

第12回

まちゼミ

たかおか得する まちのゼミナール

全35講座

開催期間 令和4年11月19日(土)▶12月18日(日)

■主催／高岡商工会議所、高岡市商店街連盟、高岡市商工会 ■後援／高岡市

受講料無料

※講座によっては教材費がかかるものがあります。

申込開始日

令和4年11月15日(火)

まちゼミとは？

「つくる」「まなぶ」「きれい」など知りたい、体験したいテーマについてお店の専門知識やプロだからこそ知る情報やコツなどを皆さんに教える3講座です。身近にあるお店(教室)で新しい発見をしてみたいはいかがですか。お気軽にご参加下さい。

講座では販売は一切いたしません。

キャンセルについてのお願い

お申込み後キャンセルする場合は、できるだけ早めに直接参加店に連絡してください。教材費がある講座は、キャンセル料がかかる場合もございますので、ご注意ください。

申し込み方法

STEP1 ゼミを選ぶ

チラシの内容から受たいゼミをお選びください。

STEP2 申し込む

受たいゼミのお店へ直接「まちゼミの申込です」とお電話でお申込みください。

STEP3 参加する

時間・場所をお間違えないよう、ご参加ください。

- 受付時間を確認いただき、時間内にお電話ください。
- 教材費は講座当日会場にてお支払いください。
- 開催会場は各店ですが、別途会場を設けている場合もあります。時間、場所のお間違いがないようご参加下さい。
- 受講対象者を限定している講座もあります。
- 各講座ともに、受講時の持ち物をご確認ください。
- 中学生以下は保護者同伴での参加をお願いします。
- ★掲載の写真にはイメージもあります。

必ず事前にお電話で
ご予約ください

✂ つくる

0 つくる

ブロックでおもちゃ、ロボットつくりたいけん!!

11月20日(日)・12月4日(日)・12月18日(日)
15:00~16:00、16:30~17:30
11月26日(土)・12月10日(土) 10:00~11:00

ようちえんせい・ほいくえんせいからつくって・たのしくまなべるロボットプログラミング教室ロボ団!! 「つくる」をたのしもう!!

ロボ団高岡校 (浜ル・ソレイユ) 講師:折坂佑希 ☎0766-75-8314

高岡市御旅屋町1222-2
■受付時間/11:00~17:00
■定休日/月、水
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/水筒・マスク・ハンカチ

2 つくる

秋のコーディネートに映えるブローチ作り

11月21日(月) 13:30~15:00
11月30日(水)、12月1日(木) 10:00~11:30

~ジャケットやコートの襟にさり気なく~
ビーズで編んだ花モチーフをブローチピンやピンブローチを用いてアレンジします。お好きな1品を作りましょう。

atelier Miyu's (アトリエ ミュース) 講師:西島実雪 ☎090-3768-2523

高岡市守山町35 西織ビル1F
■受付時間/9:00~19:00
■駐車場/4台(無料)
■定休日/不定休
●定員/1講座あたり4名
●教材費/700円

3 つくる

冬に飾るリース

11月22日(火)
11月29日(火)
10:30~12:00

ドライマテリアルで冬のX'masや新年にも飾れるオリジナルのリースを楽しく制作してみませんか?
※写真はイメージです

花工房 Miyako 講師:長森多佳子 ☎0766-22-8644

高岡市清水町2-3-41
■受付時間/10:00~16:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/不定休
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/花切ハサミ
●教材費/2,000円

4 つくる

自分で描いて削る ペットボトルキャップカバー

11月23日(水・祝)・12月3日(土)・12月14日(水)
10:30~11:30

新しい生活スタイルの感染症対策として自分だけの純銅製のペットボトルキャップカバーを作ります。12月3日、12月14日は、工場見学もあります。

ジュエリークラフト4R 講師:高野悦子 ☎0766-25-0440

高岡市明野町2-5
■受付時間/10:00~18:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/第4土、日
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/手元が見えるようにメガネ等ご持参ください
●教材費/1,000円

