

第12回

お店の人が無料で教えてくれる!

まち
ゼミ
なんとまちゼミの会

得する街の ゼミナール

in
なんと
受講者募集!

保存版

受講料
無料

開催期間

2025. 7/20(日) ~ 9/30(火)

申込は
各店へ!

全65講座

受付
開始

7/10(木)

講座
一覧



※内容によっては
材料費がかかる
ものもあります。

- 材料費は原則として講座当日に会場で徴収いたします。
- 材料費がかかる講座のお申込後のキャンセルは、材料費を頂戴する場合がありますので、ご承知おください。

各店舗の受付時間、定休日をご確認ください。
安心して受講して頂くためにお店からの販売は一切ありません。

各講座の
色に注目!
5つのカテゴリーに
分かれています



きれい
美容・キレイを
追求する講座



つくる
作ったり、
体験する講座



たべる
飲食に関する
講座

健康
からだや健康に
ついての講座

からだや健康に
ついての講座



まなぶ
知識や知恵を
まなぶ講座

知識や知恵を
まなぶ講座



まちゼミって?

お店の人が講師となって、専門店ならではの専門的知識や情報、コツを無料で教えてもらえる、街のなかのゼミナール、略して「まちゼミ」です!

1. ゼミを選ぶ

2. 申し込む

3. 参加する

チラシの内容から受けたいゼミをお選びください。
※お一人様お気軽にいくつでも受講可能

受けたいゼミのお店へ直接「まちゼミの申込です」とお電話でお申込みください。

時間・場所をお間違えないよう、ご参加ください。

- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- 申込は、各店の受付時間内をお願いします。
- 申込初日は、電話回線の混雑が予想されます。ご了承ください。

- 受講対象者が限定されている講座もあります。ご注意ください。
- 各講座ともに、申込の際に受講時の持ち物をご確認ください。
- 小学生以下のお子様は保護者同伴での参加をお願いします。

各講座の 色に注目!

5つのカテゴリーに
分かれています

きれい

美容・キレイを
追求する講座

健康

からだや健康に
ついての講座

つくる

作ったり、
体験する講座

まなぶ

知識や知恵を
まなぶ講座

たべる

飲食に関する
講座



…夜6時以降実施の講座有り



…親子対象

1 明日への活力を充電する レイキ!!



城端

頑張っているあなた。疲れた心と体を癒すレイキ。
レイキで回復。レイキ体験しませんか?

7月20日(日)
8月 2日(土)
21日(木)
9月 2日(火) } 10:00~11:00

- 会場/癒しのサロンReiki
- 定員/2名または1組(子供も可)
- 講師/西嘉山 良子



癒しのサロンReiki ☎070-3410-3678

所在地/国広38 受付/9:00~18:00 定休日/不定休



2 エステのお仕事体験

福野

エステのお仕事ってどんなことをするの?
人形を使って簡単なマッサージをしてみよう。

7月20日(日) } 10:00~12:00
8月10日(日) }

- 会場/ブルーミン
- 定員/2名または1組
- 対象/50歳迄の方 女性限定
- 持ち物/上履き(ズックなど滑らない物)
- 講師/今井 はるひ



エステティックジュビラン ブルーミン
☎0763-22-8133

所在地/苗島223-2 受付/9:30~18:00
定休日/日曜日、祝日



3 \もう悩まない/ 美眉を描く2つのコツ

城端

メイク悩んで多い眉の描き方。薄眉・左右差・のっ
ぺり眉…コツを押さえて自分の理想の眉を描こう!

7月22日(火) 8月1日(金)
26日(土) 4日(月)
30日(水) 7日(木)
10:30~11:30 & 14:00~15:00

- 会場/いせや ●定員/2名または1組
- 持ち物/普段お使いの眉メイクアイテム
- 講師/藤井 三紀子



いせや(資生堂・ALBION・HBL・光脱毛)

☎0763-62-0267

所在地/城端219 受付/9:00~19:00 定休日/日曜日



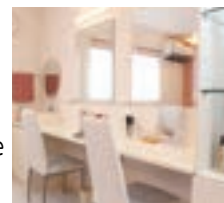
4 美肌相談、エステ体験で ツヤ肌に♡

福野

お肌の仕組み、正しいスキンケア方法、
プロのマッサージも体験できます。

7月23日(水) }
8月18日(月) } 14:00~15:30
28日(木) ※その他日程相談可

- 会場/エステティックジュビランAimer chance
- 定員/2名 ●対象/女性限定
- 講師/平瀬 真彩



エステティックジュビラン Aimer chance (エメシャンス)
☎090-2836-0256

所在地/高儀10-9 受付/9:30~19:00
定休日/日曜日、祝日



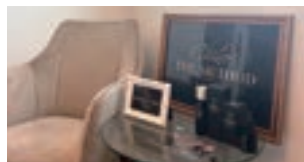
5 NEW 美容整体体験!!

福野

美骨×筋膜×リンパケアで体の土台を整え、
長年の不調やお悩みを解決!!

