

第12回  
まちゼミ  
特別企画

# ぼくとわたしの Familyまちゼミ



## すぺーす Comodo

【会場】すぺーす Comodo  
鳥取市栄町401



すぺーすComodoの  
各講座参加の方には  
本通パーキング  
無料券進呈

すぺーすComodoは、鳥取市認可の子育て支援センター『子育てひろば』を併設し、『カルチャー教室』もあり、子どもたちをはじめ、ママやご家族、地域の皆様の「いい」「学び」「遊び」の場を提供しています。

予約が必要です 申込 TEL 29-6101 平日9:30~15:30

## A メモリアルカットアート

(講師) hair nico. はなこ

ベビーのカットした髪を可愛い記念品に。

11/20(月)  
10:00~10:30  
10:30~11:00

〈対象〉(初めて)ヘアカットをする赤ちゃん  
〈定員〉各7名  
〈材料費〉300円



## B ベビー&キッズファーストアート

(講師) スタッフ(保育士)

生まれて初めて作るアート作品。

11/20(月)  
11:15~11:45

〈対象〉0~3歳児  
〈定員〉5名  
〈材料費〉300円



## C キッズリトミック

(講師) スタッフ(保育士)

ママと一緒に音楽でリズム感、表現力、感性を育みます。

11/21(火)  
10:00~10:30

〈対象〉1~2歳児  
〈定員〉10組  
〈持物〉タオル、水分補給のできるもの



## D ベビーとママのヨガ

(講師) あやインストラクター

ベビーとママがスキンシップを楽しみながらのヨガ。

11/21(火)  
11:00~11:30

〈対象〉生後3ヵ月~歩き始める頃まで  
〈定員〉5組  
〈持物〉タオル、水分補給のできるもの



## E ベビーリズム体操

(講師) えりインストラクター

ベビーとママで音楽に合わせて楽しくエクササイズ。

11/22(水)  
10:00~10:30

〈対象〉生後6ヵ月~1歳半くらい(よちよち歩き)  
〈定員〉5組  
〈持物〉タオル、水分補給のできるもの



## F ベビーマッサージ

(講師) ベビーマッサージインストラクター

赤ちゃんが喜ぶベビーマッサージ。発育を促し、親子の愛情の確認。

11/22(水)  
11:00~11:30

〈対象〉生後2ヵ月~  
〈定員〉5組  
〈持物〉お申込み時にご確認ください  
〈材料費〉200円



## 産後ケア やわらかい風

託児スペース  
あります! (定員あり)  
対象:生後1ヵ月~5ヵ月  
(要予約)080-3210-7949

【会場】パレットとっとり 市民交流ホール

やわらかい風は、妊娠中から産後まで、赤ちゃんとお母さんに寄り添いながら、子育ての伴走をします。母乳外来、母子ショートステイ(宿泊)、母子デイケア(日帰り)、乳児の一時預かり他行なっています。お住まいの市町村により助成もありますので、お気軽にお尋ねください。



## G みらいのパパママ塾

(講師) 助産師 長治香代子

これから赤ちゃんを迎えるご家族の方へ赤ちゃんの沐浴、抱っこの仕方、おむつ交換を体験しませんか。

11/23(木祝)  
11:00~12:00  
14:00~15:00

〈対象〉これから赤ちゃんを迎える方  
〈定員〉各3組程度  
申込 ショートメールのみで受付  
TEL 080-3210-7949



## K 大人も楽しめる絵本の読み聞かせ&わらべうた

(講師) スタッフ

絵本とわらべうたの世界を楽しみましょう。大人も赤ちゃんも歓迎します。

11/23(木祝)・24(金)  
13:00~13:30  
14:00~14:30

〈予約不要〉



## H パパも一緒にベビーマッサージ

(講師) スタッフ(保健師)

着衣のまま赤ちゃんに出来るマッサージです。スキンシップを通して、親子の絆を深め、赤ちゃんの発達を促します。

11/23(木祝)  
13:00~13:40  
14:00~14:40、15:00~15:40

〈対象〉概ね5ヵ月までの赤ちゃんとお父さん(ママでも可) 〔定員〕各5組  
〈持物〉バスタオル (参加費)200円  
申込 ショートメールのみで受付  
TEL 080-3210-7949