5 つくる

一緒に植え替えしませんか？

12月1日(木) 10:30~11:30

多肉植物を一緒に植え替えませんか?大きさは直径5cmくらいの真鍮製の器。そのまま持ち帰りできます。植物はこちらで準備していますが、お持ちになっても構いません。

株ハシモト清 講師:橋本卓尚 ☎0766-22-8460

高岡市あわら町12-18
■受付時間/9:00~12:00
■駐車場/4台(無料)
■定休日/土、日、祝
●定員/1講座あたり4名
●教材費/2,000円

まなぶ

6 まなぶ 節約術&資産形成セミナー

11月19日(土) 10:00~11:00
11月29日(火)、12月7日(水) 14:00~15:00

賢く節約して使える
お金を増やす! やり
繰りしたお金での資
産形成のやり方をお
教えます。



アクサ生命保険(株) 講師:山城彩子 ☎0766-26-0169

高岡市丸の内1-40 高岡商工ビル3F
会場:高岡エコー(高岡市問屋町65)
■受付時間/9:15~17:00
■駐車場/共通駐車場をご利用ください
(無料)
■定休日/土、日
●定員/1講座あたり5名

7 まなぶ 今のメガネ見えていますか?

11月19日(土)・11月23日(水・祝)・12月4日(日)
14:00~15:00

お持ちのメガネの再調
整、視力やメガネのご
質問に答えます。これ
からの目の変化や老化
防止のコツもお教えし
ます。



アイルック753 講師:氷見仁一 ☎0766-26-0753

高岡市泉町2-31
■受付時間/9:00~19:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/火
●定員/1講座あたり1~2名(1組)
●持ち物/(あれば)お持ちのメガネ

8 まなぶ 使って分かる! 福祉用具体験・試乗会

11月19日(土)
11月26日(土)
10:00~11:30

福祉用具にもロボット化の
波が! 電動車いすやアシスト
付歩行車、オート動作のベ
ッドなど、触れる機会の少ない
福祉機器を実際に体験して
みませんか?



(株)ハピネス 講師:宮井達治 ☎0766-54-6114

高岡市野村1355-9
■受付時間/9:00~18:00
■駐車場/3台(無料)
■定休日/日、祝
●定員/1講座あたり4名
●動きやすい服装でお越しください。

9 まなぶ 世界のウイスキー 飲みくらべ(入門編)

11月19日(土)・11月26日(土) 18:30~19:30

スコッチ・バーボ
ン・ジャパニーズ
などのウイスキー
の特徴や歴史を学
んで、実際にウイ
スキーを試飲して
もらいます。(お
つまみ・ピザ付)



flower bar hanakotobar 講師:渡辺和郎 ☎090-8264-2299

高岡市末広町1010-34 1F
■受付時間/10:00~17:00
■駐車場/周辺駐車場をご利用ください
■定休日/水、日
■ネット受付/hanakotobar Facebook
●定員/1講座あたり5名
●対象/20歳以上
●教材費/2,000円

10 まなぶ 失敗しない ダイニングチェア選び

11月19日(土)・11月27日(日)・12月4日(日)
10:00~11:30

人はそれぞれ脚の長さ
など、身体の大きさは
違うもの。そこで、あな
た自身の体格にフィッ
トし、疲れにくく快適に
座れるチェアの選び方
を学びましょう。



国沢ダンス本店 講師:国沢資和 ☎0766-22-4747

高岡市昭和町3-2-9
■受付時間/10:00~18:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/水
●定員/1講座あたり5名

11 まなぶ 鉄瓶のお話

11月19日(土)
12月3日(土)
11:00~12:00

- 鉄瓶の歴史と産地・
製作者について
- 鉄瓶のお手入れ方法
や修理について
- 鉄瓶で沸かしたお湯
で煎茶を楽しみます。



鐵瓶屋 講師:竹中勝治 ☎0766-25-7305

高岡市金屋町1-4
■受付時間/10:00~16:00
■駐車場/周辺駐車場をご利用ください
■定休日/無
■ネット受付/katuharu@takaokadoki.co.jp
●定員/1講座あたり5名

12 まなぶ オリジナルラッピングに 挑戦しよう!

11月21日(月)
13:30~15:00

ギフトに必須!ラッピングのコツを
学んでもっとキレイに、センス良く
包みませんか? やってみたかった
ラッピングの技を伝授します♪



パッケージプラザ高岡店 講師:寺田昌代 ☎0766-28-7733

高岡市佐野1216
■受付時間/9:00~18:00
■駐車場/10台(無料)
■定休日/日、祝
●定員/1講座あたり4名
●教材費/1,100円

13 まなぶ 初心者の方のハンドドリップ教室

11月22日(火) 14:30~15:30
11月24日(木) 10:30~11:30

焙煎度合による味の違
いやコーヒーの淹れ方
を楽しく体験してみま
せんか?



