

栗 東 市

提供年月日	令和7年10月29日
担 当 部 署	環境経済部 商工観光労政課

資料提供

タイトル (事業名等)	「得する街のゼミナール2025」を実施します
概 要	<p>【内 容】</p> <p>お店の人が講師になって、専門知識や特性について無料で教えてくれる少人数制のミニ講座“まちゼミ”。お店の特徴や店主の人となりを知ってもらい、お店のファンづくりを目指します。</p> <p>湖南四市（栗東、守山、野洲、草津）あきんど連絡会事業として、四市が連携して開催することにより、地域外からの顧客確保に繋げるとともに、お客様ニーズを捉え、経営改善のきっかけにしていきます。</p> <p>【日 時】</p> <p>令和7年11月1日（土）～12月14日（日）</p> <p>【場 所】</p> <p>湖南四市（栗東、守山、野洲、草津）内各店舗 他</p> <p>【主 催 者】</p> <p>湖南四市あきんど連絡会（栗東市商工会、守山商工会議所、野洲市商工会、草津商工会議所）</p> <p>【参 加 費】</p> <p>参加費無料（内容によっては材料費がかかるものがあります）</p> <p>【問 合 せ】</p> <p>栗東市商工会 古株 TEL：077-552-0661</p>
資料の有無	有（まちゼミ2025のチラシ）

お店の人が教えてくれる！

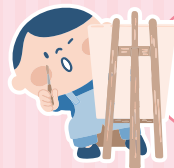
受講料
無料



お店の人が講師になって、「プロならではのコツ」や「使い方や考え方」などを無料で教えてくれる少人数制のミニ講座です。お客様のお役に立つことで、「お店」と「まぢ」のファンづくりを目指しています。

まぢゼミ

2025



プロならではの
コツを体験できる！



開催期間

11/1^土 ▶ 12/14^日

受付開始

10/16^木

お申し込みから受講までの流れ

【ご注意事項】

- 内容によっては教材費がかかるものがあります。
- 講座中に迷惑行為をされた場合はご退席いただきます。
- 小学生以下のお子様を受講される場合は、保護者同伴での参加をお願いします。

1 講座を選ぶ

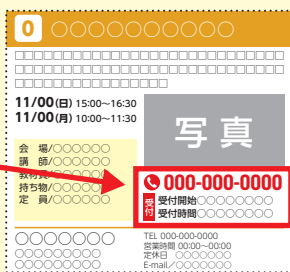
チラシの内容から受けたい講座をお選びください。

2 申し込む

受講前に必ずお申し込みください。受付方法はここをcheck!!

3 参加する

当日の持ち物を確認の上、時間・場所をお間違えないよう、ご参加ください。
やむを得ず欠席される場合は、受講先へ必ずご連絡ください。



受付方法



- 受付方法・開始日・時間帯等は講座によって異なりますので、ご確認の上お申し込みください。
- TELの際は「まぢゼミの申込です」とお伝えください。
- FAX、メールの場合は「受講講座番号」「受講希望日時」「受講者氏名」「電話番号」を必ず明記ください。

■ 栗東市商工会

〒520-3047 栗東市手原3-1-25
TEL.077-552-0661 FAX.077-553-5263

■ 守山商工会議所

〒524-0021 守山市吉山3-11-43
TEL.077-582-2425 FAX.077-582-1551

■ 野洲市商工会

〒520-2423 野洲市西河原2400
TEL.077-589-4880 FAX.077-589-5380

■ 草津商工会議所

〒525-0032 草津市大路2-11-51 キラリエ草津3F
TEL.077-564-5201 FAX.077-569-5692

主催：湖南四市あきんど連絡会

後援：草津市・栗東市・守山市・野洲市

湖南四市まぢゼミホームページ▶



1 『相続・相続税の基礎の基礎』

誰もが理解しづらい相続や相続税の基礎知識をわかりやすく解説いたします。令和6年1月から改正された贈与税の仕組みも合わせて説明いたします。

11/ 1(土) 10:00~12:00
11/ 9(日) 10:00~12:00
11/24(月・休) 10:00~12:00

会 場/杉本総合会計
講 師/税理士・行政書士
杉本 浩志
持ち物/筆記用具、電卓
定 員/各回8名または4組

☎ 077-552-6185
受付時間 9:00~17:00

杉本総合会計
栗東市手原5-6-19
五番街ビル201号

TEL 077-552-6185 FAX 077-552-6199
営業時間 9:00~17:00
定休日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始
E-mail/sugimoto@sugi-kaikai.com
https://sugi-kaikai.com/

2 3年目の大人気美容針1000円です！

前回、人気だった美容針を今年も実施します。美容針の即効性と効果を知っていただいた後、30本の美容針施術を受けていただき、効果を体験していただきます。

期間中(定休日を除く)の
午前8時から11時(最終受付)

会 場/ブラウド保険鍼灸
整骨院
講 師/武田 竜太
教材費/1,000円
(美容針30本)
定 員/各時間5名

☎ 077-558-5999
受付時間 8:00~12:00

ブラウド保険鍼灸整骨院
栗東市緒4丁目11-25

TEL 077-558-5999
営業時間 8:00~12:00、17:00~19:00
定休日 日曜日
E-mail/proudseikotuin@gmail.com
https://www.mnm-proud.com

3 Welcome to Beauty Land

ビューティーランドは美肌へと導くテーマパーク♪6つのアトラクションを巡る美肌レッスン。さあ！自分に合ったお手入れを探そう。

11/3(月・祝) 10:00~11:30
11/3(月・祝) 13:30~15:00
11/5(水) 13:30~15:00

会 場/メナードフェイシャル
サロン栗東御園
講 師/毛利 亜也子
教材費/500円
持ち物/フェイスタオル、メイク用品
定 員/5名

☎ 077-559-2021
受付時間 10:00~17:00

メナードフェイシャルサロン
栗東御園
栗東市御園1886-2

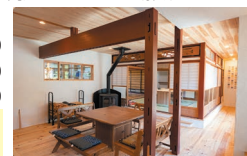
TEL 077-559-2021 FAX 077-559-2021
営業時間 10:00~17:00
定休日 不定休
E-mail/menard.skip.arriba@ezweb.ne.jp
https://www.menard.co.jp/shop/00628841s

4 住まいと不動産の終活セミナー

古い家をどうするか、話し合っていますか？「まだ元気なうちに」がキーワードです。相続や空き家問題をわかりやすく解説します。

11/15(土) 10:00~11:30
11/29(土) 10:00~11:30
12/ 6(土) 10:00~11:30

会 場/いえのたね ベスト
ハウスネクスト(株)
講 師/吉本 智
教材費/500円
定 員/5組



☎ 077-516-7555
受付時間 10:00~18:00

いえのたね
ベストハウスネクスト(株)
栗東市六地蔵1023 *駐車場あり

TEL 077-516-7555
営業時間 8:00~18:00 定休日 無し
E-mail/kinoie@besthouse.cc
https://besthouse.cc/

5 骨盤底筋群チェック講座

国家資格保有の専門家と一緒に、筋肉のはたらきを体験しながらチェック！今の状態を知り、セルフケアのヒントもわかります！

11/4(火)~28(金)までの
火・木・金曜の9:20~17:00
(1回あたり30~40分)

会 場/栗東市商工会
会議室D
講 師/美濃谷 美早子
教材費/1000円
持ち物/バスタオル
定 員/各回1名(1回あたり30~40分)
対 象/女性

☎ 6168072misako@gmail.com
☎ 090-7751-9805
施術中は電話に出れません。折り返し
しますので、メッセージをお願いします。

寄り添うケア「みのや」
京都府長岡京市勝竜寺二ノ坪2-9

TEL 090-7751-9805
営業時間 9:20~17:00
E-mail/6168072misako@gmail.com

6 頭皮ほぐし体験

頭皮をほぐして頭も気分もスッキリ！首や肩こりも楽になります！

11/4(火)~28(金)までの
火・木・金曜の9:20~17:00
(1回あたり30~40分)

