

《 第11回 》

とくまるゼミナール

まちのプロに習う



15 フラワーショップふれりあ パーパリウム作り講座

2017 8/21(月) >>> 9/20(水)



期間中、豊岡市(一部八鹿町)の37店舗がミニ講座を開きます



主催/まちゼミ実行委員会 お問い合わせ tel.0796-42-4751(豊岡市商工会内)
共催/豊岡市商工会 後援/豊岡市・豊岡市教育委員会
平成29年度ひょうごまちおこし支援事業



What's

とくまるゼミナール

得する、街のゼミナール。略して「とくまるゼミナール」は豊岡市(一部八鹿町)にあるお店のオーナーやスタッフが講師となり、プロならではの専門的な知識や、情報を無料で受講者(お客様)にお伝えする講座です。

「とくまる」の特徴



受講料 無料
講座の内容によっては材料費がかかる場合がございます



少人数勢
2~15人



講座中、販売や営業活動は行いません

お申し込み方法

①講座を選ぶ

当パンフレットの全39講座から受講したいものをお選びください。

②申し込む

お店へ直接お電話で申し込み。「とくまるゼミの申し込みです」とお伝えください。

③参加する

受講当日、時間、場所をお間違いないようにご参加ください。材料費、教材費がかかる講座はお店にお支払いください。

ご注意点

- 定員になり次第締め切らせていただきます。 ●お申し込みは各店の受付時間内をお願いします。
- 小学生以下は保護者同伴での参加をお願いします。
- お申し込み後のキャンセルは、材料費を没収する場合がございます。

講座出店店舗一覧

作る

1. アグリガーデン
2. ビスタチオプロジェクト
3. かじか窯
4. かばん工房 遊靴
5. 神鍋石材 株式会社
6. 株式会社 絆工房
7. 文森堂
8. 株式会社 村上建設
9. 10. ASA江原まるにし
11. 川崎仏光堂
12. 有限会社 うりた重機興業
13. 有限会社 河西ふとん店
14. 15. フラワーショップふれりあ

学ぶ

16. イガキフォトスタジオ&Photo cafe
17. ゼロの学校
18. 城崎温泉但馬牛専門店
いろりダイニング三國
19. おおきた石材店
20. コムサポートオフィス
21. 有限会社 花房商店
22. ONE Point.
23. ネットショップあるまま
24. 一般社団法人 CROSS
25. クロスフィールドパラグライダーズスクール
26. 海の家 メリ Adventure Tours
27. NPO法人 コミュニティ日高
28. フォレストアドベンチャー・奥神鍋
29. 株式会社 マルマツスポーツ

料理

30. オーベルジュ豊岡1925
31. SWEETS & DINER ブティ・バ
32. 麵屋 繁千葉 ~SENKA~
33. おいしい豆腐軒武の里 まめcafe
34. タベルナ サクハタ
35. 高砂

キレイになる

36. ナリス化粧品
みず groupデアイム豊岡
37. NAILSALON R
38. はま鍼灸整骨院
元気の素デイサービス
39. KCSセンター八鹿

作る

4 革製！大人スマホケースを作ろう



自分のスマホ、アイフォンに合わせて
オリジナル革製ケースを制作しよう。
たくさんの革の中から、外・内の
両面自由に選べ、名前も入ります。

8月21日(月)～26日(土)
14:30～17:30

対象／どなたでも 講師／店スタッフ
会場／自店 募集人数／各4名
材料費／5,000円 持ち物／スマホカバー(プラスチック製)

かばん工房 遊靴

豊岡市出石町内町76-5
定休日／不定休

ご予約はこちら
tel.0796-52-5055 (10:00～16:00)

8 ピカピカの泥ダンゴを作ろう



みがいてみがいてみがいて、泥ダン
ゴをピカピカにしてみよう!!
色つけもできるよ。

①8月26日(土)
11:00～12:00

対象／小学生 講師／宮崎品之
会場／自店 募集人数／各10名 材料費／300円
持ち物／汚れてもいい服装でご参加ください

株式会社 村上建設

豊岡市日高町中26-1
定休日／土・日・祝

ご予約はこちら
tel.0796-42-0900 (9:00～17:00)

