

5種類 / 全36講座

- **まなぶ** 知識や技術を学んで習得できる講座
- **つくる** クラフトなどの作品をつくる講座
- **たべる** 食べ物や飲み物を作って味わう講座
- **きれい** 美容などの美しくなるための講座
- **健康** からだや健康についての講座

31 **キレイと健康は背骨と骨盤から**

メディカルカイロ Siesta(シエスタ)

10/18⑩・10/29⑩・11/5⑩・11/19⑩
10:00~11:00 18:00~19:00 18:00~19:00 18:00~19:00

12/6⑩ 10:00~11:00

①AI姿勢分析→説明
②お悩み姿勢に合ったケア方法指導
③骨盤整え体験

●対象/女性 ●持ち物/なし
●教材費/0円 ●定員/1講座当たり2名または1組

講師 鉄本 幹枝

会場 メディカルカイロ Siesta(シエスタ) 東伯郡北米町江北473-34
TEL 36-5353 受付 10:00~20:00 定休日 日曜日

32 **えっ!? 覚えるのに年齢は関係無いの!?**

モリモトクレーン

11/2⑩・11/23⑩
⑩9:30~10:30 / 11:30~12:30

やる事をすぐ忘れる...そんな56歳以上の方に!
今日のやることリストを見るコツをお教えします。
自称56歳以上の方、ご参加ください。

●対象/自称56歳以上の方
●持ち物/筆記用具
●教材費/0円
●定員/1講座当たり6名または3組

講師 守本 勉

会場 ホームデコ倉吉 倉吉市堺町3丁目57-1
TEL 22-0581 受付 8:00~17:30 定休日 日曜日、祝日

33 **小さなリース作り**

矢間モータース

10/19⑩・10/25⑩
⑩14:00~15:00

アーティフィシャルフラワーなどを使って小さなリースを作ります。指先を動かすことで想像力・集中力が向上しますよ。物づくりが好きな人も是非!

●対象/どなたでも
●持ち物/なし
●教材費/300円(材料費)
●定員/1講座当たり4名

講師 矢間加須美

会場 秋喜新町公民館 倉吉市秋喜470-22
TEL 28-3382 受付 8:00~18:00 定休日 日曜日、祝日、不定期土曜日

34 **自分で着物を着て和装ポージングでパチリ** コラボ

スイーツショップポストン 写真のカワラジョー

11/17⑩
12/8⑩
⑩14:00~16:00

ご自分で着物の帯を結んでみませんか?
お家のタンスに眠っているお着物も活かしてみよう。
着付け師がお手伝いするので初めてでも大丈夫!
カメラマンから和装ポージングも学んで和装美人に! プリント写真とポストンの掲き菓子のお土産付き。

●対象/女性(初参加優先)
●持ち物/着物一式(小紋、名古屋帯他 詳しくは個別に連絡します)
●教材費/500円(お菓子、プリント代)
●定員/1講座当たり2名

講師 河田 智美(着付) 河原條真紀(撮影)

会場 写真のカワラジョー スタジオ 倉吉市八屋196-13
受付は10月8日(水)からスイーツショップポストンまで (TEL.26-3202/10:00~17:00)

