の生マッコリ、クラッカー等)
【用意するもの】健康な体、ご飯持ち込み可

さんひょん合同会社(雲南ICT調所)

申込 ☎080-7796-3361
住所…雲南市木次町木次25-8
受付…9:00~16:00 定休日…不定休

6 プログラミングで
ロボットを動かそう

プログラミングの基礎学習を行い、PETS ロボットを動かします。プログラミング初心者も大歓迎です。

会場/ひかりサロン雲南
講師/長谷川 直人



10/19(土) 16:30~17:15

【対象】小学1~3年生とその保護者(親子参加)
【定員】5組
【用意するもの】特になし
【材料費】500円(機材使用料、テキスト料)

ひかりサロン雲南

申込 ☎0854-47-7332
住所…雲南市木次町里方30-2 マルシェリーズ2F
受付…9:00~17:00 定休日…土・日曜日

7 老舗醤油蔵体験!大きい木桶で
もろみを混ぜてみよう!

木桶蔵にて蔵人から醤油の説明を聞き、もろ味の攪拌を体験します。目の前でもろ味を絞る様子も見学できます。大きな木桶はかなりの迫力です。

会場/紅梅しょうゆ 山方工場
講師/松尾 透



10/28(土) 10:00~11:30

【対象】小学生以上(3年生以下は保護者同伴でお願いします。)
【定員】8名
【材料費】500円(搾りた醤油付き) 【用意するもの】なし

有限会社 紅梅しょうゆ

申込 ☎0854-45-2507
住所…雲南市三刀屋町三刀屋1051-1
受付…8:30~18:00 定休日…日曜日・祭日

8 モンテッソーリ教具に
触れてみよう!

モンテッソーリ教育の教具を実際に作ったり、触れて学んでみませんか?

会場/室山のお家
講師/井上 敬介



10/9(月) 13:00~15:00

【対象】どなたでも
【定員】6名
【材料費】0円
【用意するもの】特になし

地域まるごと子育て縁

申込 ☎090-3756-2848
住所…雲南市木次町寺額2272-1
受付…9:00~17:00 定休日…火曜日

9 シフォンケーキで
ぱふえを作ろう

カットした米粉ノンオイルシフォンケーキと果物で自分だけのパフェを作りませんか?

会場/みとや世代間交流施設「ほほ笑み」
講師/永井 まゆみ



10/23(日) 10:00~11:00
11:00~12:00

【対象】どなたでも
【定員】6名
【材料費】500円
【用意するもの】お手持き

ももいるキッチン

申込 ☎080-6312-0590
住所…雲南市三刀屋町三刀屋288
受付…9:00~17:00 定休日…不定休

10 レザークラフト体験

本革で簡単なコインケースを作ります。

会場/革工房 蕾
講師/肥後 由紀



水・木・金 11:00、13:00

【対象】どなたでも
【定員】各1組
【材料費】3,000円(天然革代)
【用意するもの】特になし

革工房 蕾

申込 ☎070-9006-8835
住所…雲南市木次町寺額2954-2
受付…11:00~15:00 定休日…不定休

11 木のスプーン作り

木のスプーンを作るワークショップです。

会場/Wood party
講師/錦織 真澄



10/7(土) 10:00~11:30
10/14(土) 10:00~11:30

【対象】どなたでも 【定員】3名
【材料費】1,000円
【用意するもの】特になし

Wood party

申込 ☎090-7123-3834
住所…雲南市大東町大東364-2
受付…10:00~15:00 定休日…不定休

12 ドライフラワーと木の實で
秋のミニリースづくり

木の實とお花を使って、自分好みのミニリースを作ります。田園を眺めるアトリエで、秋のひと時を楽しみましょう♡

会場/ドライフラワーアトリエ To.garden
講師/櫻 愛理



10/3(日) 10:00~11:30/13:30~15:00
10/4(日) 10:00~11:30/13:30~15:00

【対象】小学生以上(小1~3年のお子さまは保護者同伴)
【定員】5名
【材料費】1,600円(花材代、その他材料代)
【用意するもの】特になし

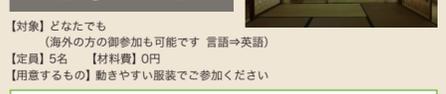
ドライフラワーアトリエ To.garden

申込 ☎080-5233-4148
住所…雲南市加茂町宇治537
受付…9:00~19:00 受付料はLINEでもOKです。▶

13 自然豊かな庭園での
坐禅体験

坐禅体験だけでなく、自然豊かな庭園内を散策、お茶を飲みながらゆっくりと参加者同士で語り合うなかで気づきを深めてまいります。

会場/石照庭園
講師/堀江 紀宏(洞光寺副住職)



10/21(日) 9:00~12:00

【対象】どなたでも
(海外の方の御参加も可能です 言語→英語)
【定員】5名 【材料費】0円
【用意するもの】動きやすい服装でご参加ください

石照庭園

申込 ☎0854-42-0053(洞光寺)
住所…雲南市木次町平田472
受付…9:00~17:00 定休日…水曜日

14 ナスくる体験

「まちの保健室」を開催します。コミュニティナースとお話したり、健康測定を行ったり、ゆっくりお茶を飲んだり。ぜひお気軽にお越しください!

会場/みんなのおうち
講師/岡田 江梨花



10/26(日) 13:00~15:00

【対象】どなたでも
【定員】10名
【材料費】300円
【用意するもの】特になし

Community Nurse Company株式会社

申込 ☎0854-47-7272
住所…雲南市木次町里方422番地
受付…9:00~17:00 定休日…土・日曜日

15 肩こり、腰痛セルフケア講座

肩こり、腰痛なぜなるの? 姿勢が関係しているかもしれません。お家でできるセルフケアを体験しませんか?

