

第6回

とくまるゼミナール

お店の人が教えてくれる
知って得する体験教室



30講座
受講料
無料!

開催期間 **3月20日(金) ▶ 4月19日(日)**

受付開始 3月16日(月) 受付日時は講座によって異なる場合がございます。ご注意ください。
●上記期間中に各会場で実施いたします。また実施日はお店によって異なります。

お申し込みは、お電話にて直接各店へ。

まちゼミ実行委員会(豊岡市商工会日高支部) tel.0796-42-1251

「とくまるゼミナール」
オフィシャルホームページ



www.hidaka-syoutenkai.com/zemi_top.html

Facebookページ

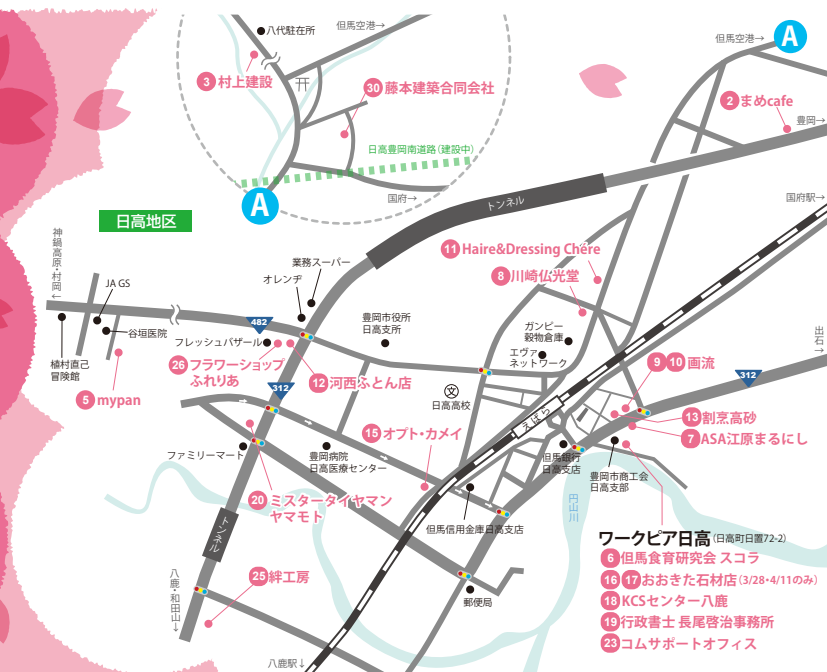
「とくまるゼミナール」
もチェック!



www.facebook.com/tokuzemi

開催スケジュール

	日	月	火	水	木	金	土
3月	22日 8 29日 1 8 30	23日 16 18 30日 1	24日 8 9 31日	25日 7 12 18 1日 7	26日 8 2日 23	20日 11 15 27日 10 12 29	21日 18 28 28日 8 16 28
4月	5日 1 8 12日 1 21 22 27 19日 4 20	6日 1 2 13日 1 2	7日 7 17 14日 5	8日 13 15日 4 7 26	9日 9 16日 3 5	10日 10 17日 6	11日 3 17 29 18日 19 24 26 29



第7回開催に向けて
「とくまるゼミナール」
参加店募集中!
まちゼミ実行委員会(豊岡市商工会日高支部)
tel.0796-42-1251

1 自分らしい春を感じて♪ アート🌸のれんを作ませんか



講師/画家 田中今子(3/29・4/12午前のみ指導)
店主 今村則子
春らしい“ふんいき”をのれんにしてみよう。
◎自分の好きな絵(花)を...
◎モデル作品を参考に...
ステキな作品が出来るまで、お手伝いします。

開催日時 3月29日(日)・30日(月)・4月5日(日)・
6日(月)・12日(日)・13日(月)
10:00~14:00
会場 ペンション ログリゾート かんなべ(ログハウス)
募集人員 各6名程度 持ち物 描きたい絵があれば持参
材料費 2,500円(のれん一式、お茶・お菓子含む)

ペンションログリゾートかんなべ tel.0796-45-1286

●所在地/豊岡市日高町東河内941-6 ※巾140cm×丈80cm
●受付時間/9:00~15:00 ※1回出来なければ2~3回でもお手伝いします。

2 食べて納得♪ おいしい豆腐の『豆』知識



講師/「まめcafe」店主 神崎崇彰
出来たて新鮮なお豆腐の味は格別!
自分で作ったお豆腐を食べながら、
知ってるようで知らなかったお豆腐の
アレコレをお話します。

開催日時 4月6日(月)・13日(月)
13:00~14:30
会場 まめcafe
募集人員 各6名

おいしい豆腐蘇武の里 まめcafe tel.0796-20-3825

●所在地/豊岡市日高町松岡8-6 ●定休日/日・月
●受付時間/13:00~18:00

3 初心者大歓迎! 気分もあがる! プチリフォーム



講師/建築士 村上勝幸
お部屋のスイッチを替えたり、時計の位
置を変えるだけで気分もリフレッシュ。
少しの手間で、気分もあがる!プチ模様
替えしてみませんか?