7月23日(水)・28日(月) } 10:00~11:30 ※その他日程でも
8月 6日(水)・19日(火) } 13:30~15:00 お気軽にご相談
9月11日(木) ください

- 会場/Private Salon Sol
- 定員/1名
- 対象/女性限定
- 講師/種部 千咲



Private Salon Sol ☎070-9010-8897

所在地/下吉江107-5 受付/9:00~19:00
定休日/日曜日、祝日



6 お肌にやさしい日焼け止め作り

城端

せっけんで落ちるお肌があれな、やさし
い使いごちの日焼け止めです。

7月23日(水) }
28日(月) } 13:00~14:30
8月 6日(水) }

- 会場/La Harmony Retreat
- 定員/5名
- 材料費/3,500円
- 講師/本多 和恵



La Harmony Retreat
☎080-8696-8902

所在地/北野3002 受付/9:00~19:00 定休日/火・日曜日



©LA_HARMONY_RETREAT

7 メイクのお悩み 即解決!

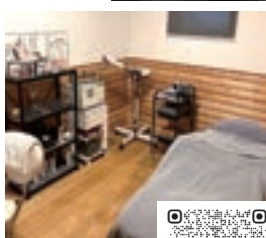
福光

普段メイクのお悩みをレクチャーしながら解決します。



7月29日(火)
8月29日(金)
9月26日(金) } 10:00~11:30

- 会場/ワミレス サロン as
- 定員/2名
- 対象/女性のみ
- 持ち物/普段のメイク道具
- 講師/栗山 明日香



ワミレス サロン as ☎080-6358-2830

所在地/高宮5-9 受付/9:30~17:00 定休日/不定休

8 眉シェービング ★無料体験

福光

眉シェービングでお顔スッキリ! メンズ・キッズ・親子参加OK。



7月31日(木)
8月21日(木)
9月 4日(木) } 19:00~20:00
時間は相談に応じます

- 会場/ヘアー&エステすずき
- 定員/5名
- 講師/鈴木 美和



ヘアー&エステ すずき ☎0763-52-0282

所在地/福光7433 受付/8:00~19:00
定休日/月曜日、第1火曜・第3日曜日

NEW

9 CS60で身体を健やかにしよう!!

福野

身体の改善したい部位を施術します。CS60って何?この機会に体験を!!



7月21日(月・祝)
26日(土)
8月 3日(日) } 10:30~12:00
13:30~15:00

- 会場/CS60富山おとほの
- 定員/2名または1組
- 持ち物/動きやすい服装 ●講師/柴田 勝美



CS60富山おとほの ☎090-6479-4659

所在地/梅ヶ島300-1 受付/9:00~20:00 定休日/不定休



10 骨盤整え×血管ケアで巡りアップ!

福野

血管年齢をチェック。骨盤体操で姿勢改善と尿もれ対策!!



7月25日(金)
8月23日(土)
9月 6日(土) } 10:00~12:00

- 会場/ゆかにや
- 定員/3名または2組
- 対象/簡単な体操ができる方
- 持ち物/運動できる服装、タオル
- 講師/松田 安侑弥



ゆかにや ☎090-9961-9312

所在地/福野1316-42 受付/10:00~15:30
定休日/水曜日



11 骨盤・背骨を整えて お顔のリフトアップ!

福野

気になる顔のたるみやわは、土台となる「骨」のゆがみから。骨から整えて、お顔のリフトアップを体感してみませんか?美容男子も歓迎!



7月26日(土)
8月 9日(土)
9月 6日(土) } 10:00~12:00

- 会場/カイロプラクティック いまい
- 定員/4名または2組
- 対象/老若男女問わず お子様連れ可
- 材料費/1,000円 (基礎化粧品セット)
- 持ち物/タオル、動きやすい服装
- 講師/今井 久志 および女性講師



カイロプラクティック いまい
☎080-4467-7052

所在地/野尻786-1 受付/9:00~21:00 定休日/不定休(完全予約制)

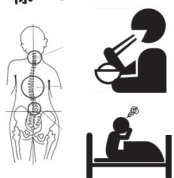
12 「ゆがみ」と健康 ゆがみ整え体験

福野

長引く腰痛・肩こり・頭痛は「生活習慣のゆがみ」が原因かも?ゆがみと健康の関係および自宅でもできるセルフケアをお伝えします。



様々な「ゆがみ」



8月 1日(金)
10日(日) } 10:00~12:00

- 会場/カイロプラクティック いまい
- 定員/4名または2組
- 対象/老若男女問わず お子様連れ可
- 持ち物/タオル、動きやすい服装
- 講師/今井 久志

カイロプラクティック いまい
☎080-4467-7052

所在地/野尻786-1 受付/9:00~21:00 定休日/不定休(完全予約制)



13 たのしい腸活

福光

腸は免疫の7割!食べ物について考えてみましょう!



9月18日(木)
14:00~15:00

- 会場/みぞぐち元気堂
- 定員/5名
- 講師/林 由佳



みぞぐち元気堂 ☎0763-52-8261

所在地/田中148 受付/9:30~20:00 定休日/日曜日



14 蓮のオルゴナイトを 作ろう!

