

たべる講座

飲食に関する講座です

つくる講座

つくったり、体験する講座です

まなぶ講座

知識や知恵をまなぶ講座です

けんこう講座

健康に関する講座です



① 味引き出す万能調味料 “塩麹” 手造りしませんか！

ボールに塩と麹と水をもみあわせながら何に
使ったらおいしかを話します。



11/8 ⑩ 10:30 ~ 11:30

- 対象 / どなたでも ●定員 20名
- 持ち物 / 24cm (直径) のボール、ビニール手袋、塩麹持ち帰り用の袋か
びん、500円 (材料費) ●講師 / 石畝智子

石畝岩七商店 沢町1丁目1-23

☎090-1631-6389 受付 / 10:00~16:00 定休日 / 月

② 播州織でリースを作ろう

タマキニイメ播州織の生地を使ってクリスマス
リースを作ります。



11/26 ⑩ 13:00 ~

- 対象 / 女性 ●定員 6名
- 持ち物 / ハサミ、500円 (材料費)
- 講師 / 廣田小百合

ボンタマキ 元町1-9-21-3

☎0779-87-2613 受付 / 10:00~18:00 定休日 / 第2・4・5日 第1・3月

③ 暮らしに香りを！ アロマストーンづくり

好きな香りと色を選んで、世界にひとつだけの
アロマストーンを手づくりし香りを楽しめますが
ら、心ときめくひとときを楽しみませんか？

11/3 ⑩・11/23 ⑩ 10:00 ~ 11:30

- 対象 / どなたでも ●定員 3名
- 持ち物 / 500円 (教材内容：石膏、精油、ド
ライフラワーなど)
- 講師 / 安川桃世



予防健康美容サロン ニライカナイ 昭和町1丁目6-33

☎090-8967-1823 受付 / 10:00~19:00 定休日 / 月

④ オリジナル和綴帳を作りましょう

越前紙を使用し、A5・B5 サイズの和綴帳を作
ります。3種類の綴じ方を体験できます。

11/11 ⑩ 13:30 ~ 15:00
11/21 ⑩ 10:00 ~ 11:30

- 対象 / どなたでも ●定員 5名
- 持ち物 / 700円 (越前紙)
- 講師 / 辻川津子



朝日印刷株式会社 昭和町3丁目2-63-1

☎0779-87-0027 受付 / 8:00~17:00 定休日 / 土・日・祭

⑤ エコバッグ作り

持ち手からバッグ本体まで、すべて新聞紙や広
告紙を使い上げます。色々なサイズも作れ、
絵柄や工夫してかわいく仕上げすることもできます。

11/10 ⑩・11/17 ⑩・11/24 ⑩
14:00 ~ 15:00

- 対象 / 小学生以上 ●定員 5名
- 持ち物 参加費100円、のり、糸
- 講師 / 方堂鮎子・山場史沙



山の駅よろこび 北谷町河合26-2-1

☎0779-83-1030 受付 / 10:00~16:00 定休日 / 月・火

⑥ 森の原木で薪割りを 体験しよう！

薪ストーブユーザーもキャンパーも、自分で原木を
割って薪を作ってみませんか？斧と薪割り機の両方
を体験できるよう用意します。



11/7 ⑩・11/14 ⑩ 9:00 ~ 10:30

- 会場 / 北郷町の山林 ●対象 / どなたでも
- 定員 3名 ●持ち物 / 長そで、長ズボン、長靴、軍手
- 講師 / 大久保千恵

もりのこみち かつやま

☎090-2834-3044 受付 / 14:30~21:00

⑦ かんたんかぎ針編 モチーフつなぎのオシャレなマフラー ⑧ かんたんかぎ針編 ネット編みの「ソープホルダー」

かんたん「かぎ針」で編むモチーフつなぎの
マフラーやソープ (石けん)ホルダーが編める
講座です。お好きな講座・色をお選び下さい！

11/12 ⑩・11/18 ⑩・11/20 ⑩
13:30 ~ 15:30

- 対象 / 女性 ●定員 / 10名
- 準備物 / 編針 (かぎ針など)、毛糸代など (実費) 持ち物 / 200円
- 会場 / サンプラザ2F多目的ルーム ●講師 / 山本道子