## L ちょっと先取りクリスマス寝相アート

(講師) スタッフ

クリスマス先取りした、可愛い寝相アート。

11/23(木祝)・24(金)  
13:00~15:00

〈対象〉赤ちゃんとその家族  
〈定員〉各12組程度(先着順)  
〈予約不要〉



## I パパの子育て相談室

(講師) ファシリテーター Yuta

ちょっと聞きたい、ちょっと聞いてよ。日頃の子育てのギモンやお悩みを持ち寄り、ざっくばらんに皆で考えましょう。

11/23(木祝)  
13:30~14:15  
14:30~15:15

〈対象〉乳幼児を子育て中の父親(定員)各3組  
申込 ショートメールのみで受付  
TEL 080-3210-7949



## M つまみ細工で作るミニヘアクリップ

(講師) スタッフゆき(つまみ細工士)

お宮参り、お食い初め、お雛祭りなどおめでたい日に手作りの髪飾りをつけて、素敵な思い出を。

11/23(木祝)・24(金)  
13:30~14:20  
14:30~15:20

〈定員〉各5組  
〈材料費〉300円  
申込 ショートメールのみで受付  
TEL 080-3210-7949



## J 多胎児交流会

(講師) 鳥取TaiTaiサークル「てと」 田辺美和子

多胎児ならではの悩みや疑問、同じ体験をしたママ同士で分かち合える。皆で楽しくおしゃべりしましょう。

11/23(木祝)・24(金)  
10:00~12:00

〈対象〉多胎児のパパママ、プレパパママ  
〈定員〉各5組  
申込 メールのみで受付  
Mail: tottori23tetote@gmail.com



## N 出張やわ風相談室

(講師) 助産師 川口映子

女性の心とからだの相談室。お気軽にお立ち寄り下さい。相に付き、15分間お話を伺います。

11/24(金)  
11:00~12:00  
13:30~14:30

〈定員〉各4組程度(先着順)  
〈予約不要〉



知りたかったあんなこと、こんなこと...お店の人が教えてくれる!

得する街のゼミナール

# 第12回 鳥取 まちゼミ

2023 11月1日(水)~30日(木)

【主催】まちづくりレディース鳥取 【共催】鳥取商工会議所

【後援】鳥取県中小企業団体中央会 【協賛】鳥取本通商店街(振)・若桜街通商店街(振)・瓦町商店街(振)・新鳥取駅前地区商店街(振) 鳥取市中心市街地活性化協議会 鳥取太平線通り商店街(振)・智頭街通商店街(振)

Facebookで情報発信中!  
まちづくりレディース鳥取



全53講座  
受講者募集

「まちゼミ」  
とは?

お店の人が講師となって、専門店ならではの専門知識や情報、コツを無料で教えてもらえる。街の中の少人数のゼミナールです。

講座は5タイプ

- 学ぶ きれい
- 健康 つくる
- 和文化

受講料無料

内容によっては材料費がかかるものもございます。

- 材料費は原則として講座当日に会場で徴収します。
- お申込後のキャンセルは、材料費を頂戴する場合がございますのでご了承ください。

受講方法

各講座の申込方法に沿ってお申込ください。

申込時に以下の項目をお伝えください。

- ①お名前
- ②連絡先(電話・FAX・メールアドレス等)
- ③ご希望の講座名・番号
- ④希望日時

受講者  
募集受付開始

10/30(月)

申込は各講座の  
営業日・受付時間内  
にお願いします

- 定員になり次第、締め切らせていただきます。
- 申込開始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ございます。ご注意ください。
- 各講座ともに、申し込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。
- 小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いいたします。



耳マーク

聞こえがご不自由な方で、各講座へのお申し込みが難しい方は下記のサポート店をご利用ください。

【絹の館さーびす】  
<fax>0857-22-8313  
<mail>mkimono7@mocha.ocn.ne.jp  
※第2・4火曜、毎週水曜定休

フクシ×アート  
WEEKs 2023

10/28(土)~11/26(日)

障がいと共に生きるアーティスト達の作品で  
まちを彩ります。展示総数約200点!