12 乗ろう！描こう！ショベルカー



夏休みの思い出に、絵日記や絵画、
布バッグにショベルカーの絵を描きま
せんか？詳しくは「土組」のHPをご
覧ください。www.tsuchikumi.com

8月21日(月)～25日(金)
10:00～11:30

対象／お子さま 講師／土組スタッフ 会場／自店
募集人数／各5名 材料費／500円(布バッグ希望の方のみ)
持ち物／絵日記や絵画に必要な道具 ※習字対策もお願いいたします

有限会社 うりた重機興業

豊岡市日高町野々庄766-18
定休日／土・日・祝

ご予約はこちら メールでも可
tel.0796-21-4525 (9:00～17:00)
メール info@tsuchikumi.com

11 ヘンプアクセサリ作り体験



麻ひも(ヘンプ)のナチュラルでオ
シャレなアクセサリ作り。当店の
ケーキとドリンクを味わいながら楽し
く作りましょう。

①9月5日(火) ②9月12日(火)
14:00～16:00 14:00～16:00
③9月19日(火) ④9月26日(土)
14:00～16:00 14:00～16:00

対象／どなたでも 講師／店スタッフ 会場／自店
募集人数／各6名
材料費／2,000円(材料代、ケーキ、ドリンク代)

アグリガーデン

豊岡市日高町太田159-10
定休日／不曜

ご予約はこちら
tel.0796-45-0806 (11:00～15:00)

5 石の表札をつくりませんか？



御影石に自分で文字を書き、カッ
ターナイフでなぞります。あとは磨
きのスタッフがプロ仕様仕上げてま
す。

①8月25日(金) ②8月29日(火)
13:30～15:00 13:30～15:00

対象／小学生、中学生とそのご家族 講師／店スタッフ
会場／自店 募集人数／各6名 材料費／3,000円(石、ゴムシート、保険代)
持ち物／市販のカッターナイフ、ボールペン、軍手 汚れてもいい服装をお願いします

神鋼石材 株式会社

豊岡市日高町岩中501-1
定休日／なし(8/13～16は休み)

ご予約はこちら
tel.0796-42-0054 (9:00～17:00)

9 新聞エコバッグ教室 初級編



読み終えた新聞をどうしていますか？
古新聞を活用して初心者でも作れる
地球に優しいエコバッグの作り方を
お教えします。

①8月21日(月) ②8月28日(月)
14:00～15:00 14:00～15:00
③8月30日(水) ④9月6日(日)
10:00～11:00 10:00～11:00

対象／どなたでも 講師／店スタッフ
会場／自店 募集人数／各3名
材料費／0円

ASA江原まるにし

豊岡市日高町日高115-6
定休日／土・日・祝・不定休

ご予約はこちら
tel.0796-42-0240 (9:00～17:00)

13 マイザブ作ってみませんかⅡ



「見て」「さわって」盛りだくさんのザ
ブト。伝統の職人技で作ってみま
せんか？あなたに伝授します。
※ザブトのサイズ／約55×59(cm)

①8月24日(木) ②9月7日(木)
10:30～12:00 10:30～12:00

対象／主婦(お子さま連れ可) 講師／店職人
会場／自店 募集人数／各2名
材料費／1,500円(綿、生地、糸、伝統技法) 持ち物／マスク

有限会社 河西ふとん店

豊岡市日高町祢布998
定休日／なし

ご予約はこちら
tel.0796-42-5228 (9:00～18:00)

2 お洒落アクセサリを作ろう



今話題の「レジン」または「ミサンガ」
のどちらかを選択。自分だけのと
っておきのアクセサリを作ろう。
夏休みの工作の宿題にもオススメ!