開催日時 4月11日(土)・16日(木)
13:30~14:30
会場 村上建設
募集人員 各5名程度

株式会社 村上建設 tel.0796-42-0900

●所在地/豊岡市日高町中26-1 ●定休日/土・日・祝日
●受付時間/9:00~17:00

4 はじめての ジオカヌー&ジオパーク講座



講師/当店スタッフ
知っているようで知らない山陰海岸ジオパ
ーク。さあ、もうすぐアクティビティのシーズ
ン到来。当日は、カヌーの練習をしたり、磯
観察、洞窟探検をしたり、ジオパークの楽し
み方をすべて教えちゃいます。

開催日時 4月15日(水)・19日(日) 13:00~14:30
会場 竹野町切浜海岸 海の家メリ集合
募集人員 各5名程度(対象年齢小学4年生以上)
持ち物 めくてもよい服装(詳細はHPをご覧ください)
材料費 1,000円(保険料など)

海の家 メリ tel.0796-20-4047

●所在地/豊岡市竹野町切浜1048
●受付時間/9:00~17:00

5 初めての焼きたてふわふわ おとうふパンを作ろう!



講師/水嶋麻衣
初参加、今春開業予定の「mypan」です。親子向
けのパン作り体験教室や、オーダーメイドパンの
注文を承ります。親子一緒に蘇武の里のごたわ
り豆腐をたっぷり使ったふわふわパンを焼いてみま
せんか?その場で焼きたての感動を味わいましょ
う。(持ち帰りOK)

開催日時 4月14日(火)・16日(木)
①10:00~11:30 ②14:00~15:30
会場 mypan(水嶋宅)
募集人員 各2組
持ち物 エプロン、飲み物
材料費 1組800円(ふわふわパン10個、資料代)

mypan(まいぱん) tel.090-5251-8835

●所在地/豊岡市日高町伊府432-6
●受付時間/9:00~18:00

6 かしこいお母さんのための 正しい調味料の選び方講座



講師/久保千賀子
食べることの大切さ、健康で元気に生
きるための食について知るイベントを
開催しています。子どもに食べさせたい
本物の調味料について学びましょう!
お子さま連れ大歓迎です♪

開催日時 4月4日(土)・17日(金)
①10:00~11:00 ②13:30~14:30
会場 ワークビア日高 募集人員 各10名(中学生以上)
持ち物 筆記用具 材料費 500円(手づくりみそ・資料代)

但馬食育研究会 スコラ tel.080-6203-2600

●受付時間/10:00~18:00(平日)

7 新聞で作る ナチュラルエコバッグ教室



講師/植松有紀
毎日配達される新聞を読み終えたら、
どうしていますか?
古新聞を活用して、地球にやさしいオシャレ
なエコバッグの作り方を教えます。

開催日時 3月25日(水)・4月1日(水)・
7日(火)・15日(水)
14:00~15:00
会場 ASA江原まるにし店内
募集人員 各3名

ASA江原まるにし tel.0796-42-0240

●所在地/豊岡市日高町日置115-6 ●定休日/土・日・祝日・新聞休刊日
●受付時間/9:00~17:00

8 和の香り はじめてのオリジナル匂い袋づくり



講師/川崎尚宏
桂皮に丁子、ローズに桜など、14種類
の香りを組み合わせ、あなただけの
春らしい「癒し」の香りを作りませんか?

開催日時 3月22日(日)・24日(火)・26日(木)・28日(土)・
29日(日)・4月4日(土)・5日(日)
14:00~15:00(60分)
会場 川崎仏光堂 募集人員 各5名程度
持ち物 必要ならば老眼鏡
材料費 1,000円(巾着袋、不織布、天然香料、他)

川崎仏光堂 tel.0796-42-0722

●所在地/豊岡市日高町国分寺237-2 ●定休日/水曜日
●受付時間/9:00~18:00

9 あなたのサイトの アクセスをお手軽チェック!



講師/永田博道
自分のブログ・サイトのどのページが見
られているか、どんなキーワードで検索
されているか気になりますか?アクセ
ス解析サービス(Google Analytics)を
使って解説します!