井波

キラキラパーツを入れて蓮の形のオルゴナイトを作りましょう。



7月27日(日)
8月 7日(木)
9月 4日(木) } 10:00~11:30

- 会場/やさしい癒しルーム
- 定員/4名または2組
- 材料費/3,000円 (材料・送料代)
- 講師/松井 翠麗



やさしい癒しルーム ☎090-6274-0358

所在地/五領28 受付/10:00~19:00 定休日/不定休



きれい

健康

つくる

まなぶ

たべる

15 天然酵母のピザ作り

井波

南砺市産の野菜を使ってピザを作りましょう!ピザ生地を伸ばす所からトッピングまでのオリジナルピザ作り!!



7月31日(木)
8月 7日(木) } 14:00~16:00
21日(木)

- 会場/LAW ●定員/8名または4組
- 材料費/2,000円
- 持ち物/エプロン、帽子
- 講師/大田 直喜



LAW ☎0763-77-4030

所在地/山見587-1 受付/11:00~17:00 定休日/火・水曜日

NEW
16

オリジナルキーホルダーを作ろう

城端

好きな色の糸を選び、基本の編み方を使って、かわいいキーホルダーと一緒に作りませんか?



8月1日(金) 10:00~11:30
15:00~16:30
2日(土) 10:00~11:30

- 会場/ネットワーク やまでん
- 定員/5名
- 材料費/500円
- 講師/野口 千佳



ネットワーク やまでん ☎0763-62-0198

所在地/野田1330-3 受付/8:30~19:00
定休日/日曜日



17 ドライフラワースワッグづくり

福光

ドライフラワーで花束をつくって壁かけをつくる。



8月 2日(土) } 15:00~16:00
23日(土)

- 会場/ameagua
- 定員/2名または1組
- 材料費/500円
- 持ち物/持ち帰り用の袋
- 講師/長谷川 由香里



ameagua ☎090-2128-8612

所在地/香城寺76-1 受付/13:00~18:00 定休日/不定休



18 手のひらサイズのお菓子の家を組み立てよう

井波

アイシングを使って世界にひとつのお菓子の家を一緒に作ってみませんか?



8月4日(月)・5日(火)
14:00~15:00

- 会場/よいとこ井波2F体験工房(井波3110-1)
- 定員/8名または4組ほど
- 対象/小学生以下のお子様は保護者の方と一緒にお願いいたします。
- 材料費/1,200円(1,000円材料費+200円箱代)
- 持ち物/エプロン ●講師/今井 江梨子



パティスリーまちなみラパン ☎0763-77-3970

所在地/山見310 受付/17:00~18:30
定休日/月・火曜日、不定休



19 わがしあそび

福光

楽しくお絵かきをして、そのイメージをあんこを使って立体で再現してみよう!



8月 6日(水) } 13:00~14:00
13日(水)
20日(水)

- 会場/NOSE art garage ●定員/5組
- 材料費/1,500円(あんこ・ケース・袋代)
- 持ち物/三角巾、タオル、エプロン
- 講師/森松 祐史



NOSE art garage FUKUMITSU

☎0763-77-3227

所在地/福光6308 受付/13:00~14:00 定休日/月~木曜日



20 網戸の張替え体験に挑戦

城端

網戸のやぶれやはがれ、ありませんか? 張替えのコツを教えます。



8月8日(金) 10:00~11:30
9日(土) 10:00~11:30、14:00~15:30

- 会場/城端商工会館2階 ●定員/5名
- 材料費/1,500円(張替ローラー、カッター、ゴムひも、張替用網戸生地)
- 持ち物/自宅の網戸を持込まれる場合は事前に連絡ください。
- 講師/西川 伊希子



西川産業(株) ☎0763-62-1211

所在地/城端737 受付/8:30~17:00
定休日/土・日曜日、祝日



22 ワイヤーアート ジュエリーを作ろう

福野

天然石にアーティスティックワイヤーを自由に巻いてアクセサリを作ろう。



8月10日(日) } 10:00~11:00
26日(火)
9月 9日(火)

- 会場/EXCIA ●定員/4名または2組
- 材料費/2,000円(天然石、ワイヤーなど)
- 持ち物/必要な方はメガネ
- 講師/宮本 千賀子



EXCIA ☎090-9440-4170

所在地/安居4724-6 受付/9:00~19:00 定休日/不定休



NEW 21 木組みでつくる ブックスタンド

井波

たたいて、みがいて、ぬって文庫サイズのブックスタンドをつくろう。



8月9日(土) 10:00~12:00

- 会場/よいとこ井波2F研修室(井波3110-1)
- 定員/3名または3組
- 対象/小学生(親同伴)
- 材料費/1,000円(木材、塗料)
- 持ち物/よごれてもよい服
- 講師/種田 怜



TANEKAGU ☎090-6761-7868

所在地/院瀬見251 受付/9:00~19:00
定休日/不定休



23 かぎ針でキラキラ小物づくり

福光

編み物ブーム!! 韓国から来たキラキラ毛糸で可愛い小物を編んでみよう!