会 場/栗東市商工会
会議室D
講 師/美濃谷 美早子
教材費/1000円
持ち物/バスタオル
定 員/各回1名(1回あたり30~40分)
対 象/女性

☎ 6168072misako@gmail.com
☎ 090-7751-9805
施術中は電話に出れません。折り返し
しますので、メッセージをお願いします。

寄り添うケア「みのや」
京都府長岡京市勝竜寺二ノ坪2-9

TEL 090-7751-9805
営業時間 9:20~17:00
E-mail/6168072misako@gmail.com

7 ベイスターズファン仲間の作り方

ベイスターズの話をしたくても周りに仲間がいない。安心して下さい。ここにはベイスターズファン仲間がおります。お気軽にご連絡下さいませ！お待ちしております。

11/24(月・休)
18:00~21:00

会 場/ステーキキッチン
ボストンコモン
講 師/松山 竜太
教材費/2500円、食事代
持ち物/ベイスターズユニ
フォーム・グッズ等
定 員/10名

☎ 077-552-8129
受付時間 10:00~20:00

ステーキキッチン
ボストンコモン
栗東市緒10丁目8-3

TEL 077-552-8129 FAX 077-552-8129
営業時間 11:30~14:00、18:00~21:00
定休日 毎週火曜日、第1・3月曜日
E-mail/welcome@bostoncommon1998.com
https://boston-common1998.com

8 今、お使いの敷ふとん、洗ってますか？

365日使っている敷ふとん、なかなか洗うことができませんよね。水フィルター掃除機の掃除機で汚れを吸引し、除菌スプレーでコーティング、その後高温でしっかり乾燥します。

11/ 8(土) 10:00~18:00
11/ 9(日) 10:00~18:00
11/10(月) 10:00~18:00

会 場/ふとん・ギフトの三
木屋
講 師/三木・三浦・千代
教材費/550円
定 員/1日7名



☎ 077-558-2408
受付時間 9:30~17:00

ふとん・ギフトの三木屋
栗東市荒張2201

TEL 077-558-2408 FAX 077-558-0437
営業時間 9:30~18:00
定休日 第1・3火曜日、水曜日
https://www.futonmikiya.com/

9 オリジナル朱印帳を作ってみよう！

掛軸用の裂(きれ)や和紙で表紙を作り、オリジナルの朱印帳を作ってみませんか。手帳やフリーノートとしてもお使いいただけます。

11/ 9(日) 14:00~16:00頃
11/13(木) 14:00~16:00頃

会 場/古梅堂 磯貝表具店
講 師/磯貝 理絵
教材費/2,000円(朱印帳の
キット、表装裂、和紙)
持ち物/工作用ハサミ・カッ
ター・ボールペン
がシャープペン
定 員/各回8名

☎ isogai.kobaido@gmail.com
☎ 077-552-0139
受付時間 9:30~17:00

古梅堂 磯貝表具店
栗東市六地蔵972

TEL 077-552-0139 FAX 077-552-0139
営業時間 10:00~17:00
定休日 不定休
E-mail/isogai.kobaido@gmail.com
http://kobaido.main.jp

10 カラダとお口の健康チェック

体組成測定(筋肉・体脂肪量等)と咀嚼チェックを行い、健診機関の専門スタッフが結果に基づいたアドバイスを実施します。共同開催・立命館大学スポーツ健康科学部

12/ 1(月) 14:00~15:00

会 場/(一財)近畿健康管
理センター
講 師/歯科衛生士・
健康運動指導士
定 員/15名
対 象/20歳以上

☎ 077-551-0670
受付時間 9:30~16:00

(一財)近畿健康管理センター
KKCウエルネス栗東健診クリニック
栗東市小野501-1

TEL 077-551-0670 FAX 077-551-0681
営業時間 8:30~17:30
定休日 土曜日・日曜日・祝日
https://www.zai-kkc.or.jp

11 赤ちゃんの頭の形ケア講座

国家資格保有者の赤ちゃん発達専門家と学ぶ、赤ちゃん頭の形ケア始めませんか？

11/14(金) 10:00~11:00
11/14(金) 13:00~14:00

会 場/Happiness
講 師/濱 享子
教材費/500円(マッサージオイル)
持ち物/バスタオル
定 員/各回4組
対 象/生後1か月~1歳前後
の赤ちゃんとママ

☎ 公式LINEID: @983mimzj
LINE

Happiness
栗東市笠川35-4

TEL 090-8527-0107
営業時間 9:00~17:00
定休日 土曜日・日曜日
E-mail/koba7215@icloud.com

12 Making your own advent calendar

クリスマスに向けての楽しいカウントダウン・アドベントカレンダーを作りながら英語を覚えよう！

11/23(日・祝) 10:00~11:30
11/24(月・休) 10:00~11:30
11/30(日) 13:00~14:30

会 場/Kazunkey's
English House
講 師/山中 和美
教材費/500円(教材費)
定 員/各回8名
対 象/4歳~小学生



☎ kazunkeys-english-house.jp
お問い合わせから

Kazunkey's
English House
栗東市高野70

TEL 080-1424-7959
営業時間 9:00~19:00 定休日 日曜日
E-mail/pinpepemaroon@gmail.com
kazunkeys-english-house.jp

お店の人が教えてくれる!

まちゼミ

2025

受講料 無料

湖南四市 まちゼミ ホームページ

QRコード

栗 東 守 山 野 洲 草 津

15 セルフ写真館でのファミリーフォト撮影体験 16 ご家庭でもできる!ぎょうざ作り 17 骨格から整う美骨ヨガと瞑想

オープンしたセルフ写真館で、お得な料金でファミリーフォトを体験頂けます。最後に今後の店舗運営のためのアンケートにご協力ください!!

11/2(日) ①9:00~10:00 ②11:00~12:00 ③14:00~15:00 ④17:00~18:00

会 場/NÜME(ニューム)
講 師/鎌田 理恵
教材費/3000円
持ち物/綺麗な靴(土足で写真撮影を希望の場合)
定 員/1組
対 象/動物不可

TEL 090-3357-2266
営業時間 9:00~18:00
定休日 不定休

お店でのぎょうざの包み方とおいしく焼ける焼き方を教えます!

11/16(日) 14:00~16:00

会 場/太陽軒
講 師/山本 映彦
教材費/1000円
定 員/1講座あたり15名・3組

TEL 077-554-3223
営業時間 18:00~24:00
定休日 火曜日

18 服を着たまま遠赤外線半身浴サウナ体験

骨格にやさしくアプローチする「美骨ヨガ」と呼吸で体をゆるめ、瞑想で心をととのえます。ご自宅で続けられるセルフケアを学べる講座です。

11/ 8(土) 10:00~11:00/19:00~20:00
11/26(水) 10:00~11:00/19:00~20:00

会 場/いえのたね(栗東市六地藏1021)
講 師/神之口ウエルネス プロデューサー
教材費/1000円
持ち物/タオル・水分補給のため水筒
定 員/1講座あたり5名

TEL 077-554-8231
FAX 077-554-8232
営業時間 9:00~18:00

13 木で作る!マイクリスマスツリー 14 季節の寄せ植え教室

季節に合った寄せ植えをおしゃれに作ってみませんか?