①8月22日(火) ②8月24日(木)
③8月29日(火) ④8月30日(水)
⑤9月13日(水) ⑥9月14日(木)

対象／お子さまから大人まで 講師／辻井晴規、石美 会場／ワークシアター 募集人数／各10名
材料費／500円(糸、パーツ代など) 持ち物／はさみ

ビスタオブジェクト

豊岡市日高町岩中40-3
定休日／不定休

ご予約はこちら
tel.070-5342-9308 (10:00～17:00)

6 手洗いが楽しいスイーツタオル



手洗いが楽しくなるスイーツタオル
を親子で作ってみませんか？好きなス
イーツシートをハサミでチョキチョキ。
思わず食べたくなります。

①9月2日(土)
10:00～12:00
13:00～15:00

対象／小学生 講師／店スタッフ 会場／自店
募集人数／各8名 材料費／0円

株式会社 絆工房

豊岡市日高町浅倉243
定休日／土・日・祝

ご予約はこちら
tel.0796-43-2880 (9:00～17:00)

10 新聞エコバッグ教室 中級編



お馴染みの新聞エコバッグ教室の中
級編です。ちょっとおしゃれでちょ
っとカワイイ新聞エコバッグの作り方
をお教えします。

①9月4日(月) ②9月12日(火)
14:00～15:30 14:00～15:30
③9月20日(水) ④9月27日(日)
10:00～11:30 10:00～11:30

対象／どなたでも 講師／店スタッフ
会場／自店 募集人数／各3名
材料費／0円

ASA江原まるにし

豊岡市日高町日高115-6
定休日／土・日・祝・不定休

ご予約はこちら
tel.0796-42-0240 (9:00～17:00)

14 エアープランツで箱庭を作ろう！



不思議なわい植物「エアープランツ」
で自分だけの箱庭を作りませんか？
土も水も要らない超簡単植物！
アレンジ自在!

①8月23日(水) ②8月27日(日)
③9月12日(火) ④9月14日(木)

対象／小学生～ご年配の方、男性の方歓迎！ 講師／店スタッフ 会場／自店 募集人数／各8名
材料費／2,500円(エアープランツ2コ、雑貨、木の実、木枠代)

フラワーショップふれりあ

豊岡市日高町祢布988
定休日／木曜

ご予約はこちら
tel.0796-42-3366 (10:00～19:00)

3 マイカップを作ってみませんか？



染紙を貼ったり絵を描いたり、自
分だけの模様をつけ、自分の手に
あった形に成形。毎日使えるものに。
お渡しは1ヶ月後。

①8月21日(月) ②8月26日(土)
10:00～12:00 10:00～12:00
13:00～15:00 13:00～15:00

対象／お子さまからご年配の方まで 講師／小田和かすみ(陶芸家) 会場／自店
募集人数／各6名 材料費／1,000円 持ち物／エプロン、手ぶきタオル

かじか窯

豊岡市日高町観音寺671
定休日／不定休

ご予約はこちら
tel.090-6828-4251 (10:00～18:00)

7 スクラップブック作り



色んな材料を使って楽しくレイアウト
した手作りアルバム。
思い出がたくさん詰まった自分だけ
のスクラップブックを作ろう!

①9月5日(火) ②9月14日(木)
13:00～15:00 13:00～15:00

対象／どなたでも 講師／村上 沙与理 会場／自店 募集人数／各6名
材料費／500円(色紙、折り紙、画用紙、マスキングテープ代)
持ち物／写真(1～3枚)、ハサミやノリ、使いたい材料などあればご持参ください。

文森堂

豊岡市日高町日高22-5
定休日／なし

ご予約はこちら
tel.0796-42-1392

11 天然石を使ったブレスレット作り



数十種類ある天然石を使ってオリジナ
ルのブレスレットを作ってみませんか？

①9月3日(日) ②9月5日(火)
14:00～15:30 14:00～15:30

対象／どなたでも 講師／川崎尚宏
会場／自店 募集人数／各4名
材料費／1,000円(天然石、シリコンゴム代) 持ち物／必要な方は老眼鏡

川崎尚光堂

豊岡市日高町分寺237-2
定休日／水曜

ご予約はこちら
tel.0796-42-0722 (9:00～18:00)

15 超話題！ハーバリウムを作ろう



不思議な液体に浮遊する花として注目の植
物標本「ハーバリウム」を作ってみませんか？
お部屋のインテリアや贈り物に最適です。

①8月29日(火) ②9月6日(水)
③9月10日(日) ④9月16日(土)

対象／どなたでも 講師／店スタッフ 会場／自店 募集人数／各5名
材料費／2,200円(ガラス花瓶、専用オイル、ドライ・プリザードフラワール代)