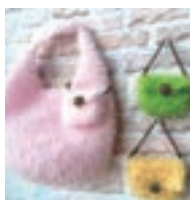
8月27日(水)
9月 6日(土) } 14:00~16:00
9月 7日(日)

- 会場/小俣手芸店 ●定員/4名
- 材料費/1,500円(毛糸、チャーム、ボタン等)
- 持ち物/かぎ針7号、とじ針、マーカー、はさみ(当店でもお買求めできます)

●講師/野畠 玲子

小俣手芸店 ☎0763-52-3264

所在地/福光7162 受付/9:00~19:00(土日18:30)
定休日/なし



24 ます寿し作り

福野

寿司といえば富山! 富山の名産ますの寿しを作ってみましょう。



8月31日(日)
9月 7日(日) } 10:00~11:00
9月14日(日)

- 会場/平ら寿し本舗 ●定員/20名
- 材料費/2,400円
- 講師/高桑 崇

平ら寿し本舗 ☎0763-23-1322

所在地/野尻359
受付/平日8:30~14:30 土日祝日8:30~15:00
定休日/1月1日



25 伝統的な織機に触れてみよう:)

福光

!織った布は持ち帰られません!
織機に触れたい織ってみたい人向け。



9月6日(土) 13:00~15:00

- 会場/ゲストハウス絲
- 定員/2名または1組
- 講師/加藤 めぐみ



ゲストハウス絲 ☎070-4390-3638

所在地/福光6224-2 受付/10:00~16:00
定休日/月~木曜日



26 秋野菜をプランターで育てよう

福野

秋野菜をプランターで育ててみませんか?
栽培のポイントをお教えします。



9月6日(土) 13:30~14:30

- 会場/橋爪園芸
- 定員/5名
- 材料費/1,500円(野菜苗、プランター、培養土)
- 持ち物/軍手
- 講師/橋爪 央樹



橋爪園芸 ☎090-4746-3899

所在地/野新142 受付/8:00~18:00 定休日/不定休

27 失敗しない味噌づくり

井波

大豆と麴で本格的な味噌を作ります。
麴たっぷりの甘い味噌を育ててみましょう。



9月7日(日)
8日(月) } 10:00~

- 会場/life cafe cattle
- 定員/2名または1組
- 材料費/3,000円(大豆、米麹、塩、発酵用袋)
- 持ち物/エプロン ●講師/高畑 洋子



life cafe cattle ☎0763-82-5878

所在地/井波1077-4 受付/10:00~20:00
定休日/水曜日



28 カラー筆ペンでカラフルのしを作ろう

福野

色鮮やかなカラー筆ペンで、のし紙に貴方の気持ちを書いてみましょう。世界で一つのオリジナルのしを作ります。



9月12日(金)
15日(月・祝) } 14:00~15:30
19日(金)

- 会場/有片山酒舗 ●定員/4名
- 材料費/500円(カラー筆ペン1本(赤)、のし紙 他)
- 対象/小学生以上 ●講師/片山 明



お酒とギフト かたやま 有片山酒舗

☎0763-22-2233 ※受講日一週間前までにお申込み下さい

所在地/福野1592
受付/8:00~19:00(日曜・祝日は17:00迄) 定休日/毎週水曜日



29 かんたんクッキング

城端

電子レンジを使って時短で出来るレシピをご紹介します。一緒に使ってみませんか?



9月23日(火・祝)
14:00~16:00

- 会場/ネットワーク やまでん
- 定員/7名
- 材料費/800円
- 対象/どなたでもOK
- 講師/山根 美幸



ネットワーク やまでん ☎0763-62-0198

所在地/野田1330-3 受付/8:30~19:00
定休日/日曜日



30 続アズマダチ古民家再生見学

城端

アズマダチ古民家修復作業を見学できます。



7月20日(日) 10:00~11:00
以降随時お電話ください

- 会場/かけじく屋 上ッ森
- 定員/3名程度
- 持ち物/汚れてもいい服装・軍手・内ばき
- 講師/森下 登志美



かけじく屋 上ッ森 ☎0763-62-1288

所在地/上見201-2 受付/13:00~18:00
定休日/不定休(7/31-8/8は対応不能です)



きれい

健康

つくる

まなぶ

たべる

31 男の着物指南

城端

360日着物で暮らす店長がお教えるノウハウ。
まずは角帯をカッコ良く結んでみましょう。
ボディを使った着せつけ練習も可能です。



7月20日(日) 11:00~12:00
23日(水) 19:00~20:00
9月 7日(日) 18:00~19:00

- 会場/きよべ呉服店
- 定員/3名(女性も可)
- 持ち物/着物・角帯・腰紐等
- 講師/別宗流着付師 清部 一宗



きよべ呉服店 ☎0763-62-0227

所在地/城端499 受付/9:00~19:00 定休日/月曜日



32 携帯電話で、エンジョイライフ!! (初級編)

福光

スマホ教室開講!! 初級編実践形式で分かりやすく伝えます。LINEで繋がったり、PayPayでお買い物、Googleだって怖くない。



7月20日(日) }
27日(日) } 13:30~15:00
8月 3日(日) }

- 会場/デイサービス母笑夢
- 定員/5名
- 持ち物/携帯電話・筆記用具等
- 講師/松川 弘美



特定非営利活動法人 母笑夢 ☎090-1395-3321

(居宅介護支援事業所 母笑夢・デイサービス母笑夢)

