

# 2021年 得する街のゼミナール

## まちゼミ in岡山市北 各講座のご紹介

各エリアごとに色分けしています。 各講座の特長をマークで表しています。

建部 御津 津高 一宮 上道 食べる 学ぶ つくる きれい 健康 KIDS

※各講座の☎は、【申込専用電話】です。電話番号の横に記載されている【受付時間】内にご連絡ください。 ※各講座の住所・QRコードは、【開催場所住所・地図】です。

### 受講者募集!

各お店にお申し込みください!

10月15日☎から受講申込受付開始!

※安心して受講していただくために、お店からの販売・勧誘はありません。応募多数の場合は、先着になります。

材このマークが付いている講座は、材料費等が必要です。

### 星型のオリジナルリースを作ろう!

この時期が旬の花材を使って、星型のステキなリースを作ります。

11/27☎ 10:30~12:00・14:00~15:30

【対象】どなたでも 【定員】5名 【講師】石田 有美枝  
【材料費】1人1,800円(リース、生花代) 【持ち物】なし

#### (有)サンフラワー

申込先 ☎086-252-8812  
受付時間 / 10:00~20:00 担当 / 藤部 恵和  
開催場所 岡山市北区横井上83-3 エブリイ2F イベントスペース  
営業時間 / 10:00~20:00 定休日 / なし

### 親子で楽しむ! 野菜収穫体験

秋冬野菜の収穫をします。収穫した野菜はお持ち帰りできます。

10/30☎・11/6☎・20☎ 10:30~11:30

【対象】親子(年齢問わず) 【定員】3組 【講師】山本 早織 藤井 智子 福田 真紀

#### 観空産業(株)

申込先 ☎086-294-2636  
受付時間 / 8:30~17:00 担当 / 山本 早織  
開催場所 岡山市北区三和1375-14  
営業時間 / 8:00~17:00 定休日 / 第2・4土曜日・日曜日・祝日

### 太る原因を知り、年末までに痩せよう!

自分では気づけない太る原因をチェック項目から分析アドバイスし、くびれを作るマッサージを体験してみよう!年末までに痩せたい方におススメ!

11/4☎・13☎ 10:30~11:30

【対象】どなたでも(大人は女性のみ) 【定員】3名  
【講師】梅田 夕貴 【材料費】なし 【持ち物】マスク、健康な体

#### エステティックサロン プリティーフェアリー

申込先 ☎090-6402-8449  
受付時間 / 10:00~18:00 担当 / 梅田 夕貴  
開催場所 岡山市北区菅野4412-1  
営業時間 / 10:00~18:00 定休日 / 不定休

### オリジナルクッキー作り

あらかじめ用意したクッキーに、イラスト、文字などを描き、焼き上げてみよう。

11/10☎ 10:00~11:30

【対象】小学生高学年以上ならどなたでも  
【定員】5名 【講師】岸本 洋康 【材料費】1人300円(材料費)  
【持ち物】マスク、エプロン、描きたい絵など

#### ケーキハウス キシモト

申込先 ☎086-722-2113  
受付時間 / 10:00~18:00 担当 / 岸本 洋康  
開催場所 岡山市北区建部町吉田797-1  
営業時間 / 9:30~18:30 定休日 / 水曜日・第3日曜日(変更有)

### 牛乳Deバター&カルピス作り体験

しほりたての牛乳を使ってバターとカルピスを作り、食べて飲んでみよう!

10/30☎・11/13☎・27☎ 11:00~12:00

【対象】どなたでも 【定員】3組  
【講師】下野 雅祥 【材料費】1人500円(材料代)  
【持ち物】カルピス持ち帰り容器

#### (有)建部ヨーグルト

申込先 ☎086-722-0806  
受付時間 / 10:00~16:30 担当 / 下野 雅祥  
開催場所 岡山市北区建部町建部上609  
営業時間 / 11:00~16:30 定休日 / 火曜日

### 体のお野菜摂取の充実度を測ってみませんか?

カゴメが開発した「ベジチェック」に手のひらを数十秒あてるだけで、体内のカロテノイド(野菜の成分)量が数値で表れます。

11/24☎ 10:00~12:00

【対象】どなたでも 【定員】5名 【講師】井上 誠次  
【材料費】なし 【持ち物】なし

#### かくたに薬局

申込先 ☎086-722-2325  
受付時間 / 9:00~18:00 担当 / 角谷 元史  
開催場所 岡山市北区建部町福渡497  
営業時間 / 9:00~18:00 定休日 / 日曜日