フラワーショップふれりあ

豊岡市日高町祢布988
定休日／木曜

ご予約はこちら
tel.0796-42-3366 (10:00～19:00)

学



119 プロが教えるお墓掃除のポイント



ホームセンターで売っているものでお墓掃除。専門的な道具は必要ありません。お墓をきれいに、という気持ちだけでお持ちください。

11月3日(日)
10:30-12:00

対象/お墓の掃除でお困りの方
講師/お墓ディレクター1級 大北和彦 会場/コミュニティセンター
募集人数/各7名 材料費/500円 持ち物/汚れてもいい服装でお越しください

おおきた石材店
豊岡市野上342
定休日/なし

ご予約はこちら
tel.0796-22-3594 (8:00-18:00)

123 子どもとスマホの安全チェック



よく耳にするSNSの乗っ取り。色々面倒だし、大丈夫だろうと油断した結果がもたらします。しまつた!と後悔する前に。

11月22日(火) 11月29日(火)
14:00-15:00 14:00-15:00
大勢でお申し込みの場合はお問い合わせください

対象/小中学生とそのご家族
講師/清水 寛 会場/自店
募集人数/3組各6名 材料費/0円 持ち物/スマートフォンなど

ネットショップあるまま
豊岡市日高町日置104-6
定休日/日・祝

クーポン券 PCなどで30分程度 ※要予約、要申込
ご予約はこちら
tel.0796-42-5604 (9:00-18:00)

126 竹野へGO! ジオカヌー体験



透き通る海。爽やかな風を遊びながら竹野の海の豊かさを感じよう!

11月6日(水) 11月13日(水)
11月20日(水)
どの日も時間/14:30-15:30

対象/小学4年生以上 講師/店スタッフ
会場/自店 募集人数/各5名 材料費/1,000円(保険代、レンタル料)
持ち物/帽子、マリンシューズ、ぬれてもいい服装、着替え ※日焼け対策をお願いします

海の家 メリ Adventure Tours
豊岡市竹野町切浜1048
定休日/不定休

ご予約はこちら
tel.090-3355-4047 (9:00-18:00)

116 いいね!を増やそうブツ撮り講座



SNSなどに投稿する写真をランクアップしませんか?
撮りたい物(商品)を持ってきてください。ランチ付きです。

11月4日(月) 11月11日(月)
11:00-13:00 11:00-13:00

対象/どなたでも(事業者大歓迎!)
講師/フォトグラファー井垣 亮、真紀 会場/自店 募集人数/各4名
材料費/1,000円(カレーランチセット代) 持ち物/カメラ(スマートフォン)、撮りたい物

イガキフォトスタジオ&Photo cafe
豊岡市城崎町湯島620-2
定休日/月曜

ご予約はこちら
tel.0796-32-4151 (9:00-18:00)

120 インスタグラムの使い方 超入門編



登録したものの、使いこなせてないと感じている事業者向けにInstagramの基本的な使い方と、ビジネス活用法をお伝えします。

11月24日(木) 11月13日(水)
19:30-20:30 19:30-20:30

対象/どなたでも 講師/花浜 浩
講師/今井 ひとみ 会場/FLAP TOYOOKA(豊岡じばさんセンター5F)
募集人数/各8名 材料費/200円(会場使用費、資料代) 持ち物/スマートフォン

コムサポートオフィス

豊岡市小田井町5-3 フラツオタイ201号室
定休日/なし

ご予約はこちら
tel.0796-24-3139 (10:00-17:00)

117 ロボットプログラミング教室



ブロックを組み立て、プログラムで動かしたり音を鳴らしたり。
SONYの最新教育玩具ロボット・プログラムキットKOOVJで遊びませんか。

11月22日(火) 11月29日(火)
15:00-17:00 15:00-17:00

対象/お子さま(小学生以上)、付添いの大人も可
講師/千場 康行 会場/自店
募集人数/各3名 材料費/0円

ゼロの学校
豊岡市寿町7-3 コトキ荘
定休日/月曜

ご予約はこちら
tel.050-5308-7929 (10:00-21:00)

121 なるほど!醤油工場見学



花房醤油の工場見学です。原料から製品ができるまでをわかりやすくご紹介。搾りたて生醤油の体験も!
(親子での参加も歓迎!)

