



第10回

湯梨浜 まちゼミ

受講料
無料

開催
期間

9/7月 ≫ 10/18日

お店の人が教えてくれる！
得する街のゼミナール



まちゼミとは？

お店の方が講師となってプロならではの知識や情報、
コツを無料で教えてくれる少人数制のミニ講座です。

STEP 1

選ぶ



チラシから
興味のある講座を
お選びください。

STEP 2

店舗へ申し込む



受けたい講座のお店まで直接
「まちゼミ申し込みです」とお申し込み下さい。
受講内容や持ち物、材料費などについても、
各店へお気軽にお問い合わせください。

STEP 3

当日



時間や会場などを確認し、
時間に余裕を持って
お越しください。

安心して受講して頂くため 販売行為はありません

※講座によって材料費がかかるものがあります。材料費は講座当日に会場で徴収いたします。お申し込み後のキャンセルは材料費を頂戴する場合があります。

主催・お問合せ

湯梨浜町商工会 TEL 0858-32-0854

後援

湯梨浜町

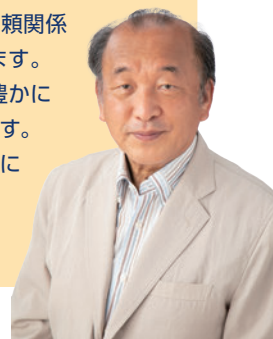
「湯梨浜まちゼミ」が今年も盛大に開催されますことを、心より嬉しく思います。
本事業は、地元の事業者の皆さまが持つ専門的な知識や優れた技術を、町民の皆さまへ
直接お届けする大変有意義な取り組みです。

講座での温かい交流を通じて、お店と町民の皆さまとの間に新たな信頼関係
が生まれ、地域コミュニティがより強固なものになることを期待しています。

今年は燕趙園でのまちゼミマルシェも開催されます。日々の暮らしを豊かに
する新しい学びや、一生の趣味となる素敵な出会いが見つかる絶好の機会です。

ぜひお気軽に講座へ足を運んでいただき、ともに湯梨浜のまちを元気に
盛り上げていきましょう。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

湯梨浜町長 宮脇正道



受付
開始

8月31日(月)

※受付日が異なる店舗があります。



©湯梨浜町

つくる

たべる

まなぶ

健康

きれい

各講座の色に注目!

講座は5種類に分かれています。各講座の色でどのジャンルの講座が区別しています。
お申し込み・各講座についてのお問い合わせはお気軽に各店へ直接お電話ください。

NEW 今回初参加の講座です。

🌙 ちょっと遅めのまちゼミです。
(夕方18時〜以降)

👤 お子様と一緒に参加できます。

📶 まちゼミマルシェ

NEW ① 今日からできる!
美味しく食べて腹囲-2cm

9/9(水)・16(水)
10:30~12:00

作って、食べて、その場で実感! 栄養士と調理師が教える「脂肪にしない2時間ルール」をその場で体験します。

- 対象/どなたでも
- 教材費/700円
- 持ち物/エプロン、三角巾
- 定員/4名 (または2組)
- 会場/会席佐藤 ●講師/池本・佐藤



ihapilates&yoga class & 会席佐藤
湯梨浜町(定休日/日) 湯梨浜町松崎425 (定休日/水)
公式LINEにて受付(電話不可)(担当:池本) 受付/9/1火より開始

② 初心者歓迎! タンスに眠る大切な帯が大変身!

9/9(水)
9:30~11:30
13:30~15:30

タンスに眠っている大切な帯、片づけてしまう前にちょっと待って! 簡単リメイクで、お部屋が華やぐタペストリーに大変身しますよ!

- 対象/どなたでも ●教材費/500円
- 持ち物/なし ※こちらで帯を用意します
- 定員/3名



野口商店
講師/岡本・小戸 湯梨浜町松崎421 (定休日/水・日)
TEL. 090-2864-6752・小戸 受付/9:30~12:00

③ 自分好みのアクセサリーで秋冬のおしゃれを楽しもう!