11/ 8(土) 13:00~15:00

会 場/花と緑の創造産業 フラワー&グリーン 創造
講 師/千代 正典
教材費/2500円
持ち物/手袋
定 員/1講座あたり10名

TEL 077-552-1345
FAX 077-552-0143
営業時間 9:00~18:00 定休日 無
E-mail/sozo@mk1.macnet.or.jp
www.sozo.co.jp

19 座ってできるセルフヘッドケア

座ったままできるセルフヘッドケアをご紹介します。こめかみ・耳・頭頂部などを優しくほぐして、頭や目の疲れをリフレッシュ。「自分へのごほうびケア」を一緒に体験します。

11/ 1(土) 10:00~11:00
11/12(水) 13:00~14:00
11/23(日・祝) 10:00~11:00

会 場/女性専用ヘッドスパサロンharuru
講 師/榎元 千香
教材費/1000円(当日キャンセル料1000円)
定 員/1講座あたり2名
対 象/女性のみ参加者や講師への訪談、販売厳禁

TEL 090-9259-0108
営業時間 10:00~19:00 定休日 火曜日
E-mail/oobuta52@gmail.com
https://www.haruru-haru.com/

20 美味しいステーキとボジョレーヌーヴォーの飲み比べ会

ボジョレーヌーヴォー解禁日(11/20)に赤白合わせて美味しいステーキを食べながら5種類のワインの飲み比べをしよう。内容はステーキ(50g)+添え物+ワイン5種類となります。※まちゼミ終了後の飲食は要予約させていただきます。

11/20(木) 19:00~20:00

会 場/ステーキキッチン ボストンコモン(栗東市尾10丁目8-3)
講 師/安井 真吾
教材費/2500円
定 員/10名
対 象/20歳以上

TEL 077-558-1225 FAX 077-558-2426
営業時間 9:00~18:00 定休日 日曜日
E-mail/yasui-saketen@outlook.jp
yasui-sake.net

21 今年こそ、本気でダイエットしませんか?

ダイエットは脂肪を燃やしてこそ成功!減っている体重は筋肉か?手軽に見えるダイエットこそ専門知識が必要です。ダイエットに必要な内容をお話させていただきます。

11/1(土)~12/14(日) 10:00~20:00

会 場/さつき整体院
講 師/飯田 玲佳
教材費/0円
持ち物/なし
定 員/1講座あたり1名

TEL 077-598-6411
営業時間 10:00~20:00 定休日 不定休
E-mail/satsuki.seitain@gmail.com
https://jp.ilb.io/satsuki-seitain/

22 手軽で楽しめる多肉植物の寄せ植え教室

見ているだけで癒される多肉植物。季節毎に楽しんでいただけます。

11/22(土) 10:30~12:00, 14:00~
11/23(日・祝) 10:30~12:00
11/24(月・休) 10:30~12:00

会 場/えんどう種苗
講 師/中島 靖世
教材費/2,500円
定 員/1講座あたり5名

TEL 077-583-0272 FAX 077-583-8819
営業時間 8:30~18:30 定休日 6・7・12月のみ水曜日
E-mail/trom-endo.seed@ucb.ocn.ne.jp
https://endoseed.hp.perach.com/endoseed

23 オリジナルTシャツやマグカップにプリントしよう

自分で描いた絵や文字をフルカラーの昇華プリントでオリジナルなTシャツを作ろう。どのような工程でできるのかも詳しく説明します。

11/1(土)~12/14(日) 10:00~17:00(水曜日定休)
希望される時間帯の約1時間

会 場/鉄人工房マツヤ
講 師/松谷 悦男
教材費/500円(Tシャツまたはマグカップ代)
定 員/1講座あたり1~3名または1組

TEL 077-598-1682 FAX 077-598-1683
営業時間 10:00~19:00 定休日 水曜日
E-mail/info@tetsujin.jp
https://www.tetsujin.jp/

24 開運花文字体験

開運絵柄でカラフルな文字を描く花文字。楽しく練習して一文字完成させましょう。滋賀県初の体験会。どんなでもご受講いただけます。

11/19(水)・11/23(日・祝) 各日 10:30~12:00

会 場/チカカフェ(守山市梅田町2-1・セルパ守山B1)
講 師/奥山 弓子
教材費/1,000円(事前徴収)
持ち物/ウエットティッシュ
定 員/1講座あたり6名

TEL 077-598-1682 FAX 077-598-1683
営業時間 10:00~19:00 定休日 水曜日
E-mail/info@tetsujin.jp
https://www.tetsujin.jp/

25 スポーツバイクのチューブ交換(メンテナンス講座)

自転車で行く旅行に際して心配なのがパンクトラブル!チューブ交換が出来ればロングライドも更に楽しくなるはず。まずは自分の自転車に慣れて実践してみましょう。

11/15(土) 15:00~16:00

会 場/キヨシ商会
講 師/南平 喜代和
持ち物/タイヤレバー、空気入れ、自転車(お乗りになられているスポーツバイク)
定 員/1講座あたり5名
対 象/社会人

TEL 077-585-1843 FAX 077-585-2163
営業時間 9:00~20:00(受付19:00まで) 定休日 日曜日・祝日
E-mail/kiyoshi@chorus.ocn.ne.jp
https://kiyoshisyokai.com/

26 江戸時代から続くお餅屋さんでの体験教室

①かんたん練り切り教室 お抹茶と共に!
②草木染め教室 自然の草木を使った染め体験

11/20(木) ①10:30~②13:30~

会 場/鶴屋吉正 ギャラリー美秀
講 師/①小宮山美恵 ②萌木の会
教材費/①2,500円 ②クッション1,000円 スカーフ2,800円
持ち物/エプロン、タオル、②のみ汚れてもいい服
定 員/各講座10名

TEL 077-582-2378 FAX 077-582-0688
営業時間 10:00~18:00 定休日 木曜日・金曜日・土曜日・毎月17日
https://www.facebook.com/turuyayoshimasa/

27 季節の寄せ植え教室

季節に応じた寄せ植えの作り方、コツを教えます

11/26(水) 10:00~12:00

会 場/ダスキン守山支店
講 師/山本 信宏
教材費/2,500円
持ち物/スリッパ、手ぶくろ、エプロン
定 員/1講座あたり8名

TEL 077-581-2525 FAX 077-581-2528
営業時間 9:00~17:00 定休日 土曜日・日曜日・祝日
https://www.duskin.net

28 ゴルフ体験

ゴルフのスイングや簡単なルール・マナーを楽しく学んでいただけます。

11/11(火)・16(日) 各日 14:30~16:00

会 場/琵琶湖レイクサイド ゴルフコース
講 師/森本 栄吉、藤村 壮
教材費/2,000円
持ち物/スニーカー
定 員/1講座あたり4名
対 象/18歳以上

TEL 077-585-1321 FAX 077-585-3886
営業時間 7:00~18:00 定休日 年中無休
E-mail/biwagolf@ayaha.co.jp
https://www.ayahagolf.co.jp/biwako/

29 高級クリームでのプチエステ体験(パック付)

プチエステ体験フェイシャルコース!癒しの時間を体験されませんか?