アミAMI 勝山市元町1-7-28 勝山サンプラザ1F

☎0779-87-2233 受付 / 9:30~19:30 定休日 / 月・火 (第1・3)

⑧ 石遊び (鉱物と仲良くなろう)

色々な石をつかって、自分だけの受茶壺をつくり
ます。静かな時間をおたのしみください。

11/4 ⑩・11/11 ⑩・11/18 ⑩
14:00 ~ 15:30・19:00 ~ 20:30

- 会場 / クリニカ・デ・ふかや横洋館
- 対象 / 成人女性 ●持ち物 / 楽な服装で
- 定員 / 2名 ●講師 / 深谷里江



医療法人深慈会 クリニカ・デ・ふかや 元町1-9-45

☎0779-88-0011 受付 / 13:00~15:00 定休日 / 月・火

⑨ ノーブランドの バイクフリーク集合

勝山のバイク好き集合！愛車自慢、バイク談義で
盛り上がりましょう。飲み物を持参してください。
外見見学者もどうぞ。騒音の改造車不可。法規
を守って参加してください。



11/14 ⑩ 14:00 ~ 15:00 (雨天中止)

- 会場 / クリニカ・デ・ふかや前駐車場
- 対象 / どなたでも ●定員 / 5名 (見学者含まず)
- 持ち物 / 飲み物 (ゴミはお持ち帰り下さい) ●講師 / 深谷憲一

医療法人深慈会 クリニカ・デ・ふかや 元町1-9-45

☎0779-88-0011 受付 / 13:00~15:00 定休日 / 月・火

⑩ 誰でもできる！チェーンソー目立て講座

チェーンソーのチェンや草刈機のチップソーをやり
や工具で研ぐ方法を分かりやすくお教えしま
す。



11/21 ⑩ 14:00 ~ 15:00

- 対象 / どなたでも ●定員 / 15名
- 持ち物 / お客様のチェーンソーやソーチェン
- 講師 / 賀田知憲

株式会社鷺田商会 芳野町1-1-13

☎0779-88-0116 受付 / 8:30~18:00 定休日 / 月・火

⑪ 勝山で作られた “家族のために織った着物”

勝山の農家ではその昔、蚕を育てて繭を作り、冬に
機を織り家族のための着物が織られていました。
そんな着物を展示し、おばあちゃんの織った着
物について話します。



11/6 ⑩・11/15 ⑩ 13:30 ~ 15:00

- 対象 / どなたでも ●定員 / 6名
- 講師 / 塩見 聡

きもの創作 塩見 元町1-11-34

☎0779-88-0647 受付 / 9:00~19:00 定休日 / 月

⑫ タンスに眠る着物の相談会

タンスに眠る着物をどうするか、困っていません
か。着物として誰かに譲れるのか？洋服などに他
に再活用できるのか？はたまた処分？など一緒に
考えます。但し当店では買取はしません。