### 大好きなママを綺麗にし、親子の愛情深めよう

母の手形を書いて、状態を記入し、パックを塗ってあげよう。どんな変化がみられるかな?子供にマッサージを感じる気持ちに寄り添ってみましょう。

11/3☎・7☎ 10:30~11:30

【対象】どなたでも(大人は女性のみ) 【定員】3組(親子合わせて6名)  
【講師】梅田 夕貴 【材料費】なし 【持ち物】マスク、健康な体

#### エステティックサロン プリティーフェアリー

申込先 ☎090-6402-8449  
受付時間 / 10:00~18:00 担当 / 梅田 夕貴  
開催場所 岡山市北区菅野4412-1  
営業時間 / 10:00~18:00 定休日 / 不定休

### ZOOMでおうち骨盤ケア

産後の体の不調、腰痛、肩こり、尿漏れなどを改善していくために必要なインナーマッスを鍛えましょう。キレイな姿勢も身につきますよ!

11/17☎・20☎ 10:00~11:00 14:30~15:30

【対象】女性 【定員】5名 【講師】竹内 舞子  
【材料費】なし 【持ち物】背もたれのある椅子、タオル

#### にしからかわ接骨院

申込先 ☎086-236-7127  
※お申し込みはQRコードから 受付時間 / 9:00~20:00 担当 / 竹内 栞子  
開催場所 【オンライン開催】  
営業時間 / 9:00~20:00 定休日 / 水曜日・日曜日・祝日

### 知ってて良かった。IHの使い方

最新のIHクッキングヒーターで楽しく短時間を作ります。簡単なお手入の仕方もお伝えします。

11/18☎ 10:00~11:30

【対象】どなたでも 【定員】5名  
【講師】鞠子 浩造・片谷 ひろみ 【材料費】なし 【持ち物】なし

#### 鞠子建設

申込先 ☎086-284-0122  
受付時間 / 10:00~16:00 担当 / 鞠子 浩造  
開催場所 岡山市北区西幸川116-1  
営業時間 / 8:00~18:00 定休日 / 日曜日

### 作って学んで!ジビエレザー!

ジビエレザーを触りながら、地域の問題について学んでみよう!簡単な小さな動物を作ります。キッズ向けですが、大人もOKです。

11/27☎ 10:30~11:30

【対象】どなたでも 【定員】10組  
【講師】頼本 ちひろ 【材料費】1組1,000円(材料代:ジビエレザーのクラフトキット)  
【持ち物】ハサミ、ボンド、筆記用具

#### 建部獣皮有効活用研究所[TALABO]

申込先 ☎080-4823-1777  
受付時間 / 10:00~15:00 担当 / 頼本 ちひろ  
開催場所 【オンライン開催】  
営業時間 / 10:00~17:00 定休日 / 土曜日・日曜日・祝日

### 食べ物があなたの体も病気も作る!

食事は人間の体も病気も作ります。病気を予防し、免疫力を高める食事のポイントを教えます。

10/28☎・11/20☎ 10:00~11:00 14:00~15:00

【対象】どなたでも 【定員】3名 【講師】成広 直世  
【材料費】なし 【持ち物】なし

#### 成広薬局 本店

申込先 ☎086-724-0136  
受付時間 / 9:00~18:00 担当 / 成広 直世  
開催場所 岡山市北区御津金川765  
営業時間 / 8:00~19:00 定休日 / 日曜日・祝日

### 川へ釣りに行こう!

川には色々な魚がいます。竿・糸・ウキ・おもり・針を使った、簡単な仕掛けで釣りをします。オイカワ・カワムツ等が待っています。

10/23☎・30☎ 8:00~9:30

【対象】小学生低学年から 【定員】4名または3組  
【講師】成広 和朗 【材料費】1組100円  
【持ち物】釣り道具(あれば)

#### 成広薬局 金川店

申込先 ☎086-724-5150  
受付時間 / 9:00~18:00 担当 / 成広 和朗  
開催場所 岡山市北区御津金川494-2  
営業時間 / 8:30~18:00 定休日 / 日曜日・祝日

### コロナ禍で役に立つ保険の知識

コロナで入院。自宅、ホテル、給付される?自分でできるガン検査とは

11/10☎・17☎ 14:00~15:00 14:00~15:00

【対象】どなたでも 【定員】5名または3組  
【講師】横田・林・山口 【材料費】なし 【持ち物】なし

#### (株)一宮保険事務所

申込先 ☎086-284-0411  
受付時間 / 10:00~18:00 担当 / 人見、竹位  
開催場所 岡山市北区西幸川567-1  
営業時間 / 9:00~18:00 定休日 / 土曜日・日曜日・祝日

### 季節の寄せ植え

季節の花材で簡単にできる寄せ植えの講座

11/1☎ 13:00~14:30

【対象】女性 【定員】6名 【講師】砂田 芳宏  
【材料費】なし 【持ち物】なし

#### 砂田園芸

申込先 ☎080-5612-7527  
受付時間 / 9:00~12:00 担当 / 砂田 芳宏  
開催場所 岡山市北区尾上715-1  
営業時間 / 9:00~17:00 定休日 / 不定休

### 五果苑のぶどう講座

ぶどうの食べ比べとスイーツを食べながら、ぶどうについて解説します!