9/10(木)・18(金)・27(日)
13:30~15:00

9/10・18はブルーガンで作る世界に一つのブローチ。9/27は好きな模様を転写した手袋作り。簡単な道具と少ない工程で、自分好みの秋冬のおしゃれを楽しみませんか?

- 対象/どなたでも
- 教材費/800円
- 持ち物/なし ●定員/4名



手作りサロン・ヨネダ
講師/米田 湯梨浜町松崎337 (定休日/火・日)
TEL. 0858-32-0309 受付/10:00~15:00

④ カフェで楽しむ!
~愛犬のご褒美おやつ作り~!

10/6(火)10:30~12:00
13:30~15:00

飼い主さんと愛犬と一緒に食べられるクッキーを作ります。出来たてのおやつをお留守番してくれている愛犬へプレゼント!

- 対象/どなたでも
- 教材費/600円
- 持ち物/なし ※愛犬同行不可 ●定員/3名
- 講師/酒井・佐藤 ●会場/月よう日



月よう日 & 会席佐藤
湯梨浜町泊941-1 (営業日/月) 湯梨浜町松崎425 (定休日/水)
Instagramより受付 受付/9:00~※9/1火より開始

⑤ 焼きたてパンの香りに癒される!
大人時間を楽しむ会

9/12(土)
18:00~20:00
9/13(日)
10:00~12:00

「昔、パン屋さんになりたかった」そんな夢を形に! 職人気分で好みのパンを作ったらお店で焼き上げ。自分を癒す、特別な大人時間を過ごしませんか?

- 対象/どなたでも ●教材費/800円
- 持ち物/エプロン、手拭きタオル、持ち帰り容器
- 定員/4名



kamama house
講師/鎌田 湯梨浜町泊1571-8 (定休日/月・木・日)
Googleフォームにて受付 受付/8:00~

⑥ 日本酒ソムリエが伝授!
初心者のためのやさしい日本酒会

9/20(日)・27(日)・
10/16(金)
19:00~20:00

日本酒初心者向けに数種類の飲み比べ体験! 酒ディプロマの資格を持つプロが、味の違いや選び方のコツを分かりやすく解説。日本酒がもっと好きになる、楽しい時間をお届けします!

- 対象/20歳以上 ●教材費/800円
- 持ち物/なし ●定員/5名



酒庫 美酔庵
講師/大岡 湯梨浜町久留55-1 (定休日/水)
TEL. 0858-35-2741 受付/10:00~20:00

⑦ 美味しく健康に!
大人の中国茶レッスン

10/6(火)・13(火)
14:00~15:00

日本最大級の中国庭園「燕趙園」で、極上の中国茶を楽しみませんか。本場の雰囲気にもまれ、家では味わえない、贅沢な淹れ方と香りに癒やされる優雅な時間を過ごしましょう。

- 対象/どなたでも ●教材費/300円
- 持ち物/なし ●定員/3名 ※初めての方限定



中国庭園 燕趙園
講師/大坪 湯梨浜町引地565-1 (定休日/なし)
TEL. 0858-32-2180 受付/9:00~16:00※9/7月より開始

⑧ 赤ちゃんから参加OK!
親子での初めて英会話

9/19(土)
10:30~11:30
14:30~15:30

0歳~6歳向けの英会話。パパ・ママと一緒に英会話デビューしませんか。英語で楽しく遊びましょう!