期間中の月曜または火曜 10:00~17:00(うち1時間程度)

会 場/サロンTOMO
講 師/佐伯 知子
教材費/3,000円
持ち物/洗顔後のスキンケア用品・メイク用品
定 員/1講座あたり1名

TEL 077-585-1843 FAX 077-585-2163
営業時間 10:00~20:00(受付19:00まで) 定休日 日曜日・祝日
E-mail/kiyoshi@chorus.ocn.ne.jp
https://kiyoshisyokai.com/

30 カイロプラクティック教室

あなたの悩み、解決の鍵は骨盤にあり!【おすすめの方】肩こり/頭痛/やせない/不眠/冷え症/技術を覚えたい方

11/3(月・祝)~12/14(日) 10:00~16:00(所要時間:約60分)

会 場/骨盤カイロぽかぽか
講 師/東 奈津子
教材費/2,000円
持ち物/動きやすい服装
定 員/1講座あたり1名(ペア参加OK)

TEL 070-2287-5811
営業時間 平日10時~21時 土日祝10時~18時 定休日 不定休
E-mail/pokapoka.chiro@gmail.com
https://www.instagram.com/natsuko.azuma/

31 冷え性改善ぽかぽか体操

*AI姿勢分析*ぽかぽかゴム/バンド体操 手足が冷たい。よく眠れない。悩みを諦めていませんか?体操で姿勢を整え、内側から温かい体を目指しましょう!

11/2(日)・24(月・休) 10:00/14:00(各回約60分)

会 場/あまが池プラザ(守山市勝部1丁目13-1)
講 師/ままと広場
教材費/2,000円
持ち物/フェイスタオル、動きやすい服装
定 員/1講座あたり10名
対 象/女性限定

TEL 070-2287-5811
営業時間 10:00~15:00 定休日 週1回営業
E-mail/mamatako0909@gmail.com
https://www.instagram.com/mamatako0909/

32 癒しのランプ作り×やさしい韓国語体験

韓国の伝統紙「韓紙」であかりを灯すランプを手作り。作りながら日常で使えるやさしい韓国語も体験できます。韓国好き・初心者歓迎!文化とことばに触れる時間です。

11/12(水)・12/2(火) 各日 10:00~12:00

会 場/韓国語教室ふらっと
講 師/ユン なつ恵
教材費/2,000円(ラングキット代)
持ち物/筆記用具
定 員/1講座あたり4~5名

TEL 077-599-0339
営業時間 10:00~19:00(15:00) 定休日 水曜日・日曜日・祝日
E-mail/_flat@pc-flat.jp
https://korean.pc-flat.jp

33 クリスマスソングを弾いてみよう!

一早くクリスマス気分を!楽器レンタルも出来ますので、まったく初めての方もお気軽にご参加いただけます。一度ギターを弾いてみたかった方にピッタリの企画です。

11/24(月・休) 10:00~11:30 14:00~15:30 17:00~18:30

会 場/守山ギター道場
講 師/渥美 悟史
持ち物/ギターのお持ち込み可
定 員/1講座あたり3名

TEL 077-585-1843 FAX 077-585-2163
営業時間 9:00~20:00(受付19:00まで) 定休日 日曜日・祝日
E-mail/kiyoshi@chorus.ocn.ne.jp
https://kiyoshisyokai.com/

34 手軽に気楽に、一人で着るセパ着物体験!

セパレート着物専門店「湖布」の着物を、アナタご自身で最後まで着てみませんか?自分で着る体験会です。日常で気楽に楽しめるセパ着物。ぜひお申込みを!!

11/1(土)・29(土)・12/6(土) 各日 10:00~12:00

会 場/守山宿家うの家和室(守山市守山1丁目10-2)
講 師/金守 千恵
教材費/2,000円
持ち物/足袋(たびソックス)、キャミソール・タンクトップ等をご用意ください
定 員/1講座あたり3名または2組

TEL 090-4270-0562
営業時間 10:00~18:00 定休日 不定休
E-mail/koff.chie@gmail.com
https://koff-sepakimonono.com/

受講前に必ず TEL・FAX・メール・WEB フォーム等での予約が必要です

35 はじめてのドローンサッカー体験

迫力満点!球体ドローンを自在に操りゴールを狙え!初めてでも楽しめる新感覚スポーツ。試合形式で楽しくチャレンジしながら、操縦の魅力と迫力を体験していただけます。

11/22(土) 10:00～11:00
13:00～14:00

会 場/守山市民交流センター
多目的ホール
(守山市守山2-16-45)
講 師/太田・隠岐
教材費/500円
持ち物/上履き
定 員/1講座あたり10名
対 象/小学3年生以上(推奨)



二次元コードより
お申込みください。

株式会社ティクオフン
(日本ドローンサッカー連盟滋賀支部)
守山市金森町512-3
TEL 077-558-6211 FAX 077-582-9013
営業時間 10:00～18:00(予約制)
定休日 日曜・祝日
E-mail/info@takeoffcn.com/
https://www.takeoffcn.com/

36 健康寿命をのばす体操教室

いつまでも人の手を借りず、自分の足で歩ける生活をするために膝と腰のつかいかたを学びます。体力に自信のない方や身体のかたさに悩まれる方を対象に体操教室をおこないます。

11/7(金)・14(金)
各日 10:00～10:40

会 場/ひまわり整骨院
講 師/佐藤 駿介
教材費/500円
持ち物/タオル、水分
定 員/1講座あたり4名
対 象/60歳以上

090-1173-5076
https://line.me/R/ti/p/@662kppqo
受付時間
8:30～17:00



ひまわり整骨院
守山市吉身3-11-15
南ビル1階
TEL 090-1173-5076
営業時間 8:30～19:00
定休日 日曜・祝日
https://moriyamahimawariseikotsuin.com/

39 楽器を始めるなら今がチャンス! 無料体験レッスンにご招待!

「ピアノやギターを弾いてみたいけど、できるかな?」「どんなレッスンなんだろう?」そんなあなたのギモンや不安を無料体験レッスンで解消しませんか?お子様から大人までどなたでも大歓迎!

11/28(金)・29(土)
各日 10:00～18:00
通常レッスン30分無料体験

会 場/たかい音楽教室
講 師/高井 広美(ピアノ・エレクトーン)
高井 博章(ギター・ウクレレ)
定 員/各日10名限定



077-535-5359
https://www.takai-music-school.com/
受付時間 10:00～18:00
受付はHPより
電話は留守番電話にご予約下さい

たかい音楽教室
守山市勝部1-11-25
TEL 077-535-5359
営業時間 10:00～21:00
定休日 日曜日
E-mail/contact@takai-music-school.com
https://www.takai-music-school.com/

40 アートフルフルーツカッティング

普段なんとなく食べているフルーツを、華やかで可愛くおいしくカットします。ペティナイフ1つでフルーツを大変身させます!普段のおやつやお弁当にも取り入れられるカットもお伝えします。

11/20(木) 10:00～11:30

会 場/フルーツパーラー
あっぶるこ
講 師/大川 裕美
教材費/1,000円(フルーツ、持ち帰り用パック代)
定 員/1講座あたり2名または1組

077-582-2306
受付時間 11:00～17:00



フルーツパーラー
あっぶるこ
守山市守山1-6-3
TEL 077-582-2306
営業時間 11:00～17:00(LO 16:30)
※営業時間は季節により変動します
定休日 月曜日・火曜日
https://appleco.hp.peraichi.com/

43 美肌は姿勢から!姿勢とお肌のチェック

密接に関係している姿勢とお肌!AIによる姿勢チェックとマイクロスコブによるお肌のチェックで、今のあなたの体の状態をチェックします!(ホームケアのプレゼント付)

11/17(月) 9:00～16:00
11/19(水) 9:00～16:00
11/25(火) 9:00～16:00
① 9:00 ②10:00 ③11:00
④12:00 ⑤13:00 ⑥14:00
⑦15:00

会 場/カイロプラクティック
ウィルネスサロン
アプリコット
講 師/栗栖 朱里
定 員/1枠1名



iraka8958@gmail.com
090-3721-5493
公式LINE
@582ymdgo
受付時間
9:00～18:00

カイロプラクティック
ウィルネスサロン アプリコット
野洲市六条761-3
TEL 090-3721-5493
営業時間 9:00～18:00
定休日 火・木・金・日曜・祝日
E-mail/iraka8958@gmail.com
公式LINE @582ymdgo