所在地/遊部川原53 受付/8:00~16:30 定休日/土・日曜日

33 やりたいことの見つけ方

福光

やりたいことを見つけ、自分らしく生きる為に大切な考え方をシェアします。



7月20日(日) } 10:00~12:00
13:30~15:30

- 会場/polaris
- 定員/6名
- 持ち物/筆記用具
- 講師/北村 瞳



polaris ☎0763-77-3458

所在地/福光6835

受付/11:00~16:00 定休日/日・月・火・水曜日



34 5種のコーヒー飲み比べ

井波

5種類のコーヒー豆を飲み比べて自分好みの豆を見つけましょう。



7月20日(日) } 10:00~
21日(月・祝) }
8月 4日(月) }

- 会場/life cafe cattle
- 定員/5名
- 材料費/1,000円(コーヒー豆代)
- 講師/高畑 洋子



life cafe cattle ☎0763-82-5878

所在地/井波1077-4 受付/10:00~20:00

定休日/水曜日



35 やってみよう! 蛇口の修理

福野

ギュって締めないとポタポタ落ちるしずく…。実際に修理してみましょう。
緊急時の対応もお伝えします。



7月21日(月・祝) } 13:30~14:30
27日(日) }

- 会場/(有)石黒工業所
- 定員/2名または2組
- 講師/石黒 公一



(有)石黒工業所 ☎0763-22-2374

所在地/福野1682 受付/8:30~17:00

定休日/土・日曜日、祝日



36 ボードゲームで遊んでみよう♪

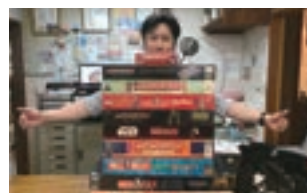
福光

知育に脳トレにコミュ力UPに! 親子で参加大歓迎です。



7月21日(月・祝) } 13:30~
8月 3日(日) } 15:30
9月15日(月・祝) }

- 会場/法林寺温泉
- 定員/4名
- 対象/小学生以上
- 講師/中川 良一



法林寺温泉 ☎0763-52-4251

所在地/法林寺4944 受付/8:00~21:00 定休日/元日



37 見る、触れる、感じる民藝 vol.2

城端

泊まれる民藝館、杜人舎にて建物の成り立ちや民藝の数々と一緒に味わう第2回目。



7月21日(月・祝)
10:30~11:30

- 会場/杜人舎
- 定員/8名程度
- 講師/伊豆 牧子



杜人舎 ☎0763-77-3732

所在地/城端405 受付/11:00~17:00

定休日/水・木曜日



38 家どーする?

福光

自宅の処分検討を自らやってみた! 考えている方に実体験を伝えます。



7月23日(水) } 10:00~12:00
8月20日(水) }
9月17日(水) }

- 会場/合同会社株坂商事
- 定員/2組
- 講師/中川 宏



合同会社株坂商事 ☎090-7004-9603

所在地/松木147-1 受付/9:00~18:00

定休日/月・火・木・金曜日



39 簡単な家庭料理を作しましょう

福光

家庭料理を色どり豊かな食卓にしましょう。



7月24日(木) 10:30~14:00

- 会場／呉服まごさく
- 定員／6名または3組
- 材料費／500円
- 持ち物／エプロン
- 講師／高松 幸子



呉服 まごさく ☎090-2033-6603

所在地／徳成610 受付／8:30~19:00 定休日／なし

40 空からの瓦屋根や緑を見てみよう！



福野

ドローンを使って空から南砺市を見てみませんか？瓦の歴史など色々お話しします。違った視点で南砺市を見てみましょう！



7月26日(土)

8:30~11:00

8月28日(木)

8:30~11:00

- 会場／(株)柴田瓦工事
- 定員／2名または1組
- 持ち物／タオル・水筒(冷たい飲み物)・サングラス
- 講師／柴田 昌尚



(株)柴田瓦工事 ☎0763-22-1058

所在地／院林64-1 受付／8:00~18:00 定休日／日曜日

NEW

41 化石水晶鉱物不思議発見



福光

岩石割りをして化石を発掘体験を致します。不思議な鉱物もいっぱいあるよ。



7月26日(土) 10:00~11:00 15:00~16:00
13:30~14:30

- 会場／高道万石堂
- 定員／5名
- 材料費／0円(お土産品あり)
- 対象／小さなお子様は保護者同伴でお願い致します
- 持ち物／汚れてもいい服装、軍手
- 講師／高道 梨恵



高道万石堂 ☎0763-52-0167

所在地／法林寺422-1 受付／9:00~18:00 定休日／なし

42 携帯電話で、エンジョイライフ!! (中級編)

福光

スマホ教室開講!! 中級編実践形式で分かりやすく伝えます。LINEで繋がったり、PayPayで買い物、Googleだって怖くない。



7月26日(土)

8月 2日(土)

9日(土)

13:30~15:00

- 会場／デイサービス母笑夢
- 定員／5名
- 持ち物／携帯電話・筆記用具等
- 講師／松川 弘美



特定非営利活動法人 母笑夢 ☎090-1395-3321

(居宅介護支援事業所 母笑夢・デイサービス母笑夢)

所在地／遊部川原53 受付／8:00~16:30 定休日／土・日曜日

NEW

43 パソコンで作曲・歌録音に挑戦!