- 対象/0歳~6歳までのお子さんと保護者
- 教材費/無料 ●持ち物/なし
- 定員/1講座につき3組の親子



アーク学院
講師/上野 倉吉市福庭町1-105-2 (定休日/日・月)
TEL. 0858-27-2225 受付/14:30~21:30※9/1火より開始

⑨ ナースのほっとステーション!
明日がちょっと楽になるお茶会

9/29(火)
13:30~14:30

現役看護師の方もプランクがある方も大歓迎! 日々の仕事や職場のモヤモヤ、一人で抱え込んでいませんか。温かいお茶を飲みながら、明日が少し軽くなるヒントをみつけましょう。

- 対象/看護師の資格を持っておられる方
- 教材費/無料 ●持ち物/なし
- 定員/5名



Research Office WAHO
講師/坂口 湯梨浜町はくい長瀬1100-2 (定休日/土・日)
HP問合せより受付

⑩ みんなで本を持ち寄って
秋に語らう読書会

9/25(金)
14:00~15:00

あなたの人生を変えた一冊は? 自分らしく生きるヒントをくれた本を持ち寄り、心に残るページをゆる〜く語り合う、温かいひとときを過ごしましょう。

- 対象/どなたでも
- 教材費/無料
- 持ち物/好きな本
- 定員/5名



Research Office WAHO
講師/坂口 湯梨浜町はくい長瀬1100-2 (定休日/土・日)
HP問合せより受付

⑪ あなたの農業をアップデート!
~ドローンで支える農業の未来~

9/13(日)・26(土)・10/18(日)
10:00~11:00

キツイ農作業、ドローンでラクにしませんか? 噂の“とび助”君が目の前でフライト! 実際に触れて、農業の未来を楽しく体感できるチャンス!

- 対象/どなたでも
- 教材費/無料
- 持ち物/なし
- 定員/5名 (または2組)
- 会場/宇谷集会所



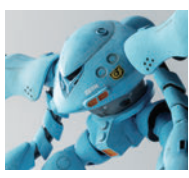
湯梨浜無人航空そらあい
講師/山田 湯梨浜町宇谷773 (定休日/不定休)
TEL. 090-1359-8011 受付/9:00~18:00

⑫ ガンプラ好き
集まれ~!

9/13(日)16:00~18:00
10/10(土)18:00~20:00

みんなでガンプラ愛を語り合おう! 愛機を10倍格好よく見せる写真撮影のコツとおしゃれな飾り方を伝授!

- 対象/どなたでも
- 教材費/無料
- 持ち物/ご自分のお持ちの愛機(ガンプラ)
- 定員/4名
- 会場/三原屋写真館 受付担当者は北原
- 講師/北原・立木



北原商事株式会社 & 三原屋写真館
湯梨浜町泊746-30 (定休日/日) 湯梨浜町松崎434-17 (定休日/木)
TEL. 080-5232-2906・北原 受付/8:45~17:00

13

いつから?何する?
『はじめての七五三』徹底ガイド

9/12(土)・13(日)
14:00~15:00

数々のご家族を見守ってきた写真館のプロが、準備から当日までの流れを分かりやすくご案内。生まれたばかりの赤ちゃんのパパママも大歓迎です。お子様の着物の試着体験も!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/なし ●定員/2組

三原屋写真館

講師/立木 湯梨浜町松崎434-17 (定休日/木)

TEL. 0858-32-0139 受付/9:00~18:00

14

はじめてでもOK!
楽に続ける簡単農業!

9/13(日)・10/18(日)
14:00~15:00

農業を始めたい。楽に続けたい。なかなか聞けないそのお悩みにお答えします。便利な機械を前に、あなたの農業の未来と一緒に考えましょう!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/なし ●定員/5名 (または2組)
●会場/農機具ランドあぐり家鳥取中央店
●講師/杉本・山田

農機具ランドあぐり家鳥取中央店 & 湯梨浜無人航空そらあい

湯梨浜町久留182-1 (定休日/水) 湯梨浜町宇谷773 (定休日/不定休)

TEL. 0120-35-3962・杉本 受付/9:00~18:00

15

農機具が長持ちする!
メンテナンス講座

10/17(土)・18(日)
14:00~15:00

買い替える前に、まずお手入れ! 燃料管理、清掃、刃の交換など、農機具が長持ちするコツをプロが実演します。手ぶらでご参加ください。

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/なし ●定員/5名 (または2組)

農機具ランドあぐり家鳥取中央店

講師/杉本 湯梨浜町久留182-1 (定休日/水)