自家焙煎珈琲専門店 Café Beans 講師:角地由紀子 ☎0120-567-501

高岡市下伏間江516-10
■受付時間/9:00~17:00
■駐車場/6台(無料)
■定休日/日、祝、第1・3土曜
●定員/1講座あたり3名
●教材費/500円

14 まなぶ 頭の回転スピードUP! 楽しく脳力UP講座

11月25日(金) 19:00~20:30
11月27日(日) 15:00~16:30

おしゃべりしながら、楽
しく身に付けられる速
読。速く読むこと以外
に脳の活性化も期待で
きます。脳を活性化す
ることで、理解力や何
かを並行して進める段
取り力のアップにも!



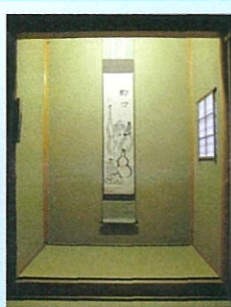
楽読高岡スクール 講師:吉河恵子 ☎0766-30-4340

高岡市京田125(デリー高岡駅南店敷地内)
■受付時間/9:00~21:00
■駐車場/あり(無料)
■定休日/不定休
●定員/1講座あたり6名
●対象/小学3年生~
●教材費/500円

15 まなぶ 骨董を飲む 器を楽しむ

11月26日(土)
10:30~11:50、13:30~14:50
11月27日(日)
10:30~11:50、13:30~14:50

世の中「断捨離」ばかり、でもそれ
はお宝かも。当店の品やできれば
お宅のお品も持参いただき、使い
方を楽しみましょう。最後に茶室で
お抹茶一服!



百洗堂 ひづめ美術店 講師:穂結 豊 ☎0766-23-1686

高岡市御馬出町92-1
■受付時間/10:30~16:00
■駐車場/6台(無料)
■定休日/不定休
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/できれば美術品一品(なくても可)
●教材費/500円

16 まなぶ 生前贈与と遺言書の 書き方を学ぼう!

11月26日(土)
11月29日(火)
10:00~11:30
14:00~15:30

遺言書には3種類あることをご存
じですか? 簡単な遺言書のつくり
かたや生前贈与について、わかりや
すい事例をもとに一緒に楽しく学
びましょう! (テキストはこちらで
用意いたします)



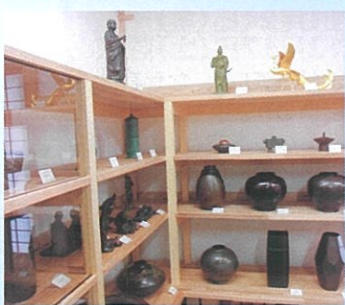
堺義洋税理士事務所 講師:堺義洋、杉本孝介、加藤幸恵 ☎0766-24-3282

高岡市羽広2-2-3
■受付時間/8:30~17:00
■駐車場/3台(無料)
■定休日/土、日、祝
●定員/1講座あたり6名
●持ち物/筆記用具、電卓

17 まなぶ 高岡銅器のお話

11月26日(土)
11:00~12:00

- ①高岡銅器の歴史について
- ②高岡銅器の製法やお手入れ方法について
- ③高岡銅器の人間国宝初め名工の作品の鑑賞



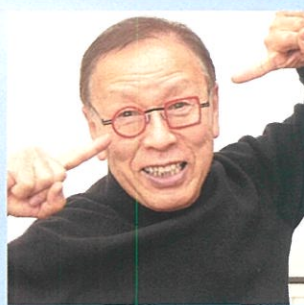
高岡金寿堂 南ビップアート 講師:竹中勝治 ☎0766-75-9292

高岡市金屋町2-3
■受付時間/10:00~16:00
■駐車場/周辺駐車場をご利用ください
■定休日/無
■ネット受付/katuharu@takaokadouki.co.jp
●定員/1講座あたり6名

18 まなぶ 丸メガネの楽しさ体験とスマホ撮影!