【お問い合わせ】絹の館さーびす TEL 22-8315 (第2・4火曜、毎週水曜定休) ※やむを得ない事情により、講座内容・日時等、変更・中止になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

### 会員店舗

- ブライダル青木
- 栄養倶楽部
- ガーデンかしの木
- BRUN×WORKS
- (医)みなみ歯科医院
- Rose Avanty
- (有)和光武道具
- (有)オカダ人形
- フタバ時計眼鏡店

- (株)金居商店
- 日華ふれんず
- サロン・ド・コクシュール プレ・ドゥ
- 白木屋種苗(株)
- 川口呉服店
- Musica Magica
- (有)田村紙工
- (有)西尾衣料
- (株)人形のはなふさ
- ふじもとカバン店

- ナオエ美容室
- 松本宇治園
- (有)奥田書店
- (有)ジャパンス
- ヤマガタカメラ店
- MADOショップ 山根金属
- 吉田一陽堂薬局
- (有)よねむら硝子
- (社)地域サポートネットワークとっとり
- 絹の館 さーびす

## まちづくりレディース 鳥取

結成22年目。会員数29名の“商い”で結ばれた女性の会です。豊かな暮らしができるよう、人とのつながりを大切に活動しています。

### 1 今さら聞けない慶弔時のし紙の書き方・使い方

(講師) 仏事コーディネーター 山口八千代  
慶事・弔辞のし紙の表書きや種類にも、時と場合にあわせての作法があります。真心を相手に伝えるために覚えておきたい知識や使い方を伝えます。

11/6(月) 11:00~12:00

(対象)どなたでも (定員)5名  
(会場)はなふさのお仏壇  
(持物)筆記用具

申込 はなふさのお仏壇  
TEL 26-3355 受付/10:00~18:00 火・水曜定休

### 2 「ことば学」でコミュニケーション上手に!

(講師) 一社)日本ことば学協会インストラクター 米澤路代  
一生懸命話しても伝わらないなんて事ありませんか? 伝わる言葉、言われない「悪い」言葉、などを統計化した「ことば学」。相手に喜ばせ、伝わることばの使い方を学んでみませんか?

11/23(木祝)・24(金) 13:30~14:30

(対象)どなたでも (定員)各15名  
(会場)鍼灸マッサージ治療院 薫風堂

申込 鍼灸マッサージ治療院 薫風堂  
TEL 30-1993 受付/9:30~18:30 日・月曜・祝日定休  
※施術中は電話をとれない場合があります。ご了承ください。

### 3 ポッコリ下腹お悩みカウンセリング

(講師) パーソナルトレーナー 看護士  
Inbodyによる、基礎代謝・体脂肪量・部位別筋肉量・腹囲の測定等から、あなたにピッタリの運動を専門カウンセラーがアドバイス! ポッコリお腹などの悩みも解消!

11/8(水) 13:30~14:00、14:30~15:00  
11/11(土)・14(火) 10:30~11:00、11:30~12:00  
11/23(木祝) 10:30~11:00、12:00~12:30

(対象)どなたでも (定員)各1名 (会場)カラダまなびラボ、(材料費)550円

申込 カラダまなびラボ、(丸由百貨店5階)  
TEL 080-2933-5630 受付/10:00~16:00 月曜定休  
※セッション中や不在の際は電話に出ない場合がございます。

### 4 イキイキ元気であり続けるための知恵ヤコツ

(講師) 和田  
わざわざ時間とお金を使って健康を願うのも有りですが、元気はもっとシンプルで素朴であると考えます。お喋りしながら知恵やコツを出し合いませんか?

11/6(月)・11(土)・19(日) 10:30~11:40

(対象)どなたでも (定員)各3名  
(会場)オーガニックスタイル 水越屋

申込 オーガニックスタイル 水越屋  
TEL 22-3548 受付/10:00~17:00 水・木曜定休

### 5 メガネ見え方相談会

(講師) HOYAレンズアドバイザー 小出氏  
レンズメーカーのHOYAから専門家を迎え、目の健康対策も交えて、最新のレンズのお話をします。初めてのメガネをお見えの方も、今のメガネが見えにくくなっている方も、ぜひどうぞ。

11/10(金) 14:00~15:00

(対象)どなたでも (定員)3名  
(会場)(株)中井脩

申込 (株)中井脩  
TEL 23-5221 受付/10:00~18:00 無休

### 6 貯骨と貯筋で健康寿命を延ばそう!

(講師) 総務予防健康管理士 赤松玲子  
家の中で継続できる簡単な運動と、たんぱく質や栄養補給に役立つプロテインの選び方やおいしい飲み方が学べます。ダイエットのご相談もOK!