11月1日(金) 11月3日(日)
10:00-11:30 10:00-11:30
11月8日(金)
13:30-15:00

対象/どなたでも 講師/花房 浩
会場/花房醤油工場(豊岡市竹野町竹野21)
募集人数/各8名

有限会社 花房商店

豊岡市竹野町竹野375 ※会場は別
定休日/日・祝

クーポン券 1,000円以上お買い上げの方に2名までプレゼント!
ご予約はこちら
tel.0796-47-0003 (9:00-18:00)

124 ブレイクダンス ワークショップ



基本のステップを中心に体験していただきます。かっこよく踊れるようになってみませんか? 身体のコントロールもうまくなりますよ。

11月24日(木) 11月1日(金)
※お子さまのみ
11月8日(金)
どの日も時間/14:00-15:00

対象/小学生以上のお子さま、大人(女性)
講師/山下 卓史
会場/ワークピア日高 募集人数/お子さま10名、大人5名
材料費/お子さま500円、大人1,000円(会場費) 持ち物/飲み物、運動靴、動きやすい服装

一般社団法人 CROSS

豊岡市城南町9-22
定休日/なし

ご予約はこちら
tel.080-5319-7380 (10:00-19:00)

128 レッツ!フォレストアドベンチャー



フランス発祥のアドベンチャー!自然共生型アウトドアをみんなで一緒に体験してみませんか? 全5コースの中の1コースを体験します。雨天決行。見学OK。

11月3日(日) 11月4日(月)
11月10日(日)
どの日も時間/9:00-10:00

対象/身長140cmまたは小学4年生以上
体重130kgまでの方 講師/マネージャー坂田 高治、アシスタントマネージャー坂田 会
会場/自店 募集人数/各15名 材料費/1,000円(保険代など)
持ち物/運動靴、着替え、少し汚れても良い服装でお越しください

フォレストアドベンチャー・奥神網

豊岡市日高町山田690
定休日/なし

ご予約はこちら
tel.070-2301-9531 (8:30-18:30)

118 但馬牛の秘密を知る大人の勉強会



とくまる限定企画!
但馬牛の秘密を学び、三國でしか味わえない最高級但馬牛コース料理に舌鼓。通常価格の40%オフ&先着10名!

11月27日(日) 11月7日(木)
18:00-20:30 18:00-20:30
11月10日(日)
18:00-20:30

対象/中学生以上 講師/田岡 聖司
会場/自店 募集人数/各10名
材料費/5,000円(但馬牛肉他食材代)
※ドリンク代は別料金。4名以上で催行。集合は10分前をお願いします。

城崎温泉但馬牛専門店 いろりダイニング三國

豊岡市城崎町湯島219
定休日/水曜

ご予約はこちら
tel.0796-32-4870 (8:00-20:00)

122 趣味&仕事に!使えるアプリ紹介!



今やスマホやタブレットを触らない日はないですね。趣味に仕事に、お役立ち面アプリの情報交換をしましょう。

11月9日(土) 11月16日(土)
18:00-20:00 18:00-20:00
※Zoom専用 ※ビジネス専用

対象/個人、ビジネスマン
講師/店スタッフ 会場/自社 募集人数/各5名
材料費/0円 持ち物/スマホ、タブレット等(OSに依る)

ONE Point.

豊岡市日高町奈佐路739-13 2F
定休日/日・祝

ご予約はこちら
tel.0796-20-4103 (10:00-15:00)

125 パラグライダー飛行体験



小さなお子さま(小学生以下)を対象にした子ビッコ体験飛行。分りやすい説明で安心して参加していただけます。

11月22日(火) 11月23日(水)
11月28日(月) 11月29日(火)
11月7日(木) 11月13日(水)
どの日も時間/9:30-11:00

対象/お子さま 講師/辻野 吉昭
会場/自店 募集人数/各5名
材料費/1,000円(保険代、入山料) 持ち物/タオル、帽子等 ※日焼け対策をお願いします

クロスフィールドパラグライダースクール

豊岡市日高町名色1392
定休日/不定休

ご予約はこちら
tel.0796-45-1390 (8:00-20:00)