11月27日(日)
17:00~18:00

カラフルな丸メガネを楽しんでもらい、ポートレート撮影のちょっとしたコツをお教えいたします。



一丸眼鏡のヨシダメガネ 講師:吉田俊平 ☎0766-22-3691

高岡市定塚町5-8
■受付時間/10:00~18:00
■駐車場/3台(無料)
■定休日/月
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/スマホ

19 まなぶ 初級 はじめてのジュエリー工房見学

11月30日(水)・12月6日(火)・12月17日(土)
10:30~11:30

初級講座『ジュエリーリフォームと修理のお話』併設の工房見学。指輪のサイズ直し、洋彫り加工、真珠ネックレス糸替えの実演を間近で見ることができます。



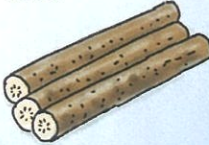
ジュエリークラフト4R 講師:広上ゆかり ☎0766-25-0440

高岡市明野町2-5
■受付時間/10:00~18:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/第4土、日
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/リング1本ご参加記念につや出しします。講座終了後、ご希望により無料で修理等のご相談承ります。

20 まなぶ お腹の中を変えてみよう。腸活講座

11月30日(水)
14:30~15:30

牛蒡味噌を作って食べてみて、効用を知る。



高岡熱中広場ばなな 講師:竹宮チアキ ☎0766-92-0345

高岡市御旅屋町101 御旅屋セリオ7階
■受付時間/13:00~16:00
■駐車場/周辺駐車場をご利用ください
■定休日/日
●定員/1講座あたり6名
●教材費/1,000円

21 まなぶ プロが教える美文字の秘訣(住所と氏名の書き方)

12月3日(土) 10:30~11:30

美しい文字は一生の宝。癖のない美しい文字で自分の住所と名前をマスターします。さあ!今年の年賀状は手書きで!



(有)アートスタッフ 講師:今川美千子 ☎0766-22-3040

高岡市末広町9-58
■受付時間/9:00~17:00
■駐車場/2台(無料)
■定休日/土、日、祝
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/筆記用具(ボールペン、筆ペン等)

22 まなぶ 親子で楽しんで仕舞(能)を体験してみよう!

12月3日(土)
18:30~20:00

能面を付け能舞台を歩いてみて下さい!700年前の世界が見えてきますよ!日本文化屈指の仕舞(能)をぜひ体験してみてください。



一丸眼鏡のヨシダメガネ 講師:吉田俊平 ☎0766-22-3691

会場:高岡文化芸術館3F能舞台(市民病院の横)
■受付時間/10:00~18:00
■駐車場/共通駐車場をご利用ください(無料)
■定休日/月
●定員/5~6名
●対象/小学生以上
●持ち物/足袋

23 まなぶ ダイビングに年齢制限はありません

12月4日(日)
12月18日(日)
14:00~15:00

40代、50代、60代からもスタートできるダイビングを講座で説明します。海の中の世界を覗いてみませんか?



ダイビングスクール オーシャン 講師:槻多恵生 ☎0766-44-8686

高岡市伏木国分1-1-48 2F
■受付時間/10:00~18:00
■駐車場/6台(無料)
■定休日/水
■ネット受付/diving-school-ocean.com
●定員/1講座あたり6名

24 まなぶ 知って得する!相続税・贈与税のポイント

12月7日(水)
14:00~15:30

最近テレビ・新聞を賑わせている「相続税と贈与税」。どんな場合に相続税がかかるのか?知って得するポイントをわかりやすく解説します!



税理士法人中村税務みらい経営 講師:中村総一郎 ☎0766-21-0101

高岡市三女子141-3
会場:高岡商工ビル503号室(高岡市丸の内1-40)
■受付時間/9:00~17:00
■駐車場/共通駐車場をご利用ください(無料)
■定休日/日
●定員/1講座あたり10名

25 まなぶ 仏様を知って、お寺めぐりを楽しもう!