TEL. 0120-35-3962・杉本 受付/9:00~18:00

NEW

16

気軽に聞ける「空き家・相続物件」相談会

9/19(土)
10:00~15:00

実家が空き家になる、相続が心配…。そんなお悩みを優しく紐解きます。何から始めればいいのか分からない方も、どうぞお気軽に!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/なし ●定員/1時間毎に1組

ミコラ不動産

講師/沖田 湯梨浜町はいわい長瀬1020-2 (定休日/なし)

TEL. 0858-24-5010 受付/9:00~18:00

NEW

17

初めての草刈機&
長持ちメンテナンス講座

10/7(水)10:00~11:30

草刈機を使ってみたくて使い方がわからない、どんな機械を選べばよいか分からない方へ。安全な使い方を勉強しましょう!

●対象/どなたでも ●教材費/無料 ●持ち物/なし
●定員/8名 ●講師/川田
●会場/株川田建設

株川田建設 & 株真木自動車東郷給油所

湯梨浜町野方843-2 (定休日/日) 湯梨浜町龍島472-1 (定休日/なし)

TEL. 0858-32-1875・川田 電話・Googleフォームにて受付

受付/8:00~17:00

18

推しの記念日を駅広告で
祝う!超入門講座

9/14(月)
18:00~19:00

推しの記念日を祝う「応援広告」。意外と大変な申請手順や紙選びなど、失敗談から、初めての駅広告を成功させるノウハウを伝授します!

●対象/どなたでも ●教材費/無料 ●持ち物/なし
●定員/5名 ●会場/勝美印刷株
●講師/田中・田中

湯梨浜町商工会 & 勝美印刷株

湯梨浜町龍島501-1 (定休日/土・日・祝) 湯梨浜町はいわい長瀬018-1 (定休日/土・日・祝)

Googleフォームにて受付

19

なぜか疲れやすい…を解決!
体質診断で知る「私のトリセツ」

9/7(月)・10(水)・11(金)・
20(日)・22(火)・23(水)
10:00~11:00

東洋医学の「木・火・土・金・水」のタイプ診断で、自分に合ったココロとカラダを整えるおうちケアをご紹介します! 気質に合わせたアロマオイルのお土産付き。

●対象/大人女子 ●教材費/300円
●持ち物/筆記用具、ノート ●定員/4名
●予約開始8月31日(月)定休日ですが受付ます。

「東洋医学×アロマ」安藤庵Beauty+

講師/坂田 湯梨浜町はいわい長瀬704-1 (定休日/月)

TEL. 0858-35-4530 受付/9:00~18:00

20

無料姿勢チェック&
ピラティス体験

9/9(水)・15(火)・23(金)
9:00~19:00

全スタッフが理学療法士! 姿勢の歪みをプロの目で徹底分析し、体の不調や痛みを根本から解決するポイントをお教えします!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/動きやすく、はだけない服装
●定員/30分毎に1名 ※埋まり次第終了

ピラティススタジオDEP

講師/高見 倉吉市伊木212-13(1)ビル3F (定休日/不定休)

公式LINEにて受付 受付/9:00~18:00

21

ノルディックで快汗(かいかん)!
梅ジュースで乾杯!

9/22(火)10:00~11:30

東郷地域の散策をしながら、ノルディックポールの使い方やコツを掴んで指導員と一緒に歩きましょう! 休憩スポットで一服します(^ ^)

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/飲み物、タオル、ノルディックポール(貸し出し有)
●定員/8名
●集合場所/会席佐藤 駐車場 雨天中止
●講師/石井・佐藤

石井久洋酒店 & 会席佐藤

湯梨浜町石田910-1 (定休日/不定休) 湯梨浜町松崎425 (定休日/水)

TEL. 090-6435-6650・石井 受付/9:30~18:30

NEW

22

発酵を楽しむ♪
ミニぬか床体験&腸活講座

9/30(水)・10/16(金)
10:30~11:30

免疫力や美肌のカギは「腸」にあり! ぬか床の魅力や発酵の力を楽しく学び、ぬか漬けを毎日の食卓に取り入れて、今日から腸活を始めましょう!