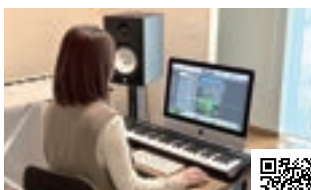
井波

オリジナル効果音制作♪orハナミズキを題材に歌のレコーディング体験♪



効果音制作 7月26日(土)・9月6日(土) } 13:30~15:00
歌録音 7月27日(日)・9月7日(日) } ※QRコードからお申し込みください。

- 会場／南砺DTM教室
- 定員／3~4名
- 持ち物／USBメモリ
- 講師／川縁 茜



南砺DTM教室
☎090-6941-9732

所在地／飛騨屋16 受付／13:00~20:00
定休日／月曜日、不定休



44 子育ての楽しみ方講座

福野

大人も子どもも笑顔になる! 年齢や個性に合わせた、子どもへの接し方のポイントをお伝えします。



7月26日(土) 14:30~15:30

8月30日(土) 10:00~11:00

- 会場／Funny's kitchen
- 定員／4名
- 講師／大河原 晴子



Funny's kitchen ☎0763-58-5123

所在地／布袋53-2 受付／11:00~15:00
定休日／日・月曜日

※公式LINEからもお申込みいただけます



45 お祭りに、自分で浴衣を着ませんか

井波

自分で浴衣が着れるようにお教えしますよ。帯結びもイロイロ覚えてみましょう。



7月27日(日) } 10:00
8月 3日(日) } ~11:00

- 会場／御着付処 月や
- 定員／5名
- 材料費／レンタルの場合1,000円(浴衣一式)
- 持ち物／浴衣、半幅帯、着付道具一式
- 講師／三谷 千津子



御着付処 月や ☎080-2961-1929

所在地／井波3036 受付／10:00~16:00
定休日／水曜日



NEW

46 イベント開催支援、挑戦によりそいます

城端

会場を利用しながら、ご自身がやりたい事業やイベントについて相談にのります。

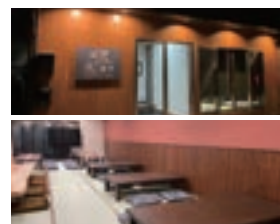


7月27日(日)

8月 3日(日)

14:00~15:00

- 会場／城端よりそい横丁
- 定員／1名
- 対象／イベントやワークショップ、事業を始めたい方
- 講師／佐藤 良介



城端よりそい横丁 ☎090-7746-1027

所在地／城端642-1 受付／19:00~24:00
定休日／月~木、日曜日



47 プチ養蜂体験♪

城端

気軽に養蜂体験♪生蜂蜜を搾り、蜂蜜の味比べで南砺の自然を体感しましょう。



7月27日(日) 14:00~15:00
8月 7日(木) 13:30~14:30

- 会場/art with nature めぐる
〒939-1684 南砺市小瀬見1380
- 定員/15名 ●材料費/1,000円(はちみつ味比べ、お土産はちみつ)
- 対象/小学生以上(未満は同伴者必要)
- 持ち物/髪を押さえる布、空きビン(講座終了後にはちみつ量り売り希望の方)
- 講師/松本 千尋

Honey&Cotton ☎080-3749-8728

所在地/城端100-3 受付/9:00~17:00 定休日/不定休



48 初めての金プラチナの地金取引講座

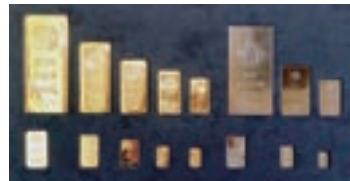
井波

徳力本店の取扱店の当店で、どう買う? どう売る? 税金は? のお話をします。



7月31日(木) }
8月 8日(金) } 10:30~11:30
22日(金)

- 会場/あづちや
- 定員/3名または2組
- 講師/河原 大祐



あづちや ☎0763-82-0366

所在地/本町3-48 受付/9:00~18:00 定休日/水曜日

49 初めての「スナック」を体験してみよう

福光

「スナック」ってどんな所でしょうかと思っている方に「初めてのスナック」を体験する講座です。



8月 1日(金) }
23日(土) } 19:00~
9月13日(土) } 19:45

- 会場/カラオケまんぷく
- 定員/5名
- 講師/竹中 良子



カラオケまんぷく ☎080-1951-6081

所在地/福光7426 受付/13:00~19:00 定休日/不定休

NEW
50

かんたん美文字レッスン

城端

誰でも簡単にくせ字が直る、美文字になるコツを学びましょう!



8月 1日(金) }
22日(金) } 13:30~14:30
9月 7日(日)

- 会場/お店横の母屋
- 定員/4名または2組
- 材料費/300円(テキスト・鉛筆代)
- 講師/堀田 蘭湖



らんらんパン ☎090-7599-1174

所在地/西明335 受付/13:00~18:00
定休日/月・水・木・土曜日



NEW
51

プランターで家庭菜園教室

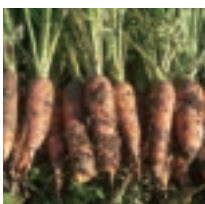
城端

ツチカラの自然培養土あうわでプランターに人参をまきます。



8月2日(土) 9:30~12:00

- 会場/堆肥場 南砺市大鋸屋102 高桑酪農内
- 定員/10名
- 材料費/3,000円(不織布プランター、培養土、種代)
- 持ち物/軍手、飲み物、トイレはありませんので済ませてきてください。
- 講師/山崎 佑二郎



株式会社ツチカラ ☎050-8892-8228

所在地/立野原東426 受付/9:00~17:00
定休日/土・日曜日



52 東茶屋街散策を楽しみましょう

福光

伝統的な茶屋建築の佇まい、昔懐かしの雰囲気を感じましょう。



8月 2日(土) }
19日(火) } 10:15~
9月 7日(日)

- 会場/呉服まごさく
- 定員/3~4名または1組
- 持ち物/着物の場合は一式。着付もします。無料
- 講師/高松 幸子



呉服 まごさく ☎090-2033-6603

所在地/徳成610 受付/8:30~19:00 定休日/なし

53 手話で挨拶をしてみよう!