12月9日(金) 13:30~14:30

旅行先で参拝に訪れる有名寺院。貴方はその寺院に祀られている仏様についてご存じですか?仏様について知ることにより、より「お寺巡り」が楽しめ、ご利益UP!するかも。



みゆうツアーズ 講師:森 千春 ☎0766-30-5233

高岡市三女子152-1
■受付時間/9:30~15:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/日、祝
●定員/1講座あたり4名

26 まなぶ “かきぞめ”に挑戦

12月10日(土)
10:30~11:30

新年に向けて、かきぞめの練習をします。



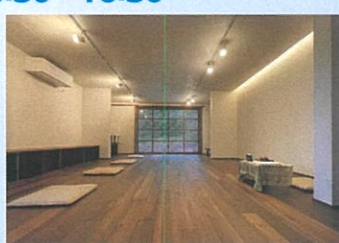
(有)アートスタッフ 講師:今川美千子 ☎0766-22-3040

高岡市末広町9-58
■受付時間/9:00~17:00
■駐車場/2台(無料)
■定休日/土、日、祝
●定員/1講座あたり5名
●持ち物/だるま筆、墨入れ(墨池)、文鎮、下じき

27 まなぶ マインドフルネス瞑想体験会

期間中 火・水・木・土・日・祝の10:30~11:30・13:30~14:30・15:30~16:30

古代の癒しマインドフルネス(ヨガ・ルーシーダットンなど)。ろ・はすではストレスをリセット、心と体が癒され安らぐ実践法が学べます。



マインドフルネス呼吸瞑想スタジオ ろ・はす 講師:津田裕彦 ☎070-4060-9506

高岡市本丸町11-13
■受付時間/15:00~20:00
■駐車場/5台(無料)
■定休日/不定休
●定員/1講座あたり4名
●持ち物/ヨガマット(なくても可)
●教材費/1,500円

28 まなぶ 金運アップの方法をご存知ですか?

期間中毎週木・金・日(対面) 10:30~11:30・14:00~15:00・16:00~17:00

毎週水(オンライン) 19:30~20:30

一神七色式姓名判断からあなただけの金運アップのポイントをアドバイスします!ご予約時にお名前と生年月日をお聞かせください。



幸富サポート 講師:一神七色 ☎080-6369-3453

高岡市野村1345
■受付時間/13:00~18:00
■駐車場/2台(無料)
■定休日/月
●定員/対面2名
●対象/女性
●持ち物/筆記用具・卓上計算機
●教材費/500円

きれいな肌を
手に入れる

きれいな肌を手に入れる

29 きれいな肌を手に入れる
脱毛のしくみを知って
個別カウンセリングを

11月19日(土)～12月17日(土) 随時

どの様なしくみで、
毛がなくなっていくのかをわかりやすく解説。また、個別に脱毛のお悩みをカウンセリング。受講者特典有。

女性 脇 4回施術

脱毛サロンéclat.(エクラ) 講師:村上委子 ☎080-6351-3944

高岡市京町13-2(ラ・ヴィセンポ内)
■受付時間/10:00～19:00
■駐車場/3台(無料)
■定休日/日、祝
■ネット受付/atumou.eclat.work
●定員/1講座あたり1名(お友達・ご家族であれば複数人受講可能)

30 きれいな肌を手に入れる
よもぎ蒸しはなぜ
身体に良いのかを知ろう

11月24日(木)～
12月17日(土) 随時

よもぎ蒸しは、なぜ身体に良いのか。よもぎ蒸してどんな事をするのか。個別に身体のお悩みをカウンセリング。受講者特典有。

脱毛サロンéclat.(エクラ) 講師:村上委子 ☎080-6351-3944

高岡市京町13-2(ラ・ヴィセンポ内)
■受付時間/10:00～19:00
■駐車場/3台(無料)
■定休日/日、祝
■ネット受付/eclat.work
●定員/1講座あたり1名(お友達・ご家族であれば複数人受講可能)

31 きれいな肌を手に入れる
得する美肌教室—シミ編—

11月25日(金) 10:30～12:00・13:00～14:30
12月9日(金) 10:30～12:00

シミの原因から、お肌に必要なお手入れ方法を学んでみませんか? 美肌作りのプロが、普段聞けない美肌作りの正しい方法を実践(フェイスorハンド)でお伝えします!