129 ツインポール®で美ボディ目指そう♥



2本のポールを使ってウォーキング&筋トレ&ストレッチング。楽しく美しくウォーキングしながら美ボディを目指しましょう。

11月31日(木) 11月16日(土)
19:30-20:30 19:30-20:30
11月19日(火)
9:30-10:30

対象/運動不足を感じておられる方
講師/Twinpole Revolution® インストラクター 橋本 和加子
会場/自店 募集人数/各5名 材料費/300円(傷害保険、レンタルボール代)
持ち物/スポーツドリンクなどの水分、動きやすい靴と服装、タオル等

株式会社 マルマツスポーツ

豊岡市日高町国分寺400-30
定休日/水曜

ご予約はこちら
tel.0796-42-0015 (9:30-19:30)

料理



33 簡単！おとうふスイーツ講座



おとうふ嫌いでもイケちゃうかも!?
おとうふのムースや蒸しパンなど、
子ども好きなスイーツの作り方を
教えます♪

①9月8日(金) ②9月15日(金)
15:00-16:30 15:00-16:30

対象/どなたでも
講師/まめcafe 神崎裕子 会場/自店
材料費/500円(コーヒー、試食付き)

おいしい豆腐蘇武の里 まめcafe

豊岡市日高町松岡8-6 ご予約はこちら
tel.0796-20-3825 (13:00-18:00)
定休日/日・月

キレイに



39 美と健康★女性のための姿勢教室



猫背、O脚、ぽっこりおなか、肩こり、
めまい、頭痛など、姿勢をよくする
ことであなたの未来が変わるかも!?
姿勢の専門家がお教えます。

①8月23日(水) ②8月26日(土)
10:00-11:00 13:30-14:30
18:30-19:30 16:00-17:00

対象/女性 講師/姿勢科学士 柳木 菜理子
会場/自店 募集人数/各6名 材料費/300円(お菓子、ドリンク代)
持ち物/笑しく健康になりたい気持ち

KCSセンター八鹿

養父市八鹿町下堀場348-1 ご予約はこちら
tel.079-662-7585 (9:20-20:00)
定休日/水・日・祝

30 シェフ直伝!「おもてなし料理」



※写真はイメージです
一品を華やかに! プロの技が光る家庭
のできるオードブルと、野菜を使った
焼き菓子の2品をシェフが伝授します。
来客時にも役立ちますよ。

①9月11日(月)
11:00-14:00
(10分前にお集まりください)

対象/どなたでも
講師/店シェフ 会場/自店
募集人数/各10名 材料費/2,000円

オーベルジュ豊岡1925

豊岡市中央町11-22 ご予約はこちら
tel.0120-210-289 (10:00-20:00)
定休日/不定休

34 美味しいホワイトソースを作ろう



グラタンやシチュー、パスタソース
にまで応用がきくホワイトソース。
美味しくなるちょっとなコツをシェ
フが伝授します。

①9月6日(水)
10:00-12:00

対象/どなたでも
講師/足立幸二 会場/自店 募集人数/各6名
材料費/1,000円(試食、ホワイトソースのお土産付き) 持ち物/筆記用具

タベルナ サクハタ

豊岡市日高町岩中199-1 ご予約はこちら
tel.0796-20-4365 (15:00-17:00)
定休日/水曜

36 1本で顔もかかともキレイに♡



1本で顔もかかとも綺麗になれる化
粧水の使い方。セルフフットマッ
サージュの練習。アロマバスボム作り。
化粧水とボムお持帰し頂けます。

①8月25日(金) ②9月4日(月)
10:00-11:30 10:00-11:30
13:30-15:30 13:30-15:30

対象/女性
講師/豊田みず(日本エステティック協会認定エステティシャン) 会場/自店
募集人数/各4名 材料費/3,000円(化粧水&コットン2,484円分、バスボム材料代)
持ち物/タオル・手拭き・霧吹き ※贈り物までのマッサージュがしやすい服装でご来店ください

ナリス化粧品 るすgroupデアム豊岡

豊岡市立野町4-31 (Glas J'sさま隣り) ご予約はこちら
tel.090-7343-8011 (10:00-18:00)
※併設の中心で受講いただける、特約はこちらからお願いいたします



このマークのある講座は「お子さま向け」

クーポン有

「とくまるクーポン」有りの表示

「とくまるクーポン」は、とくまるゼミナール参加者だけに受講の際
お渡しているクーポンです。
当パンフレットの「クーポン有」の店舗でご使用いただけます。
お問合せは実行委員会まで。

31 夏にスイーツな思い出をDIY



プティパ名物?! スイーツランクを
作ってみませんか? 実はスイーツラ
ンクはDIY。夏の思い出にいかがで
すか?