44 煎りたての香りを楽しむ、珈琲の淹れ方教室

珈琲の基礎知識と淹れ方を知り、当日に焙煎した珈琲を入れて、味わっていただけます。

11/ 6(木) 10:00～11:30
11/ 6(木) 13:30～15:00
11/13(木) 10:00～11:30
11/13(木) 13:30～15:00

会 場/エヌアイ珈琲
講 師/北中 哲也
教材費/1,000円(説明資料、原材料)
持ち物/筆記用具
定 員/6名

077-514-7099
受付時間
13:00～18:30



エヌアイ珈琲
野洲市市三宅1964
TEL 077-514-7099 FAX 077-514-7099
営業時間 10:00～19:00
定休日 水・木曜日
E-mail/info@ni-coffee.jp
https://www.ni-coffee.jp

47 ホルモンバランスを整えるやさしいヨガ

なんとなくの不調、疲れやすさ、気分の浮き沈み...その原因はホルモンバランスかも?やさしい動きと深い呼吸で整えて、軽やかな毎日へ導きます。

11/10(月) 10:00～11:00
11/27(木) 11:00～12:00
12/11(木) 11:00～12:00

会 場/こあねす+move
講 師/宇野 和佳子
持ち物/タオル・水分(あればヨガマット)
定 員/10名



077-532-7501
受付時間 9:30～21:30
電話に出れなかった場合は携帯番号にて折り返しご連絡します。

こあねす+move
栗東市辻527-1
TEL 077-532-7501
営業時間 8:30～21:30
定休日 日曜日

48 琵琶湖の魅力と癒し体験

天然の水風呂を使用したハーブサウナ体験(湖面状況によりSUPも使用)

11/3(月・祝)～11/19(水)
9:00～16:00
(希望時間より1時間程度)

会 場/SIGNAL
講 師/蔵本 亮
教材費/1,000円(サウナのみ)、3,000円(サウナ+SUP)
持ち物/水着(濡れても良い服装)
定 員/8名
対 象/小学生以上



080-1460-4277
受付時間 9:00～17:00

SIGNAL
野洲市吉川13326-1
マイアミ浜オートキャンプ場
TEL 080-1460-4277
営業時間 9:00～17:00
定休日 不定休
E-mail/signal_sup@yahoo.co.jp

51 いつもの洗車をプロ仕様に!? 洗車講座

車が好きな自分で洗車をされている皆様、せっかくならプロの技を身につけてみませんか?

11/ 8(土) 10:00～12:00
11/ 8(土) 14:00～16:00
11/22(土) 10:00～12:00
11/22(土) 14:00～16:00

会 場/Car Gross
講 師/稗田 一輝
教材費/500円(タオル・ジャンパー)
持ち物/愛車
定 員/5名



080-2518-1424
受付時間 10:00～17:00

Car Gross
近江八幡市安土町下豊浦
5079-39
TEL 080-2518-1424
営業時間 9:00～19:00
定休日 なし
E-mail/cargrosshiga@gmail.com
https://www.cargross.jp/

52 【無料】健康相談・減量相談会

健康診断の数値が気になる方、減量したい方。身体の痛みや不具合でお悩みの方。健康管理士が体質と原因をチェックし、改善法をご提案します。

期間中、随時開催。
所要時間60分。

会 場/あき整体院
講 師/健康管理士
小林 清子
定 員/1人または1組



077-586-5773
受付時間
9:00～20:00

あき整体院
野洲市行畑2丁目1-25
TEL 077-586-5773
営業時間 9:00～20:00
定休日 不定休
http://aki-seitai.org

55 健幸お灸教室

はじめてでも簡単!自分でできるお灸のやり方、ツボの探し方、東洋医学とお灸に関する知識が楽しく学べます。♪温かくて気持ちいいセルフケアで健幸生活をはじめてみませんか?

11/2(日) 10:00～11:30
11/3(月・祝) 10:00～11:30

会 場/鍼灸施術所 誠療庵
講 師/山本 誠・山本 藍
教材費/500円(当日)
持ち物/ひじ下とひざ下が
出しやすい服装
定 員/1講座あたり5名



077-584-5289
受付時間 9:00～18:00

鍼灸施術所 誠療庵
草津市浜川11-10-12
ヴィラヤマモト1F
TEL 077-584-5289
営業時間 9:00～22:00(最終受付18:00)
定休日 日曜日・祝日
E-mail/seiryooan.info@gmail.com
https://seiryooan.com/

56 [3名限定]パーソナルトレーニング体験

運動初心者大歓迎!!
あなたに合ったやさしいトレーニングから始められます!!

11/ 9(日) 11:00～12:00
11/15(土) 11:00～12:00
12/ 3(水) 19:00～20:00

会 場/RAGUSTADIUM
講 師/北岡 延孝
教材費/0円
持ち物/動きやすい服装、飲み物、タオル、室内シューズ(あれば)
定 員/1講座あたり1名または1組



080-3019-6927
受付時間 13:00～21:30

RAGUSTADIUM
草津市岡本町841-1
TEL 080-3019-6927 FAX 077-561-5585
営業時間 10:00～21:30
定休日 水曜日
E-mail/info@ragustadium.jp
ragustadium.jp

57 健康の秘訣は腸にあり

今日から始められる。腸活!新時代!!
心身の健康を維持するために腸内環境を整え、幸福寿命を延ばそう

11/ 1(土) 11:00～18:00
11/15(土) 11:00～18:00
11/29(土) 11:00～18:00

会 場/健康相談にここにご堂
講 師/山本 康博
教材費/無料
持ち物/なし
定 員/1講座あたり1時間です
対 象/毎日便が出ない人や
コロコロ便で悩んでいる人

077-562-1165
受付時間 10:00～18:00

健康相談にここにご堂
草津市矢倉1丁目5-33
TEL 077-562-1165 FAX 077-558-8132
営業時間 10:00～18:00
定休日 日曜日
E-mail/yamamoto@niko2do.com
https://niko2do.com

37 クリスマスリース作りのワークショップ

フレッシュのヒムロ杉などをベースに、ユーカリや実物に合わせてナチュラルでおしゃれ感のあるクリスマスリースを作ります。初めての方もお気軽にご参加してください。

11/12(水)・19(水)・26(水)
各日 11:00～17:00(うち1時間程度)

会 場/flower shop 花の森
講 師/吉瀬 杏佳
教材費/4,000円
持ち物/ハサミ(花用をお持ちの場合はご持参下さい。無ければお貸しします)
定 員/1講座あたり2名または1組



https://hananomori-flowershop.com/
ホームページ内予約フォームより

flower shop 花の森
守山市播磨田町386-7
TEL 070-8569-951
営業時間 平日11:00～17:00 土曜13:30～16:00
定休日 日曜日・月曜日・火曜日
E-mail/hana.no.mori@icloud.com
https://hananomori-flowershop.com/

41 お仕事の悩み、スッキリ解決!キャリア相談

国家資格(中小企業診断士、キャリアコンサルタント)を有するコンサルタントが、あなたのお仕事の悩みをお伺いします。1人1時間までキャリア相談を体験できます。

11/16(日)・30(日)・
12/14(日)
各日 9:00～17:00
(うち各回1時間程度)

会 場/Life x Fun project
株式会社
講 師/栗田 一人
持ち物/筆記用具、メモ帳
定 員/1講座あたり1名



info@lifexfun.com
090-6916-2704
受付時間 9:00～20:00

Life x Fun project(株)
滋賀県大津市栗津町4-7石山駅前近江
鉄道ビル5階 billageOTSU503号
TEL 090-6916-2704
営業時間 9:00～20:00
定休日 不定休
E-mail/info@lifexfun.com
https://lifexfun.com

38 卓球の基礎を学んで楽しくラリーしよう!