コラボ企業情報

会場 スイーツショップポストン 倉吉市上井395-24
TEL 26-3202 受付 10:00~17:00 定休日 月曜日、第1、第3、第5日曜

会場 写真のカワラジョー 倉吉市八屋196-13
TEL 26-0142 受付 9:30~17:30 定休日 水曜日

くらよしまちゼミカレンダー

10/14⑩~12/8⑩	
くらよしまちゼミカレンダーは【講座のある日】のみ表示しています。	
10/14火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
15水 ⑤	骨盤底筋トレーニングで美姿勢を手に入れよう!
17金 ⑭	羽毛ふとんのお手入れ方法
18土 ②	FPから学ぶ! 賢い投資とお金の新常識
18土 ③	羽毛ふとんのお手入れ方法
19日 ⑭	初心者も簡単! クリスマスリース作り
19日 ⑮	手軽におしゃれなインテリアパネルを作ろう
19日 ⑳	キレイと健康は背骨と骨盤から
19日 ㉑	FPから学ぶ! 賢い投資とお金の新常識
19日 ㉒	小さなリース作り
20月 ③	文章がすーっと頭に入る新読書法教えます
21火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
21火 ⑮	壁紙でつくる おしゃれ長押しDIY
22水 ③	文章がすーっと頭に入る新読書法教えます
22水 ⑯	層で変わる! 第一印象アップ講座
24金 ③	文章がすーっと頭に入る新読書法教えます
24金 ⑬	ガチガチな体と心に「ゆるめるコツ」5選
24金 ⑰	愛犬と初めてのカフェ体験
25土 ①	赤ちゃんから参加OK! 親子の初めて英会話
25土 ⑦	ロックミシンでエコバッグ作り
25土 ⑬	ガチガチな体と心に「ゆるめるコツ」5選
25土 ⑱	自然災害に備える 保険で備える
25土 ㉑	初心者のための木版画教室
25土 ㉒	小さなリース作り
26日 ⑬	ガチガチな体と心に「ゆるめるコツ」5選
26日 ⑯	層で変わる! 第一印象アップ講座
26日 ㉑	大人のほろい線講座~1日5分ケア伝授~
28火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
28火 ⑫	今日から始める写真整理
29水 ⑳	キレイと健康は背骨と骨盤から
11/1土 ㉑	手軽におしゃれなインテリアパネルを作ろう
11/1土 ㉒	層で変わる! 第一印象アップ講座
11/1土 ㉓	大人のほろい線講座~1日5分ケア伝授~
2日 ⑥	初心者の方にお勧め! かぎ針編みを体験してみよう
2日 ⑪	羽毛布団をふんわり仕上げよう!
2日 ⑳	えっ!? 覚えるのに年齢は関係無いの!?
3月 ⑤	骨盤底筋トレーニングで美姿勢を手に入れよう!
4火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
4火 ㉑	初心者も簡単! クリスマスリース作り
4火 ㉒	スイーツとコーヒーペアリング
5水 ⑳	キレイと健康は背骨と骨盤から
11/8土 ⑮	壁紙でつくる おしゃれ長押しDIY
11/8土 ⑯	骨粗鬆症を知って健康寿命を伸ばそう
11/8土 ㉑	自分だけのオリジナルピンメリを作ろう
11/8土 ㉒	大人のほろい線講座~1日5分ケア伝授~
11/8土 ㉓	パティシエ気分フェルトのケーキ作り
9日 ⑨	旧国鉄倉吉線跡ウォーキングを楽しみませんか
9日 ㉒	パティシエ気分フェルトのケーキ作り
11火 ⑦	ロックミシンでエコバッグ作り
11火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
13木 ⑪	羽毛布団をふんわり仕上げよう!
14金 ⑥	初心者の方にお勧め! かぎ針編みを体験してみよう
15土 ②	FPから学ぶ! 賢い投資とお金の新常識
15土 ④	心がスッキリするお片づけ
15土 ⑩	とっても便利! 圧力鍋を使ってみよう
16日 ②	FPから学ぶ! 賢い投資とお金の新常識
16日 ⑦	ロックミシンでエコバッグ作り
17月 ⑰	愛犬と初めてのカフェ体験
17月 ⑳	自分で着物を着て和装ポージングでパチリ
18火 ⑧	ゆらめくLEDキャンドル作りませんか
18火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
18火 ㉑	理想のプリンセス体験
19水 ⑱	自然災害に備える 保険で備える
19水 ㉒	キレイと健康は背骨と骨盤から
22土 ⑪	羽毛布団をふんわり仕上げよう!
22土 ㉑	カラフル多肉でリースづくり!
22土 ㉒	パティシエ気分フェルトのケーキ作り
22土 ㉓	かんなくすポンポン作り
23日 ㉒	パティシエ気分フェルトのケーキ作り
23日 ㉓	えっ!? 覚えるのに年齢は関係無いの!?
25火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
27木 ㉑	心がスッキリするお片づけ
29土 ㉑	チョコペンとクレープ作り
30日 ④	和菓子をつくろう! 今日からあなたも和菓子職人!
12/2火 ⑩	初めて独立開業 計画書作成と補助金活用
12/2火 ㉑	理想のプリンセス体験
12/2火 ㉒	カラフル多肉でリースづくり!
6土 ②	FPから学ぶ! 賢い投資とお金の新常識
6土 ⑤	骨盤底筋トレーニングで美姿勢を手に入れよう!
6土 ⑥	初心者の方にお勧め! かぎ針編みを体験してみよう
6土 ⑳	キレイと健康は背骨と骨盤から
7日 ②	FPから学ぶ! 賢い投資とお金の新常識
7日 ④	和菓子をつくろう! 今日からあなたも和菓子職人!
8月 ⑳	自分で着物を着て和装ポージングでパチリ

まちの店主が先生
くらよし得する



第10回

主催 倉吉商工会議所
主管 倉吉商工会議所商業部会
後援 倉吉市

参加者の声

- 親子で参加してとても楽しめました。
- とても丁寧に教えていただきとても楽しかったです。
- プロからポイントを聞くことが出来て良かったです。
- 楽しかったです。家でもやってみます。

参加者大募集

受付開始

10/6⑩

開催期間 **2025.10/14⑩~12/8⑩**

皆様のご参加、お待ちしております!

※まちゼミ各講座は、お一人で複数名のお申込みは出来ません。トラブル防止の為、受講者される方は、ご自身のお申込みのみをお願いします。

受講料 無料

- ただし、内容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。あらかじめご了承ください。

申込は各店へ

- 定員になり次第、締め切りとなります。
- お申込みは各店の受付時間内をお願いいたします。
- 小学生以下は保護者同伴をお願いいたします。
- 受講対象者が限定されている講座がありますのでご注意ください。 ※詳細は各店へご確認ください。

お申込みから受講まで

- 1 講座の内容をチェック!**
チラシに記載されている講座内容をご覧ください。
- 2 受講したい講座を見つけたらお店に電話!**
受講したい講座が見つかったら各店に「まちゼミの申込み」と伝えてください。 ※詳細は各店にお尋ねください。
- 3 受講予約をしたら当日は遅れないように!**
受講時間に遅れないよう、持ち物等忘れないようにしてください。「まちゼミ」を楽しみましょう! ※遅れる場合、キャンセルは電話を!

●安心して受講していただくために、お店からの強引な販売行為は一切ありません。