①8月29日(火) ②9月5日(火)
15:00-16:30 15:00-16:30

対象/女性(お子さまも可)
講師/店スタッフ 会場/自店 募集人数/各4名
材料費/1,000円(ランク材料、スイーツ、ドリンク代)

SWEETS & DINER プティ・パ

豊岡市中央町10-1 ご予約はこちら
tel.0796-23-1723 (10:00-15:00)
定休日/日曜・祭・月曜

35 できる男は料理もできる!



夏はBBQなど、男性が料理をする
機会が増えます。奥様や、子どもた
ちに素敵なお客さんを見せましょう。
(魚肉夏野菜を調理予定)

①8月24日(木) ②8月31日(木)
20:00-21:00 20:00-21:00

対象/男性限定
会場/自店 募集人数/各5名
材料費/600円 持ち物/エプロン、三角巾

高砂

豊岡市日高町日置112 ご予約はこちら
tel.0796-42-0255 (11:00-17:00)
定休日/不定休

37 フットネイルアート体験



自分ではできないプロのネイルア
ートを体験しませんか? 素足になる季
節を可愛いネイルアートで気分を
上げましょう。※体験は足の指2本

①9月3日(日) ②9月4日(月)
10:00-12:00 10:00-12:00

対象/女性
講師/高尾 里恵子(JNA認定講師) 会場/自店
募集人数/各4名 材料費/500円 持ち物/飲み物

NAILSALON R

養父市八鹿町宿南2320-1 ご予約はこちら
tel.090-2355-6336 (9:30-18:00)
定休日/火曜・その他

32 お家でもつくれる本格ラーメン



インスタントラーメンのスープをアレ
ンジして本格的に。トッピングの焼
豚を簡単につくるコツも教えます。

①8月24日(木) ②8月26日(土)
③9月2日(土) ④9月9日(土)

どの日も時間/15:00-16:30

対象/女性限定(親子でご参加可)
講師/店スタッフ 会場/自店 募集人数/各4名
材料費/1,000円(ラーメン1杯、ソフトドリンク1杯付き) 持ち物/エプロン

麺屋 繁千葉 ~SENKA~

豊岡市中央町10-20 ご予約はこちら
tel.090-8197-0576 (9:00-11:30)
定休日/火・日

38 女性のための酵素ジュース講座



ダイエット・婚活・アトピーについ
ての知識をお伝えしながら、ブドウ
のミネラル酵素ジュースを作ります。
ブドウ提供: 田中農園

①9月3日(日) ②9月10日(日)
10:00-12:30 10:00-12:30
14:00-16:30 14:00-16:30

対象/ダイエット・アトピー・婚活に興味ある女性
講師/小児アトピー・不妊・鍼灸師 田中宏幸 会場/元気の素デサービス(旧八鹿映画館)
募集人数/各8名 材料費/3,000円(ブドウ、酵素専用ボトル、てん菜砂糖、ミネラル代)

はま鍼灸整骨院・元気の素デサービス

養父市八鹿町八鹿1808-1 ご予約はこちら
tel.079-665-8004 ①8:00-12:30
定休日/土(午後)・日・祝 ②14:30-19:00

とくまるゼミナール

加盟店大募集!

「とくまるゼミナール」は、お店や事業所の方が講師となっ
てお客様に専門知識を無料で提供する取り組みです。
地域のお客様とのコミュニケーションがとれ、信頼関係を
築ききっかけ作りになります。ぜひご参加ください。

講座の企画のご相談もお気軽にどうぞ。

まちゼミ実行委員会(豊岡市商工会内) tel.0796-42-4751