福光

「目で見ることば」と言われる手話。自分の指と腕を使ってことばを伝えてみよう!



8月2日(土) } 10:30~11:30
14:00~15:00

- 会場/福光タクシー
- 定員/1 講座あたり 5名
- 講師/武田 隆啓



福光タクシー(株) ☎0763-52-0002

所在地/荒木5322JR福光駅内 受付/9:00~18:00 定休日/なし

54 楽しく文字や絵を描きましょう!

井波

とっても楽しい己書の描き方を体験していただきます。



8月 3日(日) }
11日(月・祝) } 10:00~11:30
9月12日(金)

- 会場/やさしい癒しルーム
- 定員/4名または2組
- 材料費/1,000円(己書筆ペン付き)
- 講師/己書癒し道場師範 松井 翠麗



やさしい癒しルーム ☎090-6274-0358

所在地/五領28 受付/10:00~19:00 定休日/不定休



55 歩いて発見!まちゼミめぐり

城端

城端名所をまち歩きしながら、専門店でプチまちゼミ体験。どこを訪れるかはお楽しみのもミステリーツアー。



8月 6日(水) }
17日(日) } 14:00~15:30
9月20日(土)



- 会場/自分のお店から城端市街地商店街散策
- 定員/5名(子ども可)
- 持ち物/歩きやすい服装
- 講師/着物宅建士 清部 一夫

きよべ地所 ☎0763-62-0337

所在地/城端499 受付/9:00~19:00 定休日/月曜日



56 楽しもう!資産運用

福光

今年こそは投資をやってみようという方に。NISAについても説明します。



8月8日(金) }
9月5日(金) } 16:00~17:00



- 会場/しん証券さかもと 南砺支店
- 定員/5名 ●対象/投資初心者
- 講師/綾村 敬里

しん証券さかもと 南砺支店 ☎0763-52-1133

所在地/福光6956 受付/8:00~17:00
定休日/土・日曜日、祝日



57 トラック運送!? お仕事体験! 2025

福光

謎めいたトラック運送のお仕事について実際の積込作業や大型トラックの運転などを見学・体験してみよう!



8月9日(土) 10:00~11:30

- 会場/株新陸運輸
- 定員/4組
- 対象/保育園、幼稚園生(年中以上)小学生とその保護者(2名1組)
- 講師/古瀬 誠



(株)新陸運輸 ☎0763-52-7777

所在地/遊部411-3 受付/8:00~17:00 定休日/日曜日



NEW 58 メンズスタイリング講座

井波

5分以内にカッコよくキマるセットをレクチャーします!



8月10日(日)
18:00~18:30

- 会場/roi ●定員/4名
- 対象/男性 ●材料費/無料
- 持ち物/普段使用しているスタイリング材
- 講師/吉原 新



roi ☎0763-77-3040

所在地/本町3-20 受付/10:00~19:00 土日祝は9:00~18:00
定休日/月曜日、不定休



59 メンタルアップセミナー「免疫力と経済力」

福光

栄養素不足のセルフチェックと人生を支える「心・体・お金」の話。



8月21日(木) }
22日(金) } 14:00~15:00
23日(土)

- 会場/イメージアップ・スタジオ
- 定員/2名または1組
- 持ち物/講座近日の1日の食事内容 ●講師/一城 七色



イメージアップ・スタジオ ☎080-6369-3453

所在地/福光5330-16(元ヨネダ電気)
受付/14:00~18:00 定休日/不定休

60 フレーバーティを作ってみよう

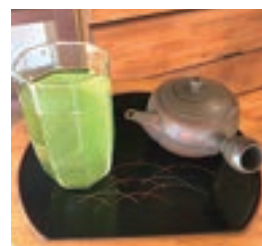
福野

いつものお茶を手軽に味変してみよう。



8月22日(金) 19:00~20:00
23日(土) 10:00~11:00
29日(金) 19:00~20:00

- 会場/沢崎茶舗
- 定員/5名または3組
- 材料費/500円(お菓子代)
- 講師/木下 和子



沢崎茶舗 ☎0763-22-2043

所在地/福野(横町)1775 受付/10:30~19:00
定休日/土曜日の午前中、日曜日

61 デコレーションケーキ作り体験

城端

スポンジに生クリームを塗るところから、飾り付けまで、自分だけのオリジナルケーキを作りませんか?