卓球の基礎的なフォームを学んでラリーを続けましょう!
フォームを意識することで、身体全体を使うので日頃の運動不足解消にもつながります!

11/3(月・祝)
13:00～14:00

会 場/卓球スクール・卓球用品店アドバンス
講 師/清水 美歩
持ち物/体育館シューズ(上履き)、運動着
定 員/1講座あたり8名
対 象/小学3年生以上～



077-598-1834
受付時間 9:00～18:00

卓球スクール・用品店アドバンス
守山市勝部1丁目3-12
TEL 077-598-1834 FAX 077-514-2128
営業時間 9:00～19:00
定休日 不定休
E-mail/info@t-advance.jp
https://t-advance.jp/

42 お家の座談会

冬、暖かい家がいい。結露の少ない家がいい。赤ちゃんやペット、小さな子どもに優しい家がいい。地震に強い家がいい。そして間取りもこだわりたい!!

11/14(金) 10:00～12:00
11/15(土) 10:00～12:00

会 場/もりとし工務店
講 師/森 暖子
持ち物/メモ
定 員/6名または3組
対 象/家作り、建て替え等検討中の方



077-588-1551
受付時間
10:00～17:00

もりとし工務店
野洲市富波乙198
TEL 077-588-1551 FAX 077-587-0363
営業時間 9:00～18:00
定休日 日曜、第二土曜日
E-mail/purin865@live.jp
https://moritoshi.co.jp/gallery/instagram moritoshikk

46 糶屋吉右衛門のパン教室

イースト菌の代わりに糶とご飯で作る糶種でパンを作ります。地元の小豆や野菜で作る「発酵あんこ」のあんぱんを焼き、別に生地を最初からこねて、お持ち帰りいただきます。

11/9(日)・12(水)・18(火)・
20(木)・23(日・祝)
(各日とも)10:00～12:30

会 場/糶屋吉右衛門
講 師/山崎 富美子
教材費/4,000円
持ち物/エプロン、三角巾、持ち帰り袋
定 員/7名



077-587-0397
受付開始 10/18(土)
受付時間 9:00～17:00

糶屋吉右衛門
野洲市三上1039
TEL 077-587-0397 FAX 077-587-0743
営業時間 9:00～17:00
定休日 日曜日
E-mail/yasu-koujiya@ares.eonet.ne.jp
https://koujiya-kichiuemon.jp

49 きこえの相談会(きこえのセミナー)

最近きこえについてお悩みはございませんか?上手な補聴器の選び方など聞こえに関する専門員がズバリ解説します!

11/15(土) 10:00～11:30
11/15(土) 13:30～15:00

会 場/㈱ナイスプラザニシモト
講 師/斎藤・数
教材費/無料
定 員/6名



077-589-2035
受付時間 10:00～15:00

㈱ナイスプラザニシモト
野洲市西河原2383
TEL 077-589-2035 FAX 077-589-3731
営業時間 9:00～18:00
定休日 日曜日
https://www.niceplaza-nishimoto.com/

50 和菓子屋でお茶席体験

職人が作る主菓子を見学し、お茶室で出来立ての主菓子を食べていただき、薄茶を飲んでいただきます。

11/24(月・休) 13:30～14:30
11/24(月・休) 15:30～16:30

会 場/御菓子子 梅元老舗
講 師/梅原 俊之
教材費/2,000円
持ち物/なし
定 員/5名×2席



090-2280-7696
受付時間 13:00～16:00

御菓子子 梅元老舗
野洲市野洲267
TEL 077-587-0068 FAX 077-587-2921
営業時間 9:00～18:00
定休日 火曜日
E-mail/ohmi@umemoto-wagashi.com
https://umemoto-wagashi.com/

53 足場材を実際に組んで、建築資材に触れてみよう!!

建設現場だけのものと思われがちな「足場材」。実はその強度と自由度を活かして、ドックラン・倉庫・棚など、暮らしやビジネスに役立つ空間作りができます。「こんな使い方ができるのか!」という発見をお届けします!

11/16(日)
9:00～17:00(各1時間)

会 場/丸裕
講 師/石出 裕介
定 員/6組



077-514-9107
受付時間 8:30～18:00

丸裕
守山市杉江町372
TEL 077-514-9107
営業時間 8:30～18:00
定休日 日曜日
https://r.goopo.jp/maruyu/

54 AI姿勢診断+体のゆがみ個別相談【無料】

肩こり・腰痛・便秘・冷え・むくみ・生理痛など女性が繰り返し日々悩んでいる不調は、骨盤の歪みが原因かも!?骨盤の歪みをAI姿勢診断(通常¥3,300)を無料で見る(けどこへいっても改善しない方は是非気軽にご参加ください!)

11/1(土)・11/4(火)・11/12(水)・
11/17(月)・11/28(金)

① 9:00～ ②10:00～ ③11:00～ ④12:00～
⑤13:00～ ⑥14:00～ ⑦15:00～ ⑧16:00～
⑨17:00～ ※各時間帯1名完全予約制



会 場/FUJICO BASE
講 師/山田 智子
持ち物/動きやすい体のラインがわかりやすい服装
対 象/中学生以上の女性

ご予約は公式LINEにて承ります。
受付時間 8:00～18:00
公式LINE▶

FUJICO BASE
草津市下笠町731-1
TEL 077-598-6423
営業時間 9:00-18:00
定休日 日曜日・祝日
E-mail/fujicobase.2569@gmail.com

58 健康マージャン入門・実践体験講座

今流行の健康マージャンの体験講座です。

全く初めての方には入門講座にて牌の呼び方から並べ方まで。経験者は実践形式で楽しみながら体験して頂きます。

①入門 11/ 1(土) 10:15～11:45
②入門 11/ 7(金) 10:15～11:45
③実践 11/14(金) 10:15～11:45

会 場/わくわく健康まーじゃん教室
講 師/石本 彰、石本 恵津子
教材費/無料
持ち物/筆記用具
定 員/8名



kanchando7517@outlook.jp
090-3840-7517
受付時間 10:00～16:00

わくわく健康まーじゃん教室
草津市草津3丁目13-75
西井ビル

59 新米をおいしく食べよう

お米マイスター5つ星 食味鑑定士が
お米について色々まちゼミをする。

11/ 7(金) 9:30~11:30
11/14(金) 9:30~11:30
11/21(金) 9:30~11:30

会 場/クロスアベニュー
商業施設2F会議室
講 師/南井 孝一
教材費/100円
持ち物/筆記用具
定 員/1講座あたり6名

077-562-0462
077-599-5996
受付時間9:00~17:00まで

駅前米屋 営業時間 9:00~17:00
定休日 火曜日・祝日
草津市大路1丁目8番15号
E-mail/南井孝一 <info@ekimaekomeya.jp>
クロスアベニュー草津(トラスタワー1F玄米前よりご案内します)

60 AIによる歩行分析で 歩き方のくせをチェック

AI歩行分析を使って、理学療法士があなたの歩き方をチェックし、
アドバイスさせていただきます。

※要予約
11/1(土)~11/29(土)
1枠15分 お好きな時間をお問
い合わせください

会 場/リハビリ整体&
トレーニングJump
講 師/木村 元寿、
松永 英治
教材費/0円
持ち物/くつ
定 員/1講座あたり1名
予約制

info@rehabili-jump.com
077-575-5903
受付時間 9:00~20:00まで

リハビリ整体&
トレーニングJump
草津市野路町530-8
TEL 077-575-5903 FAX 077-575-5903
営業時間 AM9:00~12:30, PM15:00~20:00
定休日 木曜日、日曜日、祝日
E-mail/info@rehabili-jump.com
https://rehabili-jump.com/