開催日時 3月24日(火)・4月9日(木)
18:30~19:30
会場 画流 募集人員 各3名程度
持ち物 Google Analytics未導入のブログや
サイトがあればパソコン等持参

画流 有限会社 tel.0796-43-2535

●所在地/豊岡市日高町日置104-6 ●定休日/日・祝日
●受付時間/9:00~18:00

10 ネット通販で 安心して購入するためのチェックポイント



講師/小田倫也
ネット通販で、このお店で買って大丈夫
夫だろうか?と思ったことありませんか。
そんな不安を少しでも解消する方法を
紹介します。

開催日時 3月27日(金)・4月10日(金)
18:30~19:30
会場 画流 募集人員 各5名程度

画流 有限会社 tel.0796-43-2535

●所在地/豊岡市日高町日置104-6 ●定休日/日・祝日
●受付時間/9:00~18:00

11

入学式にも使える
簡単ヘアアレンジ講座



講師／清水千加子
ヘアアレンジをやってみたいけれど、うまくできない。と思ったことはありませんか？簡単にできるヘアアレンジ、コツ、ポイントをお伝えします。

開催日時 3月20日(金) 16:00～17:30
会場 Hair&Dressing Chère
持ち物 アイロン、ヘアピン、ヘアゴム、ヘアアクセなど、自宅に使われている物があれば、持ってきて下さい。

Hair&Dressing Chère
tel.0796-20-1187

●所在地／豊岡市日高町国分寺253-2 ●定休日／月・祝日・第3日曜日
●受付時間／9:00～18:00 ※小さなお子様がおられる方は、一緒にご参加下さい。

12

知って役に立つ
ギフト・贈り物の基礎講座



講師／河西栄治
様々な風習の中で、いろんな贈り物のカタチがあります。何がいいのか、どのタイミングで、いくらくらいのものをなど、熨斗の書き方なども含め、基礎的なマナー・ポイントを紹介しします。

開催日時 3月25日(水) 13:00～
3月27日(金) 19:00～
会場 河西ふとん店パイパス店
募集人員 各3名

有限会社 河西ふとん店
tel.0796-42-5228

●所在地／豊岡市日高町祢布998 ●定休日／年中無休
●受付時間／9:00～18:00

13

今日からあなたも
イカマイスター！



講師／高砂調理人 谷口・今井
年中おいしく食べられるイカの調理から保存までお教えします。今夜のおかずにはいかがですか？

開催日時 4月8日(水) 14:30～15:30
会場 高砂 厨房
募集人員 5名 **持ち物** エプロン・三角巾
材料費 300円

割烹 高砂
tel.0796-42-0255

●所在地／豊岡市日高町日置103-2
●受付時間／10:00～20:00

14

なるほど！
しょうゆ工場見学



講師／花房靖裕
普段は公開していない花房醤油の工場見学です。原料から製品が出来るまでを分かりやすくご紹介しします。工場見学でしか味わえない、搾りたて生醤油の体験も！(親子での参加を歓迎！)

開催日時 4月3日(金) 午後
4月4日(土) 午前・午後
午前の部 10:00～11:30
午後の部 13:30～15:00
会場 花房工場(竹野町竹野231)
募集人員 各回8名

有限会社 花房商店
tel.0796-47-0003

●所在地／豊岡市竹野町竹野375(会場が異なります)
●受付時間／9:00～18:00 ●定休日／日・祝日

15

はじめての補聴器体験
～補聴器ってどんな風に聞こえるの!?～



講師／亀井隆廣
聴力を測定し、皆様の聴力に合わせた補聴器を体験して頂きます。聞こえに不安のある方はこの機会に体験してみませんか？ご家族、身内の方で聞こえに不安のある方がおられましたら、と一緒にご参加ください。

開催日時 3月20日(金) 10:00～11:30
会場 オプト・カメイ **募集人員** 2名

オプト・カメイ
tel.0796-42-0249

●所在地／豊岡市日高町宵田133
●受付時間／9:00～17:00(月曜～金曜)