11/7(火)・14(火)・21(火)・28(火) 14:20~15:00  
11/11(土)・18(土)・25(土) 10:00~10:40

(対象)女性 (定員)各2名 (会場)栄養倶楽部 (材料費)300円 (持物)簡単な運動ができる服装

申込 栄養倶楽部  
TEL 21-1010 受付/9:30~17:00 日曜定休

### 7 オリジナル波動水を試してみよう!

(講師) 森田薫司  
ヒーリング装置「数霊(かずたま)REWA」を使って、夢や願望を叶えやすくしてくれる波動水が作れます。楽しみましょう。

11/6(月)~11(土) 11:00~12:00

(対象)どなたでも (定員)各2名  
(会場)ほんものショップ モリケン  
(持物)空のペットボトル

申込 ほんものショップ モリケン  
TEL 090-7777-7492 受付/13:00~17:00 不定休

### 8 老化防止の薬膳と最新科学「セノリティクス」

(講師) 推拿整体師 石上晋一  
①中医学の基本と薬膳 ②最新の老化防止研究「セノリティクス理論」 ③自分の体質に合わせた老化防止の薬膳

11/10(金)・20(月) 10:00~11:30

(対象)どなたでも (定員)各5名  
(会場)クリニック推拿 健康館  
(持物)筆記用具・スマートフォン

申込 クリニカル推拿 健康館  
TEL 090-5266-3944 受付/9:30~17:00 水曜定休

### 9 いまさら聞けないコーヒーの淹れ方(ハンドドリップ編)

(講師) 富田佳宏  
広がるコーヒーの世界。そして、百花繚乱のコーヒーの淹れ方。でも、その基本は小学校理科にあり!? 基本を知って自分流の淹れ方を探してみませんか?

11/1(水)・2(木)・3(金祝) 17:30~18:30

(対象)どなたでも (定員)各2名  
(会場)まあるいコーヒー

申込 まあるいコーヒー  
TEL 090-7373-4344 受付/13:00~17:00 不定休

### 10 自分で出来る金継ぎ講座(欠けと割れヒビ)

(講師) 上杉 加藤  
毎年人気の講座です。土物の器の欠けと割れの補修をします。思いつきの器や大好きな器等、主に日常使いの器を直しながら使ってみませんか?

11/3(金祝)・5(日)・11(土) 10:30~11:30

(対象)どなたでも (定員)各4名  
(会場)BRUN×WORKS (材料費)1,500円  
(持物)直したい器1個、カッターナイフ

申込 BRUN×WORKS  
TEL 23-6406 受付/11:00~19:00 水曜定休

### 11 ダーニング教室 好きな衣類を再生

(講師) K-itto  
擦り切れたり穴が開いたりした衣類を補修するイギリスの修繕方法です。カラフルな糸を使って、くつ下やセーターをかわいらしく修繕します。

11/16(木)・19(日) 10:30~11:30

(対象)どなたでも (定員)各4名  
(会場)BRUN×WORKS (材料費)1,500円  
(持物)穴あき・虫食いセーター、シミの付いた洋服など

申込 BRUN×WORKS  
TEL 23-6406 受付/11:00~19:00 水曜定休

### 12 骨盤の動きをマスターして姿勢に

(講師) 鉄本幹枝  
①姿勢は骨盤で変わる ②骨盤と姿勢をセルフチェック ③骨盤体操 ④最後に変化をセルフチェック

11/8(水) 13:30~14:30、15:00~16:00  
11/11(土) 10:00~11:00  
11/29(水) 9:30~10:30

(対象)どなたでも (定員)各7名  
(会場)A/パレットとっとり B/とぎん文化会館 第8会議室

申込 メディカルカイロシエスタ  
TEL 090-6432-5393 受付/9:00~20:00 日曜定休  
LINE@648nawtt(メディカルカイロシエスタ鳥取)