61 漢方&腸活・本気ダイエット

22種の食物繊維+310種の酵素を含む食品と漢方薬の力で挑む
健康美ダイエット講座

11/20(木) 13:00~14:00

会 場/マルワ漢方
講 師/木戸 れいこ
教材費/0円
持ち物/なし
定 員/5名

漢方&腸活
本気ダイエット
077-564-3511
受付開始2025/10/17(金)から
受付時間10:00~17:00まで

マルワ漢方
草津市大路1丁目8-25
TEL 077-564-3511 FAX 077-564-3512
営業時間 9:30~19:00 平日 18:00(土)
定休日 木曜日・日曜日・祝日
https://maruwa-kp.com

62 痛みはどれくらい? 試せるひげ脱毛

痛みに不安がある男性へ!光脱毛体験 ひげ
卒への第一歩!口の横と唇下を照射!刺激の
程度を実感してみてください!1回では毛がな
くならない理由を知ること効果的な脱毛を

11/1(土)・11/4(火)・11/8(土)
①14:00~15:00 ②19:00~20:00

会 場/Nouveau toi(ヌーポトワ)
講 師/山元 実枝子
教材費/500円
定 員/1講座あたり 5名
対 象/30代~50代男性
※他、ご相談ください

070-5345-0101
受付時間
10:00~20:00
公式Instagram
@nouveau.toi

Nouveau toi(ヌーポトワ) TEL 070-5345-0101
営業時間 9:00~21:00
草津市追分1丁目5-29
ルネス・アン20F
定休日 不定休
https://nouveau-toi.com

63 着付け教室 体験レッスン

体型補正から帯結びまで一回完結! 初めてでも経験者でも美しい
着付け体験一緒に楽しくレッスンしましょう♪

11/ 5(水)・11/13(木)
11/17(月)・11/25(火)
各日10:00~11:30, 13:00~14:30

会 場/ブライダル・ポート
講 師/山本 智子
教材費/0円
持ち物/タオル3枚、レッスン
したい着物1式(無い
方は貸し出します)
定 員/1講座あたり5名
対 象/女性

info@bridal-port.com
077-565-0426
受付時間 10:00~18:00

ブライダル・ポート TEL 077-565-0426 FAX 077-565-0426
草津市野路1-12-11-107
営業時間 10:00~18:00
定休日 月曜日
E-mail/info@bridal-port.com
http://www.bridal-port.com

64 目の疲れ・リフトアップに美容鍼体験

疲れやストレスによる自律神経の乱れや頭痛・眼精疲労など体の
不調にお悩みの方へ東洋医学的考えをお伝えしながら顔や顔へ
の鍼治療を体験いただきます

11/ 5(水) 9:00~12:00・11/13(木) 14:00~18:00
11/19(金) 9:00~12:00・11/27(木) 14:00~18:00
12/ 3(水)・10(水) 9:00~12:00
※1枠30分 お好きな時間をお問い合
わせください

会 場/鍼灸マッサージ
夢一治療院
講 師/田原 一樹
教材費/500円
定 員/各時間1名または
1組2名まで

hiton612@gmail.com
080-3803-2809
受付時間 9:00~18:00

鍼灸マッサージ夢一治療院 TEL 090-7113-1202
草津市東草津3丁目
営業時間 9:00~21:00
定休日 不定休
(*予約時に詳細お伝えいたします)
https://www.instagram.com/yumeichi_hari/

65 ゴルフスイング入門

ゴルフスイング体験とマナーについて

11/ 3(月・祝) 13:30~14:30
11/24(月・休) 13:30~14:30

会 場/ミナミ草津ゴルフガーデン
講 師/野村 裕之
教材費/1000円
打席使用料ボール付き
持ち物/グローブ ゴルフクラブ
(無しでも可)
定 員/7名
対 象/社会人・主婦・シニア

077-562-1135
受付時間 10:00~16:30

ミナミ草津ゴルフガーデン TEL 077-562-1135 FAX 077-562-2761
草津市東矢倉3-9-75
営業時間 9:30~22:30
定休日 元日
E-mail/野村 裕之 <n-nomura@minami-group.jp>

66 ロボットのプログラミングを体験しよう

ロボット・プログラミングを学ぶロボット博
士養成講座の体験会です。ロボットの動き
を見て、Try&Learnで楽しみながら考
えて、プログラミング(C言語)していきます。
[守山会場]11/12・19・26、12/10(全て水)
各日とも18:00~19:30
[草津会場]11/8・15・22、12/13(全て土)
各日とも10:00~11:30, 14:00~15:30

守山会場/守山駅前コミュニティホール
(セルパ守山3階)
草津会場/草津市立キラリ草津302
講 師/若狭 喜弘
持ち物/筆記具
定 員/1講座あたり 2組
対 象/小学5年生~中学生

https://ws.formzu.net/dist/S30997747/
Webからお申込みください。
070-5346-1730
申込み
電話受付時間 平日13:00~18:00

学びラボ TEL 070-5346-1730
草津市平井5丁目16-20
グリーンレイク平井102
営業時間 13:00~18:00
定休日 日曜日
E-mail: robot-trial@core-infinity.jp
https://robot.core-infinity.jp/

67 無料でフラダンスを体験しよう!

アットホームなフラスクール。パウスカートを着てハワイ気分を楽
しみましょう!パウスカートの貸出は無料です!

11/10(月)・11/17(月)・
11/24(月・休)
・17:30~18:00(小学1~6年生)
・18:30~19:00(中学生以上)

講 師/MINAKO
教材費/無料
持ち物/タオル・お飲み物
定 員/1講座あたり10名
対 象/小学生1年生~70
歳まで

090-6976-7649
受付時間 10:00~18:00

ミナコフラススタジオ TEL 090-6976-7649
草津校 毎週月曜日開催
草津市川原町298-1
営業時間 17:00~21:00

68 耳ツボ×お灸で、めぐるカラダへ

東洋医学にもとづく耳ツボジュエリーで自律神経と食欲を整え、
自然にダイエット。

お灸との相乗効果で冷えや不調もやさしくケア。

11/2(日)・11/16(日)・
11/23(日・祝)・
12/7(日)・12/14(日)
①14:00~15:00、②15:30~16:30
③17:00~18:00

会 場/望鍼灸院
講 師/平山 電博
教材費/500円
定 員/1講座2名まで

hirayamaryuushin@gmail.com
090-8233-9383
受付時間 9:30~20:00

望鍼灸院 TEL 090-8233-9383
滋賀県草津市平井1丁目8-2
草津BLDG101
営業時間 月曜日~土曜日9:30~20:00
日曜日9:30~13:00 定休日 祝日のみ
E-mail/hirayamaryuushin@gmail.com
https://nozomishinkyu.jp

69 うばがもちの手作り体験講座

草津名物「うばがもち」を自分たちの手で昔のように手作り体験し
ていただきます。ご自分で作ったうばがもちはお土産としてお持
ち帰り頂きます。

11/15(土) 10:00~11:30

会 場/お菓子処うばがもちや本店
講 師/岩本
教材費/2000円
持ち物/エプロン・三角巾
定 員/1講座あたり20名
または10組
対 象/小・中・高生は保護者の方
と一緒にお願いします。

077-564-4649
受付時間 9:00~17:00

お菓子処うばがもちや本店 TEL 077-564-4649 FAX 077-565-3804
草津市大路2丁目13-19
営業時間 9:00~19:00
定休日 無し
E-mail/info@ubagamochiya.jp
https://www.ubagamochiya.jp

