

**43 あなたの「色」を見つけてください**  
 きれい (講師) 高木由紀子

パーソナルカラーとは、ご自身が持つ肌の色や瞳の色により生まれ持った「似合う色」のことです。あなたの「色」を見つけて色探しを楽しみましょう。

11/10(木) 10:00~11:30  
 (対象) 女性限定 (定員) 5名  
 (会場) 川口呉服店  
 (持物) 手鏡

川口呉服店  
 TEL 22-4720 受付/10:00~15:00 日曜・祝日定休

**44 ひょうたんライトを作りましょう**  
 つくる (講師) 工芸作家 岡本利之

毎回大好評! デザインがなくても、楽しく挑戦できます。世界に1つだけ、自分だけの「ひょうたんライト」を作りましょう。

11/8(火)・15(火)・22(火)・29(火)  
 各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)

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

まちゼミ講座カレンダー

11/1	4
2	10
3	35
4	7
5	10, 13, 19
6	13
7	11, 34, 40
8	1, 3, 5, 8, 11, 17, 18, 19, 28, 39, 42, 44
9	9, 10, 11, 31, 34, 38, 41
10	2, 11, 17, 18, 36, 43
11	3, 11, 12, 34
12	7, 10, 11, 33, 45 <b>キッズまちゼミ</b>
13	2, 8, 14, 27, 33
14	35, 38, 41
15	20, 42, 44
16	4, 10, 19
17	5, 15, 17, 40, 47
18	3, 12
19	10, 37, 38
20	7, 15, 20, 21, 32
21	40
22	16, 44
23	3, 8, 18, 19, 21, 23, 29, 30, 32, 41
24	26
25	12, 36, 42
26	6, 10, 21, 46
27	21, 22, 23, 24, 25, 32
28	36, 41
29	44
30	10

**45 演劇体験してみよう!!**  
 学ぶ (講師) 中島諒人

グリム童話を使って、演劇体験ができますよ。演劇をやったことがなくても大丈夫です。興味がある人! お待ちしております!!

11/12(土) 10:00~11:30  
 (対象) 中学生・高校生 (定員) 5名  
 (会場) ギャラリー 鳥たちのいえ  
 (材料費) 100円(資料代) (持物) 筆記用具

ギャラリー 鳥たちのいえ  
 TEL 51-0710 受付/10:00~17:00  
 Mail: gallery@birdtheatre.org

**46 ウエディングドレスイクスピアリエンズ**  
 きれい (講師) 青木美保子

ウエディングドレスを試着して、普段とちがう自分に出会ってみませんか? ポーズを決めてシャッターオン。プリンセスになりましょう!

11/26(土) 10:30~11:30  
 (対象) ご興味のある方 (定員) 3名  
 (会場) プライダル青木  
 (持物) カメラ、ストッキング

レンタル衣裳 (冠婚葬祭) 専門店  
 プライダル青木  
 TEL 22-4629 受付/10:00~17:00 木曜定休

**47 髪は育つ! 髪のお手入れ講座**  
 きれい (講師) クララゲ・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。

11/17(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

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

受講者の方へ  
 ご協力をお願いします

受講時は、マスク着用をお願いします。

受講前に、手指の消毒をお願いします。

体調の悪い方は受講をご遠慮ください。

講座開催店の感染予防対策

講師・スタッフは、マスクを着用しています。

定期的に消毒をしています。

定期的に換気をしています。

**対象 中学生以下**  
 キッズが対象の楽しい「まちゼミ」!

11/12(土) 各講座に必ず申込予約をしてください

**A ケガをしない身体づくり スポーツと栄養**  
 (講師) 赤松玲子  
 13:30~14:20  
 14:30~15:20  
 食べたものの栄養で身体はできています。丈夫な骨や筋肉をつくるために必要な栄養や食事を一緒に学びケガをしない身体を作りましょう。

**B 多肉植物を楽しく植えてみよう**  
 (講師) グリーンアドバイザー 池本百代  
 15:00~16:00  
 リメイクした壁掛けアルミ缶に多肉植物を植込みます。そして多肉植物の植え方、育て方、増やし方、置き場所なども学びます。

**C プリザーブドフラワーをつめたキーホルダーづくり**  
 (講師) スタッフ  
 11:00~12:00 14:00~15:00  
 13:00~14:00 15:00~16:00  
 お好きなプリザーブドフラワーやかわいいパーツを入れて、オリジナルキーホルダーをつくりましょう!