16

お墓を建てるとき
失敗しない5つのポイント



講師／お墓ディレクター1級 大北和彦
お墓を建てることは分からないことだらけ。プロの目から見て、お墓を建てる前に大切な5つのポイントをお伝えします。

開催日時 3月23日(月)・28日(土)
13:30～15:00・18:30～20:00
会場 (23日)野上会館
(28日)ワークピア日高
募集人員 各8名

おおきた石材店
tel.0796-22-3594

●所在地／豊岡市野上342 ●定休日／日・祝日
●受付時間／月～金 8:00～18:00

17

「お墓じまい」の基本のキ



講師／お墓ディレクター1級 大北和彦
お墓じまい。昨年の流行語になりましたが、その内容を良くご存知ですか？その基本、方法、裏技、大切なことをお教えします。

開催日時 4月7日(火)・11日(土)
13:30～15:00・18:30～20:00
会場 <7日>野上会館
<11日>ワークピア日高
募集人員 各8名

おおきた石材店
tel.0796-22-3594

●所在地／豊岡市野上342 ●定休日／日・祝日
●受付時間／月～金 8:00～18:00

18

めざせ！マイナス5才♪
若返りの姿勢講座



講師／KCSセンター八鹿 院長 植木真理子
「少しでも若々しくありたい!」「見た目も内側も年をとりにくたい!」そんなあなたに、姿勢から見た若返りの秘訣をお教えします。気になる今がチャンスです。

開催日時 3月21日(土・祝)・23日(月)・25日(水)
10:00～11:00
会場 ワークピア日高
募集人員 各8名程度
持ち物 若い気持ち

姿勢専科 KCSセンター八鹿
tel.079-662-7585

●所在地／養父市八鹿町下網場348-1 ●定休日／水・土・日
●受付時間／随時(留守電の場合、メッセージを頂いたら折り返しご連絡致します)

19

プチ開業・副業の手続き



講師／長尾啓治
すきま時間を利用して、自作のスイーツを販売したい、古着を仕入れて販売したい…そんな時に必要となる手続きについてご説明いたします。
(食品製造販売業許可・古物業許可編)

開催日時 4月18日(土)
13:30～14:30
会場 ワークピア日高
募集人員 5名 **持ち物** 筆記用具

行政書士長尾啓治事務所
tel.0796-20-5836

●所在地／豊岡市出石町三木276-3 ●定休日／年中無休
●受付時間／8:00～21:00

20

快適でECOな
オイル交換のお話



講師／山本和幸
車の一番身近なメンテナンスであるオイル交換。人間でいえば血液。でも、オイルの種類や交換のタイミングって、いつものお店に任せっきりではないですか？このゼミでオイルのコト、ちょっと勉強して経済的で快適な春のドライブを楽しんでみませんか？

開催日時 4月19日(日) 13:30～14:30
会場 ミスタータイヤマンヤマモト
募集人員 5名 **持ち物** 運転免許証

ミスタータイヤマンヤマモト
tel.090-6606-9736

●所在地／豊岡市日高町東構654-1
●受付時間／8:00～18:00

21

太田MC道場
～ユーモア編～



講師／太田博章
太田MC道場第3弾は「ユーモア編」!「近頃のマヅメよりトークのユーモア」。MC的なスタンスから笑いの極意に迫ります。

開催日時 4月12日(日)
10:00～12:00
会場 中区会館
(おおたユニフォームセンター左斜め向い)
募集人員 8名 **持ち物** おだやかな心

おおたユニフォームセンター
tel.0796-22-5663

●所在地／豊岡市元町12-10 ●定休日／日・祝日
●受付時間／9:00～19:00 ※初めての方もお気軽にご参加ください。

22

手芸講座
～がま口ポーチ作り～



講師／太田佐千子
ちゃらちゃら小銭が愛おしくなる「がま口」。春らしいカラフルな生地のチョイスも楽しんでください。アフターはお茶とお菓子付。

開催日時 4月12日(日) 14:00～16:00
会場 中区会館
(おおたユニフォームセンター左斜め向い)
募集人員 6名 **持ち物** 針・糸・はさみ
材料費 600円

おおたユニフォームセンター
tel.0796-22-5663

●所在地／豊岡市元町12-10 ●定休日／日・祝日
●受付時間／9:00～19:00 ※小学5年生未満のお子様は大人の方の付き添いをお願いします。

23

ヒロコとマナブ
「売上が2倍になるPOP講座」



講師／今井ひろこ・今井 学
絵心不要、字が汚い方も大丈夫!コツを知れば紙とペンだけで、誰でも今すぐ売り上げを2倍に!