11/26☎ 10:00~11:00

【対象】どなたでも 【定員】5名または3組 【講師】市川 俊美  
【材料費】1人1,000円(試食用ぶどう、デザート等) 【持ち物】なし

#### 五果苑

申込先 ☎080-6261-8910  
受付時間 / 10:00~16:00 担当 / 市川 俊美  
開催場所 岡山市北区芳賀5385-6  
営業時間 / 10:00~16:00 定休日 / 水曜日

### 新米!餅つき体験

当園で大切に育てたもち米を使って、杵つき餅を作ります。1人1個ずつ食べるお餅を揉んでいたいただき、1組5個入のお餅をお土産で持ち帰れます。

11/13☎・20☎ 10:30~11:30 10:30~11:30

【対象】どなたでも 【定員】3組 【講師】林 賢治  
【材料費】1組500円(餅等材料代) 【持ち物】なし

#### くぼ農園(有)吉備路オーガニックワーク

申込先 ☎086-726-0511  
受付時間 / 10:00~17:00 担当 / 松藤 早苗  
開催場所 岡山市北区御津紙工2747-1  
営業時間 / 10:00~17:00 定休日 / 年末年始ほか不定休

### 洋ランの咲かせ方プロが教えます!!

シンビジウム、コチョウランを咲かせるポイントをプロがお教えます。

11/3☎ 10:00~12:00

【対象】どなたでも 【定員】5組 【講師】大内 巖  
【材料費】なし 【持ち物】なし

#### (有)スコレ

申込先 ☎086-724-4390  
受付時間 / 10:00~18:00(相談電話になることがあります) 担当 / 大内 巖  
開催場所 岡山市北区御津吉尾115  
営業時間 / 10:00~16:00 定休日 / 水曜日

### オリジナルフルーツサンド作り

好きなフルーツをパンにサンドして、自分だけの楽しいフルーツサンド作り!挑戦してみてください!!

11/3☎ 14:00~16:00

【対象】どなたでも 【定員】5名または3組  
【講師】大内 洋子 【材料費】1人500円(材料代:パン、フルーツ、生クリーム他)  
【持ち物】エプロン、マスク、三角巾

#### スコレ(D CAFE)

申込先 ☎090-4577-5787  
受付時間 / 10:00~18:00 担当 / 大内 洋子  
開催場所 岡山市北区御津吉尾115  
営業時間 / 10:00~16:00 定休日 / 月~水曜日

### 自動車販売士による車の買い方講座

新車から中古車まで幅広く取り扱っています。J流通販売店で自動車販売士がコツやポイントをお伝えします。

11/10☎・17☎ 11:00~12:00 11:00~12:00

【対象】どなたでも 【定員】3名または3組  
【材料費】なし 【持ち物】なし

#### (株)カーバイセル

申込先 ☎086-284-9191  
受付時間 / 10:00~19:00 担当 / 長尾  
開催場所 岡山市北区椿津533-3  
営業時間 / 10:00~19:00 定休日 / 火曜日

### 初めてでも安心!セキュリティ講座☆

パソコンやスマホの危険から身を守り、インターネットを安全に楽しく利用しませんか。一般的なセキュリティ対策の方法や用語を紹介していきます。

10/26☎・28☎・11/4☎ 13:30~14:30 13:30~14:30 19:00~20:00

【対象】どなたでも 【定員】3名(オンラインは何名でも可)  
【講師】鈴木 かつり 【材料費】なし 【持ち物】なし

#### PCらいふパソコンスクール 平島校

申込先 ☎086-297-3939  
受付時間 / 10:30~16:00 担当 / 鈴木 かつり  
開催場所 岡山市北区東平島163 ゆめタウン平島1F 及び 【オンライン開催】  
営業時間 / 10:00~17:00もしくは20:00 定休日 / 水曜日・日曜日

### 貸し切り!!秋祭り♥

☆かき氷・綿菓子・ヨーヨーなどをセルフスタイルでやってみませんか?貸し切り交代制(1時間)です。※屋外の為、雨天中止になります。

10/23☎・24☎・30☎・31☎ 15:00~15:00 10:00~15:00 15:00~20:00 10:00~15:00

【対象】3歳~小学6年生 【定員】3~5名または2組(親子) ※1時間交代制  
【講師】やまもと となりひろ 【材料費】なし 【持ち物】お茶・タオル

#### (株)岡山チャイルド社

申込先 ☎090-7970-4237  
受付時間 / 月~金 12:00~13:00 土日 9:00~18:00 担当 / 山本 成洋  
開催場所 岡山市東区沼1309-1  
営業時間 / 8:00~20:00 定休日 / 日曜日