**D スタンプ(はんこ)で作るクリスマスカード**  
 (講師) 鳥取ものづくりアドバイザー 岡村真由美  
 10:00~11:00  
 絵が描けなくてもスタンプ(はんこ)だったら簡単! オリジナルカードを作ってみませんか? 切り抜き・エンボス加工も体験してみましょう。

**E おそび101 「竹でおもちゃを作ろう!」**  
 (講師) 岩渕社一郎  
 13:00~14:00 15:00~16:00  
 竹林整備時に間伐された竹を使って、オリジナルゆらゆら起き上がりこぼしを作ります。

**「まちづくりレディース鳥取」** 結成21年目。会員数33名の「高い」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。

会員店舗

プライダル青木 栄養倶楽部 ガーデンかしの木 BRUN×WORKS (医)みなみ歯科医院 メディカルエステサロン Shinyou 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 サポートFP & ミラクルスペース 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 Café オルディネイル (有)田村紙工 土井製菓 (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 (社)地域サポートネットワークとっとり	ヤマガタカメラ店 MADOSHOP 山根金属 吉田一陽堂薬局 (有)よねむら硝子 絹の館 さーびす
--	--	--	---	---

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11回 鳥取 まちゼミ

受講者 募集受付開始 10/28(金)

申込は各講座の営業日・受付時間内をお願いします

2022 11月1日(火)~30日(水)

【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)・若桜街道商店街(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)・智頭街道商店街(振)

開催店マップ

11/12(土)開催! 詳細は裏面へ

【お問い合わせ】 絹の館さーびす TEL 22-8315 (第2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。

講座は5タイプ

学ぶ きれい 健康 つくる 和文

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。

●お申し込み後のキャンセルは、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

「まちゼミの申込です」と各講座にお申込ください。

- 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。

TOTTORI SDGs

第11回まちゼミの各講座は、以下のSDGsの17の目標を意識した内容になっています。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困 2 飢餓 3 健康と福祉 4 質の高い雇用と経済成長 5 ジェンダー平等 6 きれいな水と衛生 7 持続可能なエネルギー 8 豊かさと経済成長 9 産業、イノベーションとインフラ 10 公平な社会と繁栄 11 持続可能な都市とコミュニティ 12 持続可能な消費と生産 13 気候変動への対応 14 海洋資源の持続可能な開発 15 陸域生態系の持続可能な開発 16 平和と公正 17 パートナーシップ

まちゼミを通して一人一人がSDGsを意識し、目標達成のための取り組みを考えてみませんか。

こちらから CHECK!

フクシ×アート WEEKs 2022

10/29(土)~11/27(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!

### 1 今さら聞けないし袋の書き方・使い方

学ぶ (講師) 仏事コーディネーター 山口八千代

慶事・弔辞のし袋の書き方や種類にも、時と場合にあわせた礼儀があります。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。

11/8(火) 11:00~12:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉4名  
〈会場〉はなふさのお仏壇  
〈持物〉筆記用具

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

### 2 今日からできる!! お灸教室

健康 (講師) 米澤路代

健康 古くから日本人の健康に貢献してきたお灸! お灸をすえて自分の健康をコントロールしてみませんか? お悩みに合わせてセルフ灸がその日からできる様になるお灸教室です。

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

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名 〈会場〉鍼灸マッサージ治療院 薫風堂  
〈材料費〉1,000円 〈持物〉手足の出しやすい格好でご参加ください

鍼灸マッサージ治療院 薫風堂  
TEL 30-1993 受付/9:30~18:00 日曜・月曜祝日定休  
LINE公式アカウント @300arvpc

### 3 ポッコリ下腹お悩みカウンセリング

健康 (講師) パーソナルトレーナー・看護師

健康 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お悩みも解消!

11/8(火) 10:30~11:00、11:30~12:00  
11/11(金)・18(金) 各12:15~12:45、13:15~14:45  
11/23(水・祝) 11:00~11:30、13:00~13:30

〈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

カラダまなびラボ (丸田百貨店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れない場合があります

### 4 身のまわりから「アップサイクル」を楽しむ

つくる (講師) 中田心 他

袋葉子の空袋や海手の紙箱、捨てられるはずのものから、自分のお気に入りのポーチを。

11/1(火)・16(水) 各16:00~17:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉砂島ビル「共有地」 〈材料費〉500円  
〈持物〉お菓子の空袋、紙袋

砂島ビル「共有地」  
TEL 090-9133-1458 受付/11:30~14:30 不定休  
Mail: marunage@me.com

### 5 昭和歌謡をみんなで歌おう!

健康 (講師) 阪本いづみ&スタッフ

懐かしいあの日あの頃に流行った昭和歌謡をみんなで歌いませんか? 歌って踊って心も身体も元気! 元気〜!