11/17 ⑩・11/22 ⑩ (金6回) 10:00 ~ 11:00

- 対象 / どなたでも ●定員 / 1日1名
- 持ち物 / 着物をお持ちください
- 講師 / 塩見 聡・塩見千恵子

きもの創作 塩見 元町1丁目11-34

☎0779-88-0647 受付 / 9:00~19:00 定休日 / 月

⑬ 楽にきれいに着る 着付けのコツ

楽で着くずれせずに着付けが出来るポイント
を学べます。



11/22 ⑩ 13:00 ~ 16:00

- 対象 / どなたでも ●定員 / 3名
- 持ち物 / 肌襦袢、タオル4枚ほど、足袋 (白い
靴下) ※可能ならば着物一式
- 講師 / 村井弥生

村井呉服店 本町2丁目5-3

☎0779-88-0046 受付 / 10:00~19:00 定休日 / 不定休

⑭ いざという時に役立つ【お葬式セミナー】

家族葬と一般葬の違いは？ いざとなったらど
うすればいい？ お葬式の流れをお伝えします。
命と向き合い、これからどう生きるかを見つめ
よう。



11/7 ⑩ 10:00 ~ 11:30

- 対象 / どなたでも ●定員 / 6名
- 持ち物 / お気に入りのノート
- 講師 / 前田千穂

家族葬のバシオン勝山店 滝波町5丁目315

☎0120-120-840 受付 / 9:00~17:00 定休日 / なし

⑮ 得するマネー講座 ふるさと納税初級編

ふるさと納税の仕組みやメリット、控除上限額の
考え方など賢い活用方法をわかりやすく解説しま
す。



11/14 ⑩・11/19 ⑩ 17:00 ~ 18:30

- 会場 / 勝山サンプラザ2F多目的ホール
- 対象 / どなたでも ●定員 / 5名
- 持ち物 / 筆記用具、自分の住民税が分かる資料、300円 (セミナー資料、飲料)
- 講師 / 酒井康弘

みちびきコンサルティング 本町3丁目1-3

☎0776-37-3880 受付 / 9:00~18:00 定休日 / なし

⑯ 北陸電力「今日からできる！ 省エネと電気的安全教室」

暮らしに役立つ省エネのお話や、電気的安全な
使い方方を学びます。そのあとは、楽しく木工ペ
ンダント作りをします。



11/16 ⑩ 10:30 ~ 11:30

- 会場 / 勝山サンプラザ2F多目的ホール
- 対象 / 大人 ●定員 / 15名
- 講師 / 森下千恵子

北陸電力株式会社 福井市日之出1丁目4-1

☎090-8263-3370 受付 / 8:40~17:20 定休日 / 土・日・祭

⑰ 今から備える災害対策講座

先年の豪雨災害をきっかけに、今後起こりうる災
害や避難方法、日頃の備えをクイズや事例を交
えながら、参加者の皆様と一緒に考える講座で
す。



11/14 ⑩ 10:00 ~ 11:00

- 対象 / どなたでも
- 定員 / 5名
- 講師 / 池田圭吾

福井銀行 勝山支店 元町1丁目10-40

☎0779-88-0003 受付 / 9:00~16:00 定休日 / 土・日・祭

⑱ 相続には キモンと不安がいっぱい

相続が発生したらどうしたらいいんだろう？ 家族
にきちんと資産をのこすためには？ 相続対策って
どんなことをおけばいいの？



11/15 ⑩ 10:00 ~ 12:00 (午前の部)
13:30 ~ 15:30 (午後の部)

- 対象 / どなたでも ●定員 / 5名
- 講師 / 北川真由美・久保保子

株式会社北陸銀行勝山支店 本町2丁目5-11 定休日 / 土・日・祭

☎0779-88-1313 受付 / 9:00~12:30 13:30~16:00

19 平泉寺白山神社の魅力に触れよう！

境内を歩きながら平泉寺の歴史・文化等学び、観光ガイドを目指しましょう！

11/8(日)・11/15(日) 10:00～11:30

- 対象/どなたでも ●定員/10名
- 持ち物/飲み物、行動しやすい服装、500円(平泉寺まじゅう1個付)
- 講師/平泉寺観光ガイドクラブ 参詣

株式会社六千坊

平泉寺町平泉寺41-8 2F 2号

☎0779-88-0033 受付/10:00～17:00 定休日/なし



20 かんたんマネー講座

資産形成のキホンとセカンドライフのためのお金づくり～明日からすぐ実践できる節約術と賢いお金の活用方法を基本からわかりやすく徹底解説。AXA-C-20261013-684

11/12(金) 13:30～15:30

- 会場/勝山商工会議所
- 対象/18歳以上 ●定員/5名
- 持ち物/筆記用具 ●講師/牧野葵美

アクサ生命保険(株)福井営業所

福井市西木田2-8-1 福井商工会議所ビル3階

☎0776-33-1848 受付/9:15～17:00 定休日/土・日・祝



21 尿漏れ、子宮脱 予防エクササイズ

骨盤底筋を意識することで、尿漏れ、子宮脱を予防しましょう！簡単なエクササイズを紹介します！！

11/29(日) 9:30～10:30・10:45～11:45

- 対象/女性限定
- 持ち物/タオル、水分補給できる飲料
- 定員/8名 ●講師/横山真央

Studio Laugh

昭和町1-8-33 エクセラビル3F

☎090-3096-6821 受付/10:00～18:00 定休日/日・土・不定期



22 つらい慢性肩こり・腰痛の改善方法

肩こり・腰痛の原因を「カラダのくせ」からさぐっていきます。どこからきているかを知っていただき、その後「カラダのくせ」をどうしたら整えることができるかをお伝えします。