●対象/どなたでも ●教材費/700円
●持ち物/つけない野菜1種類 (きゅうりなら1/3・10cm程度)
●定員/6名
●会場/ホームズモデルハウス (倉吉市伊木239-16)

腸もみ体質改善サロンRoots.

講師/磯江 湯梨浜町国信 (定休日/不定休)

公式LINEにて受付 受付/9:00~18:00

23

脳活♪ピアノに挑戦して
みよう!!

9/7(月)・15(火)・10/5(月)・13(火)13:30~14:30

上記以外の日時も予約可能です

楽譜が読めなくても大丈夫! 初めての方大歓迎! 音楽を楽しみながら脳トレしましょう。心も体もリフレッシュ!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/なし ●定員/3名

ハワイ治療院

講師/安藤 湯梨浜町はいわい長瀬758-6 (定休日/日・祝)

TEL. 090-5697-3899 受付/8:30~20:30

24

虫歯を確実に予防できる
方法お教えします

9/24(木)・27(日)・
10/1(水)・4(日)
10:00~11:00

毎日歯磨きをしているのに虫歯になるのは不思議ではありませんか? 歯科医が科学的にかつ確実に虫歯を予防する方法をお教えします。

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/普段お使いの歯ブラシ、歯磨き剤
●定員/5名

音田歯科医院

講師/音田 湯梨浜町旭77-2 (定休日/木・日・祝)

TEL. 0858-32-0304 受付/9:00~18:00

NEW

25

Jr.アスリートのための
ケガをしない身体づくり教室

10/18(日)
※小学生の部 13:00~13:40
※中学生の部 15:00~15:40

理学療法士がケガの原因と予防ポイントを解説。身体チェックや自宅で行えるセルフケア、ケガをしにくい身体作りを学べる選手・保護者向けの講座です。

●対象/小中高生のスポーツ選手 (保護者の付き添い1名までOK) ●教材費/無料
●持ち物/飲み物、タオル (軽く身体を動かします)
●定員/各回5名

ESPO (エスポ)

講師/白藤 鳥取県東伯郡湯梨浜町田後331-13 (定休日/日)

公式LINEにて受付

まちゼミマルシェ

つくる

プロに教わる!簡単DIY
クロスでオリジナルプレート作り☆

壁紙(クロス)の貼り方を体験しながら、おしゃれなオリジナルプレートを作ります。初心者でも楽しく参加できます♪

●対象/どなたでも ●教材費/500円
●持ち物/作業できる服装
●定員/2名

有東洋インテリア

講師/羽田 倉吉市見日町589 (定休日/日・祝・第2土)

まなぶ

ロボットで搜索!
親子で未来の警備体験

燕趙園に怪しい荷物が!? ロボットを操縦して不審者を大搜索しよう! 警備員になりきってパトロールミッションをクリアだ!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/なし ●定員/3名(または2組)
●講師/山本・山田

有アトラス警備保障 & 湯梨浜無人航空そらあい

湯梨浜町はいわい長瀬2008-11 (定休日/日・祝) 湯梨浜町宇谷773 (定休日/不定休)

健康

今の疲れハープが教えてくれます!
私のための温活バスソルト作り

好きな香りを嗅ぐだけで、今のココロとカラダが丸わかり! 話題の「ハープの読み取り®」をお気軽に体験できます。今のあなたを芯から温め癒やす、あなただけの入浴剤を作りましょう。

●対象/どなたでも ●教材費/300円
●持ち物/なし ●定員/4名

IDetNoè (アイディットノア)

講師/出西 湯梨浜町上浅津109-16 (定休日/日・祝)

26

骨盤の専門家が解説!
歪みが招く不調とは?