### 体のお野菜摂取の充実度を測ってみませんか?

カゴメが開発した「ベジチェック」に手のひらを数十秒あてるだけで、体内のカロテノイド(野菜の成分)量が数値で表れます。

11/24☎ 14:00~15:30

【対象】どなたでも 【定員】5名 【講師】井上 誠次  
【材料費】なし 【持ち物】なし

#### ヘルスパークかくたに薬局 みつ店

申込先 ☎086-724-2325  
受付時間 / 9:30~17:30 担当 / 武内 映子  
開催場所 岡山市北区御津宇垣1414-2  
営業時間 / 9:00~18:00 定休日 / 日曜日

### “身体へのありがとう”から始める自力整体

自分自身を見失いがちな日常の中で、ちょっと立ち止まり、大きく呼吸、そして解放...整体感が免疫力をUPしてくれそうです!

11/14☎・18☎ 10:30~12:00 10:30~12:00

【対象】どなたでも 【定員】5名 【講師】山本 安美  
【材料費】なし 【持ち物】マット or パスタオル

#### しなやか道場

申込先 ☎090-4145-8316  
受付時間 / 8:00~19:00 担当 / 山本 安美  
開催場所 岡山市北区御津金川529 御津ふれあいプラザ  
営業時間 / 8:00~19:00 定休日 / 不定休

### 初めてでもできる電動ろくろでできる電動ろくろ小皿作り体験

電動ろくろを回してカンナで取っ手を削り小皿を作ります。2点成形で1点のみ完成。土殺しと削りの工程がない作り方で初心者用のロクロ陶芸講座。

10/24☎ 10:00~11:30・13:30~15:00

【対象】小学生から一般まで 【定員】2名1組  
【講師】渡邊 陽子 【材料費】1人1,000円(粘土・釉薬・焼成代金)  
【持ち物】汚れても良い服装またはエプロン持参、手拭きタオル、マスク

#### つくも陶工房

申込先 ☎090-2809-4749  
受付時間 / 10:00~15:00 担当 / 渡邊 陽子  
開催場所 岡山市北区御津金川1653  
営業時間 / 10:00~16:00 定休日 / 不定休

### 古家電 wo テイク・アパート(分解)!

☆お家で使わなくなった小型家電を親子と一緒に道具を使いこなしてテイク・アパート(分解)します! ※1時間交代制

11/7☎・21☎・28☎ 10:00~16:00 10:00~16:00 10:00~16:00

【対象】小学1~6年生 【定員】3~5名または2組(親子)  
【講師】やまもと となりひろ 【材料費】なし ※1時間交代制  
【持ち物】お家で使わなくなった小型家電(※45gゴミ袋に入るサイズ)

#### (株)岡山チャイルド社

申込先 ☎090-7970-4237  
受付時間 / 月~金 12:00~13:00 土日 9:00~18:00 担当 / 山本 成洋  
開催場所 岡山市東区沼1309-1  
営業時間 / 8:00~20:00 定休日 / 日曜日

### ～数点の見本から1枚選んでいただき、自分好みのハガキを作成してみませんか～

数点の見本から1枚選んでいただき、自分好みのハガキを作成していただきます。

11/4☎ 10:30~12:00・13:00~14:30

【対象】字が書ける方ならどなたでも 【定員】5名  
【講師】榎本 純子 【材料費】1人500円(貸し出し用筆ペン・見本・ハガキ等代金)  
【持ち物】なし

#### pure-rhythm(ピュアリズム)

申込先 ☎090-2095-9606  
受付時間 / 10:00~20:00 担当 / 榎本 純子  
開催場所 岡山市東区椿原465-9(岡山北工会上道支所)  
営業時間 / 10:00~20:00 定休日 / なし

### まちの助産師が伝える「令和の祖父母学級」

お孫さん、おじいさんができた方々でできる予定の方必見!令和時代の育児と一緒に学んでみませんか?最新の赤ちゃん育児のコツをお伝えします!

11/8☎・20☎ 10:00~11:00 9:00~10:00

【対象】子育て～孫育て世代の方 【定員】5組  
【講師】岸 美緒 【材料費】なし 【持ち物】なし

#### With moms

申込先 ☎080-4011-8262  
※QRコードからメールでも申し込みます 受付時間 / 10:00~17:00 担当 / 岸 美緒  
開催場所 【オンライン開催】  
営業時間 / 9:00~16:00 定休日 / 土曜日・日曜日・祝日