### 13 とっとり創業ミニ相談会

(講師) 鳥取商工会議所 職員  
中心市街地での創業や空き店舗への出店について、開業までの流れや各種支援制度、空き店舗情報などについてご紹介します。まずはお気軽にご相談ください。

11/8(水) 13:30~16:00  
11/12(日)・19(日) 10:00~15:00  
11/26(日) 13:00~16:00

(対象)どなたでも (定員)各1名 (会場)パレットとっとり

申込 鳥取商工会議所  
TEL 32-8005 受付/9:00~17:00 info@tottori-cci.or.jp

### 14 アイシングクッキーをつくらう!!

(講師) 高見亜理沙  
アイシングクッキーを2枚つくります。簡単な製菓理論を学びます。

11/12(日)・19(日)・26(日) 10:00~11:00、11:00~12:00、13:30~14:30

(対象)どなたでも (定員)各4名 (材料費)1,000円  
(会場)パレットとっとり (持物)エプロン、飲み物

申込 Starry Sky  
TEL 090-7152-3567 受付/10:00~18:00

### 15 和紅茶の世界にようこそ!

(講師) 藤田祐子  
最近注目の和紅茶。海外の紅茶とは違う風味を味わってみませんか? 美味しく淹れるコツもお伝えします。

11/12(日)・26(日) 13:30~15:00

(対象)どなたでも (定員)各10名  
(会場)パレットとっとり (材料費)1,000円  
(持物)筆記用具、マスク

申込 お茶と薬膳のLab☆てんみ堂  
afze8064@yahoo.co.jp (メールのみ)

### 16 いきいき終活会☆葬儀とお墓、供養について

(講師) 一社)終活カウンセラー協会 終活カウンセラー1級 松田純人  
知って納得! 備えて安心! 葬儀やお墓、供養事を専門とする終活カウンセラーが、家族を悩ませないためのコツをご紹介します。お一人でも悩まず、なんでもご相談ください。

11/19(日) 10:00~12:00

(対象)どなたでも (定員)10名  
(会場)アコヤ楽器店(智頭街道)  
(持物)終活へのモヤモヤした気持ち

申込 メモリアルイナビ  
TEL 38-4400 受付/9:00~17:00 無休 inaba321@m-inaba.co.jp

### 17 ガラスのクリスマスツリー作り

(講師) スタッフ  
廃材の木材とガラスを使って、クリスマスの置物を作ります。

11/25(土) 10:00~12:00、13:00~15:00

(対象)小学生(1~6年生) (定員)各20名  
(会場)パレットとっとり

申込 リファレインイナビ  
TEL 59-6026 受付/10:00~16:00 月曜休館 ※受付開始は10/31(火)からになります

### 18 食べて、学んで、ジビエに詳しくなろう!!

(講師) 公立鳥取環境大学 竹内ゼミ 2023年度ゼミ生  
鹿肉(ジビエ)の調理とプチ講義を通して、ジビエに詳しくなろう。調理は鹿肉でミートボールを作成。香辛料を食のつながりについでに講義する。注意:調理では火を使う工程があります。

11/25(土) 13:30~14:30

(対象)どなたでも (定員)先着9名(小さいお子さん参加等により多少変動します) (会場)パレットとっとり (材料費)200円 (持物)エプロン・三角巾・マスク・ハンカチ・調理しやすい恰好

申込 公立鳥取環境大学 Healsch(ヘルッシュ)  
TEL 080-7806-0108 受付/10:00~18:00 ※電話対応が難しい時間帯あり。可能な限りメールでお願いします。 mmyu6771@gmail.com

### 19 クリスマス☆スワッグワークショップ☆

(講師) 専道来生流中法南會 中垣美紀  
冬の冷たい空気を吸ったドライ・生の花材を使って、クリスマス用のスワッグをワークショップで手作りします。花に触れることによって感じるやさしさや美しさを、クリスマス☆スワッグにしてみませんか?