9/13(日)10:00~12:00
13:00~15:00

身体の「不調」と、骨格の「歪み」の関係性! なぜ骨格の歪みが不調の原因になるのかを、骨盤の専門家が詳しく解説! AI姿勢分析で、未来姿勢から身体の状態と一緒に考えましょう!!

●対象/どなたでも ●教材費/無料
●持ち物/筆記用具 ●定員/10名
●会場/湯梨浜町中央公民館 (湯梨浜町龍島505)

カイロプラクティックPaz.

講師/有澤 湯梨浜町松崎341 (定休日/不定休)

TEL. 090-7372-3830 受付/9:00~20:00

繋がらない場合はショートメールをお送り下さい

NEW

健康

県内初導入!新感覚のボディケア
「フィジオショット」体験会

針を使わず空気圧で身体の深層へアプローチする新感覚のボディケア。理学療法士による施術前後の変化を体験できます。肩や腰のお悩みがある方など、お待ちしております。

●対象/どなたでも ●教材費/500円
●持ち物/なし ●定員/20分毎に1名 (埋まり次第第終了)

ESPO (エスポ)

講師/白藤 鳥取県東伯郡湯梨浜町田後331-13 (定休日/日)

NEW

きれい

アイリストのお仕事体験!
自分だけのまつ毛サンプルをつくろう

まつ毛のサンプル作りに挑戦! キレイを叶えるアイリストのお仕事を楽しく体験しませんか?

●対象/小学生以上 ●教材費/200円
●持ち物/なし ●定員/3名

mm. (ミリ)

講師/福井 湯梨浜町松崎 (定休日/不定休)

健康

骨盤の専門家が解説!
歪みが招く不調とは?

※講座の内容は26と同じです。

カイロプラクティックPaz.

講師/有澤 湯梨浜町松崎341 (定休日/不定休)

まちゼミマルシェ&
ゼミカレンダーは

裏面へ

まちゼミマルシェ

入場
無料

予約
不要

参加者同士の
楽しいおしゃべりも
魅力です♪

今年も、湯梨浜まちゼミマルシェを開催します！
湯梨浜町のお店や事業者が一同に集結！
ものづくり体験やワークショップ、お得な体験講座など、
「つくって」「学んで」「楽しめる」ブースがいっぱい！

さらに当日は **ゆりはま物産展** **道の駅燕趙園 秋の収穫祭** も同時開催！
地元グルメや新鮮野菜、特産品販売など、秋の魅力が大集合します。
家族で、お友達と、ぜひ道の駅燕趙園で秋の一日をお楽しみください。

10/10(土) 10:00~15:00
会場 **道の駅 燕趙園**

出展事業所一覧
(有)東洋インテリア
(有)アトラス警備保障&湯梨浜無人航空そらあい
IDetNoè (アイディットノア)
ESPO (エスポ)
カイロプラクティックPaz.
mm. (ミリ)
※講座によって教材・材料費が必要な場合があります。



⚠️ ご注意ください

- 主催店と会場が異なる場合があります。
- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- お申し込み初日は、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。
- 予約は各店の受付時間内をお願いします。
- お申し込みの際に持ち物や注意事項（教材費等）をご確認ください。
- 幼児を連れてのご参加の場合は講師店へご確認ください。**
- 小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いします。**
- 会場や駐車場の有無などは、お申し込み時に各店にご確認下さい。

ゼミカレンダー 2026

9

10

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
6	7 19 23	8	9 1 2 20	10 3 19	11 19	12 5 13
13 5 11 12 13 14 26	14 18	15 20 23	16 1	17	18 3	19 8 16
20 6 19	21 (敬老の日)	22 (国民の休日) 19 21	23 (秋分の日) 19 20	24 24	25 10	26 11
9/27 3 6 24	9/28	9/29 9	9/30 22	10/1 24	2	3
4 24	5 23	6 4 7	7 17	8	9	10 12 マルシェ
11	12 (スポーツの日)	13 7 23	14	15	16 6 22	17 15
18 11 14 15 25	19	20	21	22	23	24