7月20日(日) }
27日(日) } 10:00~11:30

- 会場/ANGO安居 ●定員/5名または5組(10歳以下の児童は保護者の付き添いが必要)
- 材料費/2,500円(スポンジ生クリームなど(ケーキ5号サイズ))
- 持ち物/エプロン、帽子(三角巾)
- 講師/安居 範光



ANGO安居 ☎0763-62-0115

所在地/城端70 受付/10:00~19:00 定休日/月曜日



62 クラフトビールの試飲と工場見学

井波

南砺市の材料を使ったクラフトビールの試飲と、簡単な工場見学を行います。



7月21日(月・祝) 15:00~

- 会場/NAT.BREW
- 定員/5名
- 対象/20歳以上
- 材料費/1,000円(ビール試飲代)
- 講師/望月 俊祐



NAT.BREW ☎0763-77-3891

所在地/山見1721 受付/平日13:00~18:00 週末13:00~20:00
定休日/火・水・木・隔週日曜日



きれい

健康

つくる

まなぶ

たべる

63 よごし・いがら・かぶらずし



城端

前田藩の影響色濃い城端で、その食べ物
のルーツや今を知る。

7月23日(水)
8月21日(木)
9月17日(水) } 15:00~

- 会場/Au milieu de la vie
- 定員/6名または4組
- 材料費/2,000円(軽く食します)
- 講師/澤田 謙二



Au milieu de la vie ☎0763-62-2733

所在地/城端418-5 受付/8:00~22:00 定休日/不定休

64 親子(ペア~) マナーレストラン!!



城端

親子・ペア~で、今さら聞けないような
マナーについて知識アップ

7月26日(土)
8月31日(日)
9月13日(土) } 18:00~

- 会場/Au milieu de la vie
- 定員/6名または4組
- 材料費/3,000円
- 対象/親子大歓迎 ペア参加で是非
- 講師/澤田 謙二



Au milieu de la vie ☎0763-62-2733

所在地/城端418-5 受付/8:00~22:00 定休日/不定休

NEW

65 親子でサンドイッチ作り



城端

好きな具材を選んで、オリジナルサンド
イッチを作って食べよう!

8月20日(水) 11:00~

- 会場/sino. a Bagel dining
SHAREじょうはな織館内
- 定員/親子2組
- 材料費/2,500円 親子2名1組
(ベーグル・パン・具材・飲みもの)
- 対象/親子ペア ●持ち物/エプロン
- 講師/本元 綾子



メールまたは、QRコードより
メッセージをお願いします。



sino. a Bagel dining

E-mail:sinoabageldining@gmail.com

所在地/城端648-1 受付/11:00~18:00 定休日/月・火曜日

@SINOABAGEL_TOYAMA

受講された方の
感想



専門の方の知識を
得られた。知らな
かったことを知る
ことができた。



孫たちと楽しく
作れて良かった
です。夏休みの
思い出になりました。

初めての体験でしたが、
とても楽しく和気あいあ
いと良い作品が作れまし
た。あんまり工作は得意
じゃないけど今回受けて
好きになりました。

小人数で先生がすぐ近く
におられ、初めてだった
が上手くできました。大
満足です。とても楽しく
体験ができました。

久しぶりに自分
の時間がもてて
よかった。

夏休みに親子で
楽しむのにちょ
うよかった。

トラックに乗せて
いただけて感激で
した。子供も楽し
そうでした。

身近なものを自
分で直せて大満
足、ネットで調
べるよりわかり
やすかった。



子供の笑顔が見れて良
かった。いつもと違う
姿が見れました。

パワフルな先生で
元気をいただきました。今後の生活
に生かしていきたいです。

小6の娘が夢中
になって作業してい
ました!



以前より来たい
と思っていた。
今回、来店する
いいきっかけに
なった。



開催日カレンダー

7月

月	火	水	木	金	土	日
7	8	9	10 各講座 受付開始	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20 1 2 30 31 32 33 34 61
21 海の日 9 34 35 36 37 62	22 3	23 4 5 6 31 38 63	24 39	25 10	26 3 9 11 40 41 42 43 44 64	27 14 32 35 43 45 46 47 61
28 5 6	29 7	30 3	31 8 15 48	8/1 3 12 16 49 50	2 1 16 17 42 51 52 53	3 9 32 36 45 46 54

8月

月	火	水	木	金	土	日
4 3 18 34	5 18	6 5 6 19 55	7 3 14 15 47	8 20 48 56	9 11 20 21 42 57	10 2 12 22 58
11 山の日 54	12	13 19	14	15	16	17 55
18 4	19 5 52	20 19 38 65	21 1 8 15 59 63	22 48 50 59 60	23 10 17 49 59 60	24
25	26 22	27 23	28 4 40	29 7 60	30 44	31 24 64

9月

月	火	水	木	金	土	日
1	2 1	3	4 8 14	5 56	6 10 11 23 25 26 43	7 23 24 27 31 43 50 52
8 27	9 22	10	11 5	12 12 28 54	13 49 64	14 24
15 敬老の日 28 36	16	17 38 63	18 13	19 28	20 55	21
22	23 秋分の日 29	24	25	26 7	27	28

開催店MAP

● きれい ● 健康 ● つくる ● まなぶ ○ たべる



お問い合わせ

南砺市商工会 福光事務所
☎0763-52-2038 〒939-1635 南砺市福光7336-4

主催 南砺市商工会

後援 南砺市

フェイスブックでも
情報発信しています！

f なんともちゼミ
で検索！