11/26(日) 13:30~15:00

(対象)どなたでも (定員)6名  
(会場)パレットとっとり (材料費)1,500円

申込 中垣美紀いけばな教室  
TEL 090-7372-0383 受付/9:00~19:00

### 20 「ありがとう」を贈ろう

(講師) 笑い文字普及協会認定講師 河崎恵子  
すでに笑い文字が書いてあるハガキに朱色の筆ペンでほつとハートを書き入れて完成! 笑い文字のミニ体験イベント! あなたは誰に「ありがとう」を贈りたいですか?

11/26(日) 13:30~14:00、14:30~15:00、15:30~15:00

(対象)どなたでも (定員)各4名  
(会場)パレットとっとり (材料費)500円

申込 笑い文字普及協会認定講師 河崎恵子  
TEL 090-7125-7692 kawasa3388@gmail.com 受付/平日・土曜18:00~20:00 日曜・祝日10:00~18:00

### 21 コーヒー焙煎体験 & 産地ラオスの現状を学ぶ

(講師) 鳥取珈琲館 田中治  
①産地ラオスとオンラインで繋ぎ、現地の様子などを農園主ヌイさんからお話を。②コーヒー豆の焙煎を体験してみよう。③実際に飲んでみよう。④フェアトレードについて学ぼう。

11/26(日) 10:30~12:00

(対象)小学生 (定員)6名 (会場)パレットとっとり (持物)軍手

申込 鳥取商工会議所  
TEL 32-8005 受付/9:00~17:00 info@tottori-cci.or.jp

### 22 カバンにカビ?! ベタベタお困りごとにアドバイス

(講師) 藤本悦代  
革のバッグにカビ?! ベタつきなど、お手入れしてみませんか。気持ちよく長く使えるようになるかも…。日頃のお手入れや保存の仕方をお伝えします。

11/21(火) 10:30~11:30、14:00~15:00

(対象)どなたでも (定員)各5名  
(会場)ふじもとカバン店 (材料費)200円  
(持物)お手入れしたいバッグ等(2点まで)

申込 ふじもとカバン店  
TEL 22-4059 受付/11:00~18:00 第1・3水曜定休

### 23 基礎から学ぶ! ポイストレーニング!

(講師) ヤマハ講師  
「歌が上手になりたい!」「あんな風に歌ってみたい!」。本格的なポイストレーニングにチャレンジ! 正しい発声方法を学んで、歌唱を上げよう!

11/11(土)・18(土) 11:00~12:10

(対象)中学生以上(大人大歓迎) (定員)各5名  
(会場)アコヤ楽器店(智頭街道)  
(持物)水が補給用飲み物

申込 アコヤ楽器店(智頭街道)  
TEL 23-1331 受付/10:00~19:30 月曜定休

### 24 ヤマハ音楽教室「ドレミらんど」体験

(講師) ヤマハ講師  
歌やリズムでわくわくするような楽しい音楽体験! お子さまの音楽への興味や、好きという気持ちが大きくなる! 親子で楽しい音楽体験してみませんか?

11/26(日) 11:00~12:00

(対象)1歳~3歳(保護者同伴) (定員)各6名  
(会場)アコヤ楽器店(智頭街道)

申込 アコヤ楽器店(智頭街道)  
TEL 23-1331 受付/10:00~19:30 月曜定休

### 25 急須でお茶をいれてみませんか

(講師) 松本由美子  
急須で茶葉からお茶をいれていただきます。初心者大歓迎! 普段からお茶をいれている方には、さらに美味しくなるコツをお伝えします。

11/15(水) 11:00~12:00  
11/17(金) 13:00~14:00  
11/18(土) 16:00~17:00

(対象)どなたでも (定員)各6名  
(会場)松本宇治園 (材料費)500円

申込 松本宇治園  
TEL 23-3116 受付/10:00~15:00 日曜・祝日定休

### 26 アクリル絵具で絵を描いてお家に飾ろう!

(講師) 伊吹春香  
キャンパスにアクリル絵具で絵を描きます。テーマは自由です。モチーフ写真(ベッドや風景など)の持ち込みOK。小学生以下の方は実際に塗るのいろを見てみましょう。