Café Beans 赤十字会 講師:山崎美奈子 ☎0120-567-501

高岡市下伏間江516-10 (Cafe Beans内レンタルスペース)
■受付時間/9:00～17:00
■駐車場/8台(無料)
■定休日/日、祝、第1・3土曜
●定員/1講座あたり3名
●対象/女性

32 きれいな肌を手に入れる
おうちでできる
爪の正しいホームケア

12月8日(木)・12月10日(土)
10:00～11:30で要予約

おうちでできる簡単な爪のお手入れ方法を学べます。実際に体験しながら大切なポイントもお伝えします。

株Ayllu. 講師:石崎和恵 ☎090-6813-9636

高岡市丸の内1-40 高岡商ビル711号室
■受付時間/10:00～17:00
■駐車場/共通駐車場をご利用ください(無料)
■定休日/火
●定員/1講座あたり3名
●持ち物/筆記用具
●対象/女性 ●教材費/200円

33 きれいな肌を手に入れる
リフトアップでもっときれいに!!

期間中 毎週火～木10:00～18:00(要予約)

低周波(EMS)の電気刺激でお顔の筋トレを体験してみませんか? マスクの下のたるみ・くすみ・ほうれい線が気になる方お待ちしています。ご希望の方はAIによる肌分析もできます。

ポーラAile-blanc(エルブラン) 講師:美容スタッフ ☎090-1632-6001

高岡市福岡町荒屋敷631
■受付時間/10:00～18:00
■駐車場/7台(無料)
■定休日/不定休
●定員/1講座あたり1名
●対象/女性

34 きれいな肌を手に入れる
手の病院サロンならではの
癒し手(て)体験

期間中(営業日) 毎日
10:00～17:00の間で50分間

手には疲れも乾燥も老化も現れます。そこで! セルフハンドリフレ講座+手の病院サロンのハンドトリートメント体験で労わってあげましょう!

こちらのwebページから
ネット予約やLINE予約も
可能→

nail&care salon Nail AROMA 講師:左近亜由美 ☎0766-25-7317

高岡市鐘紡町1-19グリーンベルテナント
■受付時間/9:45～17:00
■駐車場/共通駐車場をご利用ください(無料)
■定休日/日、第1・3月曜
●定員/1講座あたり1名
●持ち物/筆記用具、ハンドタオル
●教材費/2,200円

安心・安全に受講いただけるように
新型コロナウイルス感染予防対策を実施します。

受講者の皆様へのお願い

マスクの着用 事前に自宅で検温 手指の消毒 ご連絡先の記入

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、講座の内容を一部変更または中止とする場合があります。各店舗の開催状況など最新情報はたかおかまちゼミHPをご確認ください。

35 きれいな肌を手に入れる
痛くない美顔鍼体験

期間中10:00～18:30の間で30分(要予約)

顔に専用の鍼を使った15分の美顔鍼体験。その他、整体体験や鍼灸体験も相談にのります。

こはし鍼灸院 講師:小橋 誠 ☎080-8019-7795

高岡市赤祖父103-4
サンセジュールC棟103号室
■受付時間/10:00～18:00
■駐車場/1台(無料)
■定休日/水、祝
●定員/1講座あたり1名

もっと教えてまちゼミのこと!

Q. 新型コロナウイルス感染拡大防止対策について教えてください。

A. 受講者の皆様には自宅での検温とともに、マスクの着用、手指の消毒をお願いするとともに、受講の際には専用紙※に住所と名前の記入をお願いいたします。受講者とお店の心がけで安全安心に楽しく参加いただけるまちゼミの開催をまいります。
※感染拡大防止のためだけに使用するものです。

Q. 一人で参加してもいいですか?

A. もちろんです。お一人で予約、参加される方がほとんどです。

Q. 講座の受付状況を知りたいです。

A. お気軽に店舗にお問い合わせください。また、たかおかまちゼミのFacebookやHPでも随時募集状況のご案内も予定していますので是非ご覧ください。

情報更新中!

まちゼミの講座内容やご案内などはHP、Facebookからご覧ください!

① ②

HP▶https://takaoka-machizemi.net/
Facebook▶@takaokamachizemi

店主の皆さまへ

事務局/高岡商工会議所 商工観光課(高岡市丸の内1-40)

次回、開催時に講師としてご参加いただけるお店を募集しています。詳しくは、
高岡商工会議所 商工観光課
☎(0766)23-5002
までお問い合わせください。
◆E-mail: shinkou@ccis-toyama.or.jp