70 メイクと手元に秋の魔法

新色コンパクトを使って立体感メイクのレッスン
ビューティハンドケア

11/28(金) 10:00~11:30
11/29(土) 13:00~14:30
11/29(土) 16:00~17:30

会 場/メナードフェイシャ
ルサロン草津渋川
講 師/キタワ マツト オハシ
教材費/550円(粧材代)
持ち物/なし
定 員/1講座あたり2名または1組
対 象/女性(16歳以上)

skip.towany@gmail.com
080-4143-3865
077-562-3104
受付時間 9:00~19:00

メナードフェイシャルサロン TEL 080-4143-3865 FAX 077-562-3104
草津渋川 営業時間 9:30~18:00
草津市渋川1丁目4-39-1
定休日 不定休
E-mail/skip.towany@gmail.com
https://www.menard.co.jp/sp/shop/detail/006343615/

71 姿勢と健康

姿勢が良いと見た目の美しさだけでなく、心も体も健康になれま
す。姿勢に関する基礎知識のお話です。
(ご希望の方は姿勢調整の体験をしていただけます)

11/8(土)・22(土)
11/13(木)・27(木)
各日 13:00~14:30

会 場/KCSセンター草津院
講 師/井岡 典代(姿勢科学士)
教材費/0円
持ち物/筆記用具、動きや
すい服装でお越し
ください
定 員/各5名

077-569-5202
受付時間 10:00~18:00まで

KCSセンター草津院 営業時間 10:00~20:00
草津市大路1丁目1-1
エルティ932 3階
定休日 日曜日・月曜日・金曜日
E-mail/kcs-kusatsu@kcc.biglobe.ne.jp

72 真綿(まわた)を手引きして ひざかけ手作りワークショップ

今では希少な天然繊維、シルクのわた真綿
(まわた)を手引きして軽くてやさしいあた
たかさのひざかけを手作りしませんか

11/ 8(土) 10:30~12:30
11/15(土) 10:30~12:30
11/22(土) 10:30~12:30

会 場/ふとんのフジタ
講 師/藤田 克枝
教材費/4,000円(当日作った
ひざ掛けお持ち帰り)
持ち物/なし
定 員/1講座あたり2名

077-563-8500
受付時間 10:00~19:00

ふとんのフジタ TEL 077-563-8500 FAX 077-564-8321
草津市上笠4-12-19
営業時間 10:00~19:00
定休日 火曜日
E-mail/futonya.fujita@live.jp
fujitafuton.shop

73 しめ縄リースワークショップ

お正月の準備を少しづつ始める季節♪今回はカラフルで可愛いし
め縄作り体験を開催 お好きな花材を
選んでオリジナルのしめ縄で素敵な新
年を迎えましょう

11/4(火)、11(火)、25(火)
各日10:00~11:00

会 場/ストロベリーファクトリー
講 師/AKAHAI(入松 清美)
教材費/2,000円(しめ縄、花材一式)
持ち物/持ち帰り用袋
定 員/1講座あたり10名
または5組
対 象/女性限定

090-6976-7649
受付時間 9:30~17:00

ストロベリーファクトリー TEL 080-5787-9659
草津市北山田町3267-4
営業時間 10:00~17:00
定休日 火曜日

74 2時間で中学英語文法を全て学ぶ!

英語をうろ覚えで、文を作ってもあっているか自信がない。
覚える英会話でなく、長く難しい英語も覚えず自由自在に作れる、
話せるようにお教えします。英語ゼロの方大歓迎!

11/ 2(日) 14:00~16:00
11/15(土) 18:00~20:00
11/16(日) 14:00~16:00

会 場/草津 キラリエ草津
住 所/草津市大路2丁目1-35
講 師/陸山 悦子
教材費/0円
持ち物/筆記用具
定 員/10名
対 象/成人(教職の方は
ご遠慮下さい)

info@e-phoneme.com

エスクアカデミー TEL 050-6883-8986 FAX 050-6868-4868
営業時間 10:00~20:00
定休日 月曜日、土曜日、日曜日
E-mail/info@e-phoneme.com
https://e-phoneme.com

75 日本人の99%が知らない英語の舌になる

英語音を聞いてマনে覚えてませんか?Yes!はイエスではありま
せん。音ができるとリスニングもアップです!
英語ゼロでも大丈夫、ネイティブのようになります!

11/ 2(日) 14:00~16:00
11/15(土) 18:00~20:00
11/16(日) 14:00~16:00

会 場/キラリエ草津
住 所/草津市大路2丁目1-35
講 師/エスクアカデミー講師
教材費/0円
持ち物/筆記用具・飲み物・手鏡
(無くて大丈夫)
定 員/1講座あたり10名

info@e-phoneme.com

エスクアカデミー TEL 050-6883-8986 FAX 050-6868-4868
営業時間 10:00~20:00
定休日 月曜日、土曜日、日曜日
E-mail/info@e-phoneme.com
https://e-phoneme.com

76 毎日を整える発酵生活入門

腸活・美肌・免疫力アップに効果的な発酵食の魅力、をわかりやすく解説
します。生みその酵素による分解実験や、簡単に作れる発酵調味料の
レシピ体験もあり、日常に発酵生活を取り入れるヒントが満載です。

11/5(水)・12(水)・19(水)・26(水)
12/3(水)・10(水)
(各日とも)15:00~16:30

会 場/マインドアップガーデン
講 師/近藤 弘美
教材費/500円
持ち物/必要に応じて
エプロンや筆記用具
定 員/1講座あたり 3名
対 象/発酵食品や健康に関心
のある方、初心者歓迎

smile@mindupgarden.com
090-7596-3620
受付時間 9:00~21:00
公式Instagram

マインドアップガーデン TEL 090-7596-3620
草津市渋川11-3-25
LAスクエア2号館2階
営業時間 9:00~21:00
定休日 不定休
E-mail/shimachan3620@gmail.com
https://coubic.com/mindup_garden

77 理学療法士による整体60分施術体験

カウンセリング、姿勢分析、施術、セルフケアをご体験いただくこ
とができます。ぜひご自身のお身体を知る機会にされてください。

11/10(月)・11(火)・
12/13(土)・14(日)
各日 9:00~10:00

会 場/リハビリ整体院
soweru.
講 師/久保 七海
教材費/3,500円
定 員/1講座あたり1名

https://line.me/R/ti/p/@984xzmjv
080-3791-6357
受付時間 8:30~20:30

リハビリ整体院 TEL 080-3791-6357
soweru.
草津市西渋川11-17-42
営業時間 8:30~20:30
定休日 不定休
E-mail/soweru.nana@gmail.com
https://www.soweru.com/

78 茶の湯 表千家

「静」の作法を通して身につける礼儀作
法や美しい所作、点前・道具の扱い、季節
のしつらえを学び、和の心を深めます。

11/20(日) 9:30~ 11/16(木) 18:00~
11/20(木) 18:00~

会 場/千年の香り 千紀園
草津本店
講 師/水野 登美子先生・
岸村 敦子先生
教材費/4000円
持ち物/白い靴下
定 員/1講座あたり10名
対 象/小学校1年生以上
~大人の方

https://reserva.be/senkien
077-562-3424
受付時間 10:00~17:00
※ご予約は開催日の2日前まで承ります。

千年の香り 千紀園 TEL 077-562-3424 FAX 077-565-2280
草津本店 営業時間 10:00~17:00 定休日 水曜日
草津市上笠二丁目11-8
E-mail/info@senkien.jp
https://www.senkien.jp

Follow Me!

湖南四市あきんど連絡会では、SNSを通じて
まちゼミに関する様々な情報を発信していますので、
ぜひ“いいね!”または“フォロー”してください!



LINE
友だち追加



Instagram