11/5(日) 14:00~15:30

(対象)どなたでも(小学生以下保護者同伴) (定員)6名 (会場)鳥取画材 (材料費)800円  
(持物)モチーフの写真、汚れてもいい服装でお越しください。

申込 鳥取画材  
TEL 23-4510 受付/9:00~17:30 無休

### 27 今日から備える認知症

(講師) スタッフ 森  
65歳以上の5人に1人が認知症と言われる2025年がもう目前。今からでも遅くない自分らしく健康な毎日を過ごすための前向き予防法をわかりやすくお話しします。

11/9(木)・16(木) 14:00~15:00

(対象)どなたでも (定員)各3名  
(会場)吉田一陽堂 若桜橋薬局 (持物)筆記用具

申込 吉田一陽堂 若桜橋薬局  
TEL 22-4795 受付/9:00~19:00 日・月曜、祝日定休

### 28 アートナリメイク缶に多肉植物寄せ植え講座

(講師) 伊奈多真弓  
捨てられる缶を利用して作ったお洒落なポットに、多肉植物専用の土を使って寄せ植えします。大人から子どもまで、楽しく簡単に完成できます。

11/5(日)・12(日) 11:00~11:50、13:30~14:20、14:30~15:20、15:30~16:20

(対象)どなたでも (定員)各5名 (会場)アートスペースからふる (材料費)600円 (持物)汚れてよい服装、エプロン

申込 アートスペースからふる  
TEL 35-0191 受付/10:00~17:00 日曜・祝日定休

### 29 シルクスクリーンでオリジナルTシャツ作り

(講師) 松屋美樹  
シルクスクリーンで手刷りで自分だけのオリジナルTシャツが作れます。カッコいいかわいい圖案を自由に選んで、世界に一つのTシャツを作りましょう!

11/23(木祝)・25(土) 11:00~12:00、13:30~14:30

(対象)どなたでも (定員)各2名  
(会場)アートスペースからふる (材料費)2,500円(Tシャツ持ち込みは2,000円)  
(持物)汚れてよい服装、エプロン ※Tシャツ(持参できる方)

申込 アートスペースからふる  
TEL 35-0191 受付/10:00~17:00 日曜・祝日定休

### 30 女子のデジタル一眼カメラ体験会

(講師) 山縣勇太郎  
デジタルカメラの基礎を知って、面白い写真を撮って楽しみたいよ!

11/12(日) 14:00~15:30

(対象)女性 (定員)2名  
(会場)ヤマガタカメラ店  
※デジタル一眼カメラ(SDカード入り)は貸し出します(カメラ持参可)

申込 ヤマガタカメラ店  
TEL 22-2959 受付/10:00~17:00 水曜定休

### 31 つまみ細工でお正月飾り

(講師) スタッフ  
つまみ細工で、お正月にピッタリの壁掛けを作ります。

11/6(月)・25(土) 10:30~12:00、13:30~15:00

(対象)どなたでも (定員)各7名  
(会場)絹の館 さーびず  
(材料費)1,000円

申込 絹の館 さーびず  
TEL 22-8315 受付/10:00~18:00 第2・4火曜、水曜定休

### 32 フラワーキャンドルをつくらう

(講師) スタッフ  
プリザーブドフラワーをワイヤーでつなげて、キャンドルの回りを彩ります。LEDライトを使用するので安心です。

11/10(金)・30(木) 10:30~11:30、13:30~14:30

(対象)どなたでも (定員)各5名  
(会場)絹の館 さーびず  
(材料費)1,000円

申込 絹の館 さーびず  
TEL 22-8315 受付/10:00~18:00 第2・4火曜、水曜定休

### 33 茶の湯ミニ講座 茶席を彩る 漆のひみつ

(講師) 山根宗己  
茶席を華やかに、シックに彩る漆の道具。漆工の基礎知識から道具の種類まで、学芸員の資格を持つ講師がミニ講義。後半は実際に漆器のいろを見てみましょう。

