

全 11 講座受講料無料      今回はすべてZOOMによるオンライン講座となっております。ご注意ください!



**① 岡山シーガルズとZOOMストレッチをやりよう!**

運動初心者の方にもおすすめの「カモメ流ストレッチ」や気軽に取り組める運動を、ZOOMで岡山シーガルズと楽しみませんか?

8/24(火) 14:00~15:00

- 対象/小学生全学年
- 材料費/なし
- 準備品/参加確認後メールにてご連絡致します!
- 講師/吉田みなみ・丸山亜季・神田千絵(いずれも元日本代表)

**成広薬局金川店**

問合せ・☎086-724-5150 / 担当・成広和朗  
【営業時間】8:30~18:00 【定休日】日曜・祝日

**② 親子でZOOM健康体操**

だらけ姿勢ストップ!! 体を柔らかくしながらシャキッと筋を働かせよう。バランスがよくなると動くのが楽しくなるよ! パソコンの質問タイムも用意してます。

8/20(金) 10:30~12:00

- 対象/小学生全学年
- 講師/山本安美・吉田諭己人
- 材料費/なし
- 準備品/マット or バスタオル、フェイスタオル

**しなやか道場×PCらいふパソコンスクール津高校**

問合せ・☎090-4145-8316 / 担当・山本安美  
【営業時間】8:00~19:00 【定休日】不定休

**③ 親子でできる子どもの運動能力を引き出す遊び**

遊ぶことは運動好きへの第一歩! 親子で楽しくしっかり体を動かして体の使い方を身につけましょう。コアキッズ体操普及員がご案内します

8/18(水) 10:00~11:00  
21(土) 14:00~15:00

- 対象/小学生4年生以下
- 講師/竹内舞子
- 材料費/なし
- 準備品/タオル・座布団 or バスタオル・新聞紙

**にしからかわ接骨院**

問合せ・☎086-236-7127 / 担当・竹内悟市  
【営業時間】9:00~20:00 【定休日】水曜日・日祝

**④ 牛乳で簡単アイスクリーム作り!**

冷蔵庫にある牛乳を使って、親子で濃厚ミルクアイスを作ってみませんか? 今回はオンラインで対応します。

8/21(土) 10:00~11:00  
28(土) 10:00~11:00

- 対象/小学生全学年
- 講師/下野雅祥
- 材料費/なし
- 準備品/参加確認後メールにてご連絡致します!

**(有)建部ヨーグルト**

問合せ・☎086-722-0806 / 担当・下野雅祥  
【営業時間】11:00~16:30 【定休日】火曜日

**⑤ 知って得する! お茶のすごいパワー**

手軽に作れるおいしい冷茶のポイントを学びます。お茶の中のビタミンCをうがい薬でチェックします。

8/21(土) 14:00~15:00

- 対象/小学生全学年
- 講師/成広和朗・小西章子
- 準備品/参加確認後ご連絡致します!
- 材料費/なし

**成広薬局金川店×お茶とコーヒーの清嘉園**

問合せ・☎086-724-5150(成広薬局)・086-297-5668(清嘉園)  
担当・成広和朗(成広薬局)・小西章子(清嘉園)  
(成広薬局)【営業時間】8:30~18:00 【定休日】日曜・祝日  
(清嘉園)【営業時間】10:00~20:00 【定休日】なし

**⑥ みんなで楽しくクイズZOOM**

お菓子里まつわるクイズ、アニメなどからも出題。正解数によって景品? もあり!

8/16(月) 18:00~19:00  
23(月) 18:00~19:00

- 対象/小学生全学年
- 講師/岸本洋康
- 準備品/白い紙(A4サイズ)10枚位、黒ペン
- 材料費/なし

**ケーキハウス キシモト**

問合せ・☎086-722-2113 / 担当・岸本洋康  
【営業時間】9:30~18:30 【定休日】水・第3日曜日

**⑦ パソコンの「なかみ」と「しくみ」**

本物をブカイしながら説明するよ! パソコンの中はどうなっている? どんなしくみでうごくのかな? これでキミもパソコン博士だ!

8/24(火) 13:00~14:30  
28(土) 15:00~16:30

- 対象/小学生全学年
- 講師/吉田諭己人
- 準備品/なし
- 材料費/なし

**PCらいふパソコンスクール津高校**

問合せ・☎086-256-1188 / 担当・吉田諭己人  
【営業時間】10:00~20:00(火・木・金)10:00~17:00(月・土)【定休日】水曜・日

**⑧ 親子で遊ぼう! リサイクル工作!**

どこのご家庭にもあるペットボトル。ペットボトルを使って船を作ろう!! 今回はオンラインで工作します。

8/21(土) 10:00~11:00

- 対象/小学生全学年
- 講師/安本祐子・能勢大周
- 材料費/なし
- 準備品/ペットボトルなど。参加確認後メールでご連絡致します!

**観空産業(株)**

問合せ・☎086-294-2636 / 担当・安本祐子  
【営業時間】8:00~17:00 【定休日】第2・4土曜、日祝

**⑨ 親子でオンライン筆文字(伝筆)レッスン**

書いて楽しい、もらってうれしい! 筆ペンで楽しい夏のハガキを書いてみませんか。

8/17(火) 10:00~11:00  
18:00~19:00  
26(木) 10:00~11:00

- 対象/小学生全学年
- 講師/榎本純子
- 準備品/筆ペン、A4のコピー用紙10枚
- 材料費/なし

**Pure-rhythm -ぴゅありずむ-**

問合せ・☎090-2095-9606 / 担当・榎本純子  
【営業時間】10:00~20:00 【定休日】なし

**⑩ 初めてでも安心! アルゴリズム☆**

今流行りのプログラミングの技を解説するよ! できる子は自分のPCでもチャレンジしてもいいよ! 後半では優良サイトの見分け方伝授

8/24(火) 13:30~14:30  
30(月) 13:30~14:30

- 対象/小学生3年生以上
- 講師/鈴木かおり
- 準備品/なし
- 材料費/なし

**PCらいふパソコンスクール平島校**

問合せ・☎086-297-3939 / 担当・鈴木かおり  
【営業時間】10:00~17:00または20:00【定休日】水曜・日曜

**⑪ ありがとう おばあちゃんのよみかかせ会**

絵本「ありがとう おばあちゃん」の読み聞かせと、「さよなら ネコちゃん」のお話。前もって絵本が届きます。

8/31(火) 14:00~15:00  
9/3(金) 13:30~14:30

- 対象/小学生全学年
- 講師/柴田久美子(絵本の作者)他
- 準備品/筆記用具
- 教材費/1,210円(税込)(申込後対応)

**(株)日本看取り士会**

問合せ・☎086-728-5772 / 担当・宮本大幹  
【営業時間】10:00~16:00【定休日】日曜日

**受講者募集!**  
主催/岡山北商工会

**受講申込 受付開始**      **8/1(日)~**

**受講期間 8/16(月)~9/3(金)**