日時は予約所要相談
講座所要時間 30分



- 対象/どなたでも
- 定員/1名 ●講師/小林ゆかり

カイロオフィス Cats

滝波町3丁目212-2

☎080-3046-9101 受付/10:00～16:00 定休日/不定休



23 ミニボールで Let's エクササイズ！

骨盤のゆがみ、ゆるみからくる女性ならではの悩みを整えるエクササイズ。

11/5(金) 11:00～11:30

- 対象/女性限定
- 持ち物/動きやすい服装、水分補給の飲み物、シューズ
- 定員/6名
- 講師/駒木みづ希

女性専用30分フィットネス ライブステーション 勝山サンプラザ店

元町1-7-2B 勝山サンプラザ2F

☎0779-87-0077 受付/9:30～12:30・14:00～19:30(土曜は18:30) 定休日/日・月・火



24 わたしを整える やさしいストレッチ

誰でもできる簡単ストレッチで歪みを整え、「痛み」の予防をしましょう。

11/6(金) 11:00～11:40

- 対象/70代まで(女性のみ)
- 持ち物/水分、タオル、運動しやすい服装
- 定員/5名
- 講師/澤田育美

女性専用30分フィットネス ライブステーション 勝山サンプラザ店

元町1-7-2B 勝山サンプラザ2F

☎0779-87-0077 受付/9:30～12:30・14:00～19:30(土曜は18:30) 定休日/日・月・火



25 カラダの不調はどこから？

骨格の歪みから出る症状について。体の歪みについて。

11/11(金)・11/21(土)・11/25(金) 13:00～15:00

- 対象/どなたでも
- 持ち物/1,000円、タオル、動きやすい服装
- 定員/3名
- 講師/杉木みつる

とちぎ整体院

元町1丁目9-21-8

受付/9:00～20:00

☎0779-88-1037 携帯 090-5173-3754 定休日/日・月・火



26 肩すっきり！椅子ヨガ

肩こりを少しでも楽に…と思っていませんか。やさしい動きで肩をほぐしましょう。椅子ヨガなので初心者や日常に取り入れたい方もお気軽にご参加ください。

11/15(日) 11:15～12:00
11/19(木) 10:00～10:45 11/25(金) 14:00～14:45

- 対象/女性
- 持ち物/飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装
- 定員/4名 ●講師/竹内きり

古民家ヨガ スペースブルー

(「ヨガ スペースブルー」で検索)

☎090-8536-7671 受付/9:00～21:00 定休日/不定休



全26講座 受講料無料

※講座によって材料費がかかるものがあります。※安心して受講していただくため、お店からの販売は一切ありません。

- 事前予約が必要です。ご希望の講座を実施するお店に直接申し込み下さい。
- 詳しくは中面の各講座をご覧ください。
- 材料費は原則として講座当日に会場にて徴収いたします。
- 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。
- お申込み初日は、電話回線の混雑が予想されます。ご了承下さい。
- 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。
- お申込みの際に持ち物や注意事項(教材費等)をご確認下さい。
- 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、お申込み時各店にご確認下さい。

得する街のゼミナール
参加者募集



第10回

勝山まちゼミ

まちゼミって何？

「得する街のゼミナール」通称「まちゼミ」とは、あなたのちょっと気になることをまちのお店の人が講師になって、プロのコツや専門知識を無料で教える少人数制のミニ講座です。

開催
期間

11月1日(日)～11月30日(月)

受付
開始

10月25日(日) 予約受付スタート！

まちゼミの
お申込みは
直接各店まで