11/12(日) 10:30~11:30、14:30~15:30

(対象)どなたでも (定員)各5名  
(会場)絹の館 さーびず  
(持物)筆記用具、メモ帳など適宜

申込 絹の館 さーびず  
TEL 22-8315 受付/10:00~18:00 第2・4火曜、水曜定休

### 34 ペーパーフラワーで飾るクリスマス

(講師) 鳥取市のブクリアドバイザー 岡村真由美  
誰でも簡単! 花型にカットされた紙を、身近な道具で立体にして、アレンジしたら完成です。

11/8(水)・22(水)・23(木祝)・29(水) 9:30~10:30  
11/4(土)・13(月) 14:00~15:00

(対象)どなたでも (定員)各6名 (会場)ペーパーデコレーション フタバ (材料費)1,000円 (持物)エコバッグなど

申込 ペーパーデコレーション フタバ  
TEL 22-3082 受付/9:30~18:00 日曜・第2・4金曜定休

### 35 スケレットでアヒージョ!

(講師) 森下富美子  
アヒージョはオリーブ油で煮るスペインの代表的な小皿料理です。今回は熱伝導率がよく蓄熱性の高い、スケレットでの調理をご紹介します。

11/9(木)・16(木)・21(火) 10:30~11:30

(対象)どなたでも (定員)各2名  
(会場)キッチン モリシタ (材料費)500円

申込 キッチン モリシタ  
TEL 090-6840-8701 受付/10:00~13:00/15:00~17:00 第2・4土曜、日曜・祝日定休

### 36 ひょうたんライトを作っちゃおう

(講師) 工芸作家 岡本利之  
毎回ひょうたんライト講座は「鳥取まちゼミ」では大好評! デザイン心・絵心なくても、年齢を問わず楽しく挑戦しましょう!

11/7(火)・14(火)・21(火)・28(火) 14:00~15:30

(対象)どなたでも (定員)各5名  
(会場)金居商店 (材料費)1,500円(ひょうたん、LEDライト)

申込 ひょうたんライト工房  
TEL 090-3747-6930 受付/9:00~17:00

### 37 無添加 みつろうハンドクリーム作り

(講師) 金居美津子  
毎年好評! 無添加のみつろうと自然農の calendula エキスを使用し、手にも心にも優しいハンドクリームを作ります。

11/26(日) 13:00~13:30、14:00~14:30

(対象)どなたでも (定員)各5名  
(会場)金居商店 (材料費)800円

申込 (株)金居商店  
TEL 23-0321 受付/10:00~17:00 土・日曜、祝日定休

### 38 初心者者の着物着付体験

(講師) 三谷美登里  
普段着物に縁のない方を対象に、講師と一緒に自分で着物を着る体験講座です。一度着物に触れてみませんか?

11/27(月) 10:00~11:30

(対象)女性 (定員)5名  
(会場)プライダル青木  
(持物)U字型Tシャツ、フェイスタオル5枚、足袋(もっている方)

申込 プライダル青木  
TEL 22-4629 受付/10:00~17:00 木曜定休

### 39 髪は育つ! 髪のお手入れ講座

(講師) クラシガ・ハシモト  
美しく健康な髪が育つように、正しい髪のお手入れ方法をお話します。シャンプーの仕方、美しく保つコツなど。

11/9(木) 10:30~11:30、13:00~14:00、15:00~16:00

(対象)美髪を目指す方(女性) (定員)各2名  
(会場)サロン・ド・コクシュール プレ・ドゥ  
(材料費)500円

申込 サロン・ド・コクシュール プレ・ドゥ  
TEL 26-1896 受付/10:00~17:00 月曜定休

### まちゼミ講座カレンダー

11/1 水 9  
2 木 9  
3 金 9 10  
4 土 34  
5 日 10 26 28  
6 月 1 4 7 31  
7 火 6 7 36  
8 水 3 7 12 13 34  
9 木 7 27 35 39  
10 金 5 7 8 32  
11 土 3 4 6 7 10 12 23  
12 日 13 14 15 28 30 33  
13 月 34  
14 火 3 6 36  
15 水 25  
16 木 11 27 35  
17 金 25  
18 土 6 23 25  
19 日 4 11 13 14 16  
20 月 8  
21 火 6 22 35 36  
22 水 34  
23 木 2 3 29 34  
24 金 2  
25 土 6 17 18 29 31  
26 日 13 14 15 19 20 21 24 37  
27 月 38  
28 火 6 36  
29 水 12 34  
30 木 32

ぼくとおたのFamily まちゼミ