会場/美脚&肩こり・腰痛専門店縁を~えん~
講師/藤原 祐希、藤原 一磨



10/15(日) 10:00~13:00

【対象】どなたでも
【定員】6名
【材料費】500円(印刷物、使用するもの)
【用意するもの】タオル

美脚&肩こり・腰痛専門店縁を~えん~

申込 ☎080-1935-6391
住所…雲南市三刀屋町三刀屋251-1
受付…9:00~17:00 定休日…日曜日、祝日

16 姿勢改善!美姿勢体操!

猫背・下半身太りなど見た目の悩み、姿勢が気になる方にオススメ! ゴムを使った簡単な体操でスッキリしましょう!

会場/美脚&肩こり・腰痛専門店縁を~えん~
講師/藤原 祐希、藤原 一磨



10/13(金) 10:00~11:00
13:00~14:00

【対象】どなたでも
【定員】各6名
【材料費】500円(印刷物、使用するもの)
【用意するもの】タオル

美脚&肩こり・腰痛専門店縁を~えん~

申込 ☎080-1935-6391
住所…雲南市三刀屋町三刀屋251-1
受付…9:00~17:00 定休日…日曜日、祝日

17 健康になるための
「よくばり運動教室」

椅子に座り、呼吸を意識したストレッチから始まり、簡単なトレ、骨格トレーニングをします。

会場/ひかりサロン雲南
講師/黒田 正子



10/5(土) 10:45~11:30
10/12(土) 10:45~11:30

【対象】女性のみ 【定員】5名
【材料費】500円(機材使用料)
【用意するもの】飲み物をもって動きやすい服装でお越し下さい。

ひかりサロン雲南

申込 ☎0854-47-7332
住所…雲南市木次町里方30-2 マルシェリーズ2F
受付…9:00~17:00 定休日…土・日曜日

18 地域おせっかい会議に
参加してみませんか?

まちの人の心と体の健康を応援する「おせっかい」を実現するコミュニティです。おせっかいしたい人、おせっかいされたい人ご参加ください!

会場/みんなのおうち
講師/多々納 千鶴



10/10(日) 13:00~15:00

【対象】どなたでも
【定員】5名
【材料費】0円
【用意するもの】特になし

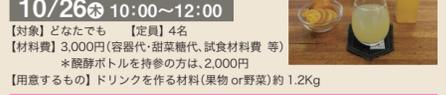
Community Nurse Company株式会社

申込 ☎0854-47-7272
住所…雲南市木次町里方422番地
受付…9:00~17:00 定休日…土・日曜日

19 ミネラル醗酵ドリンク作りと
新型栄養失調のお話

持参していただいた果物や野菜で、ミネラル醗酵ドリンクを手作り、現代食はミネラル不足になりがち。ミネラル摂取をまずは、手作りの飲み物で。

会場/みかた-NET
講師/石川 智子、佐佐木 瑠美子



10/17(日) 10:00~12:00
10/26(日) 10:00~12:00

【対象】どなたでも 【定員】4名
【材料費】3,000円(容器代・甜菜糖代、試食材料費等)
※醗酵ボトルを持参の方は、2,000円
【用意するもの】ドリンクを作る材料(果物 or 野菜)約1.2Kg

みかた-NET

申込 ☎090-7504-5686
住所…雲南市大東町飯田112-17
受付…10月8日~ 定休日…
みかた-NETのHPから▶

20 体感トリートメント
しませんか

マイクロSCOOPで地肌をのぞき、その人に合った気持ち良さを体感して下さい。

会場/リップル・マーク美容室
講師/高野 朋子



10/13(金) 15:00~16:00
10/20(金) 16:00~17:00
10/27(金) 16:00~17:00

日曜日が良い方は予約にて考えます。

【対象】中学生~大人まで 【定員】3名または2組
【材料費】2,000円(パック・トリートメント代)

リップル・マーク美容室

申込 ☎0854-42-0057
住所…雲南市木次町里方30-2 マルシェリーズ2F
受付…9:00~19:00 定休日…月曜日

21 姿勢教室
~良い立ち方、座り方、歩き方~

自分や家族の姿勢、気になりませんか? 良い姿勢を知って、肩こりや腰痛猫背、むくみなどお悩み良くしよう。身体の土台の骨盤調整体検つき☆

会場/姿勢とお肌の専門店Ciel(シエル)
講師/青木 瞳



10/1(日) 10:00~11:30
10/10(日) 10:00~11:30

【対象】どなたでも
【定員】2,3名または2組 【材料費】0円
【用意するもの】フェイスタオル

姿勢とお肌の専門店Ciel(シエル)

申込 ☎080-9792-5803
住所…雲南市木次町下熊合1480-1 コーポサルビア1-102
受付…9:00~18:00 定休日…不定休

22 肌トラブルは体からのサイン!
あなたにあったエイジングケアしましょう

お肌は外敵から体の内側を守ってくれています。乾燥、ニキビ、シミ、しわ、たるみなどの肌トラブルは体からのサイン! 健康なお肌知りましょう☆

会場/姿勢とお肌の専門店Ciel(シエル)
講師/青木 瞳



10/1(日) 13:30~15:00
10/10(日) 13:30~15:00

【対象】どなたでも
【定員】2,3名または2組 【材料費】0円
【用意するもの】フェイスタオル

姿勢とお肌の専門店Ciel(シエル)

申込 ☎080-9792-5803
住所…雲南市木次町下熊合1480-1 コーポサルビア1-102
受付…9:00~18:00 定休日…不定休