開催日時 4月2日(木)
13:30～15:30・19:00～21:00(2時間)
会場 ワークピア日高
募集人員 各8名
材料費 300円(画用紙、ペン、題材の品物など)

コムサポートオフィス
tel.0796-24-3139

●所在地／豊岡市小田井町5-3 フラッツオダイ201号
●受付時間／10:00～19:00

24

ジオパークを学びながら歩く
春の神鍋溶岩流／ルディックウォーク



講師／ジオパークガイド 田中真雄
JNWL／ルディックウォーク公認指導員 橋本和加子
火山群と溶岩流が一体となって観察できる神鍋高原は近畿地方でもめずらしく、学術的価値の高い地形となっています。2本のボールを使って歩く「ルディックウォーク」で、ジオパークのすばらしい景観を楽しみながら一緒に歩いてみませんか？

開催日時 4月18日(土) (雨天決行)9:00～12:00
会場・持ち物 詳細は申込み時にお知らせ
募集人員 20名(小学校高学年以上)
材料費 500円(ルディックボールレンタル料＋保険料)
ボール持参の方は200円(保険料)

マルマツスポーツ
tel.0796-42-0015

●所在地／豊岡市日高町国分寺400-30 ●定休日／水曜日
●受付時間／9:30～19:30 ※小学生の方は保護者同伴でお願いします。

25

ハッピーをいっぱい詰めて、
出かけよう♪



講師／絆工房スタッフ
トートバッグにかわいいたデザインシートをチョキチョキ切ってベタベタ貼るだけ。後は、絆工房の昇華プリント技術でオリジナルトートバッグが誕生。もちろんその技術工程も体感できます!当日は手ぶらで来てね♪

開催日時 4月4日(土)
10:00～12:00・13:00～15:00
会場 絆工房
募集人員 各3グループ(1グループ3名)

株式会社 絆工房
tel.0796-43-2880

●所在地／豊岡市日高町浅倉243 ●定休日／土・日・祝日
●受付時間／10:00～17:00 ※応募め切は、開催日3日前まで

26

オリジナルウッドフレームを作ろう!



講師／ふれりあスタッフ
ナチュラル素材を自分なりに組み合わせ、ステキなお部屋飾りを作ってみませんか。プレゼントにしても♡

開催日時 4月15日(水)・18日(土)
13:00～15:00
会場 ふれりあ **募集人員** 各5名
持ち物 持ち帰り用紙袋
(なしでもOK。そのまま持ち帰っても可)
材料費 1,500円

フラワークショップふれりあ
tel.0796-42-3366

●所在地／豊岡市日高町祢布988 ●定休日／木曜日
●受付時間／10:00～19:00

27

初めての坐禅



講師／河合正志(見性寺副住職)
坐禅に興味のある方なら宗派問いません。春の温もりを坐禅で感じてみませんか?初心者向けですので、是非お気軽にご参加ください。

開催日時 4月12日(日) 15:00～16:20
(坐禅とおしゃべりで80分程度)
会場 見性寺
募集人員 10名程度

見性寺
tel.0796-52-2194

●所在地／豊岡市出石町松枝147(出石中学校隣)
●受付時間／10:00～17:00 ※女性はスカートは×。ゆったりとした服装(ズボン)で。

28

ちびっ子!!
出石そば道場(大人の方もOKです)



講師／店主 湯口千尋
体験は4工程。
①練りこみ ②のばし
③たたみ ④切り

開催日時 3月21日(土)・28日(土)
10:30～12:30(作って、試食)
会場 そば道場(森の館1階)
募集人員 各15名程度
持ち物 エプロン(準備もあります)
材料費 800円
(作った皿そば5皿＋プロの皿そば1皿、計6皿)

森の館(そば道場・陶芸教室)
tel.0796-52-2248

●所在地／豊岡市出石町福住15-1(国道426:ほたる橋信号から南へ50m。駐車場。)
●受付時間／9:30～17:00 ●定休日／木曜日 ※試食のみもOKです。お問合せ下さい。

29

使ってなんぼ
ホームページの作り方と使い方



講師／岡村直昭
ホームページはどうやって作るのか。そしてFacebookやTwitterのようなSNSとは何が違うのか、目的に応じてどうやって使い分けるのがいいのか。個人の方から経営者さんまで、WEBのハテナに答えます。

開催日時 3月27日(金)・4月3日(金)・
4月11日(土)・18日(土)
19:30～21:00
会場 かなべvelly **募集人員** 各6名
持ち物 ノートPC

ONE POINT
tel.0796-20-4103

●所在地／豊岡市日高町松岡1-2 八丁オフィス202 ●定休日／日・祝日
●受付時間／9:00～12:00

30

木工教室
～大工さんと作る木のイス～



講師／但馬大工舎
大工さんとオリジナルの木工作品を作ってみませんか。

開催日時 3月29日(日) 13:30～16:30
会場 藤本建築作業場
募集人員 5組(1組3名まで)
持ち物 汚れても良い服装・飲み物
材料費 2,000円

藤本建築合同会社
tel.080-6117-5353

●所在地／豊岡市日高町藤井152
●受付時間／8:00～17:00