11/8(火)・17(木) 各14:00~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各8名  
〈会場〉NOHAS 〈材料費〉0円  
〈持物〉飲み物、マスク

Bar & Free Space NOHAS (ノハス)  
TEL 090-4806-7050 受付/10:00~18:00

### 6 クリスマスをいける!

学ぶ (講師) 華道生流会中山文術会 中垣美紀

クリスマス花材を使って、いけばな風アレンジメントを体験出来ます。いけばながた作品は、自宅のクリスマス飾りに最適です! Merry Christmas☆☆☆

11/26(土) 13:30~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉7名  
〈会場〉NOHAS 〈材料費〉1,000円

Bar & Free Space NOHAS (ノハス)  
TEL 090-7372-0383 受付/9:00~18:00

### 7 手放すことで元気に!

健康 (講師) 和田

普段疑うこともなく当たり前・無意識・無自覚で身体を痛めるコを結構やってます。それらを手放すことが健康への近道と考えます。この機会に一緒に考えてみませんか?

11/4(金)・12(土)・20(日) 各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

オーガニックスタイル 水越屋  
TEL 22-3548 受付/10:30~17:30 水曜・水曜定休

### 8 日々のメンテナンスと健やかな心づくり デイリーヨガ

健康 (講師) あきやまみき

ヨガをベースとしたヨガクラスです。初めての方もお気軽にご参加ください。深い呼吸と安定した姿勢と動きで導かれるリラクゼーションを、是非この機会に体験してみよう!

11/8(火) 13:30~15:00 11/13(日) 10:30~12:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各4名 〈会場〉オーガニックスタイル 水越屋  
〈持物〉ヨガマット、任意でリラクゼーション用のブランケットなど、動きやすい服装

日々のメンテナンスと健やかな心づくり デイリーヨガ  
インドと、2022年は米国で学んできました  
TEL 090-1338-4873 受付/9:00~17:00  
Mail: suncl.miki.a@gmail.com ※クラスに関する問い合わせは、こちらへ

### 9 初めての真珠講座

学ぶ (講師) 日本真珠振興会シニアアドバイザー 中井英子

真珠の種類や選び方など、真珠のプロがわかりやすく説明します。また、お持ちの真珠の活用方やリフォームなど、何でもご相談下さい。

11/9(水) 14:00~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉3名  
〈会場〉(株)中井脩

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

### 10 コロナ太り解消講座

健康 (講師) 肥満予防健康管理士 赤松玲子

健康 コロナ禍で運動不足になり、ストレスたまりていませんか? どこでもできる簡単な運動と低カロリー・バランス栄養食で健康体重にしましょう。

11/2(水)・9(水)・16(水)・30(水)  
11/5(土)・12(土)・19(土)・26(土) 各10:40~11:30

〈対象〉女性 〈定員〉各2名 〈会場〉栄養倶楽部  
〈材料費〉300円 〈持物〉軽い運動ができる服装

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

### 11 あなただけの「波動水」を作ろう!

学ぶ (講師) 森田憲司

ヒーリング装置「数霊(かずたま)REWA」を使うと、あなたの「夢」や「願望」を叶えやすくしてくれる「波動水」が作れます。体験してみませんか?

11/7(月)~12(土) 各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〉ペットボトルに入れた水

ほんものショップ モリケン  
TEL 090-7777-7492 受付/11:00~17:00 不定休

### 12 コーヒーを愉しもう! ~いろいろな淹れ方や飲みくらべ~

学ぶ (講師) 冨田佳宏

“おうちコーヒーを愉しく”するための「淹れ方」や「飲みくらべ」をご希望に沿った内容でご提供します。コーヒーで、まあるハッピーな毎日を!

11/11(金)・18(金)・25(金) 各17:30~18:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各1~3名  
〈会場〉まあるいコーヒー 〈材料費〉500円

まあるいコーヒー  
受付/13:00~18:00 不定休  
TEL 090-7373-4344 ※メール、インスタ、LINEからの申込可

### 13 自分で出来る金継ぎ講座 (欠けとヒビ)

和文 (講師) 加藤紀江

毎年人気の講座です。土物の器の欠けたところを補修します。思い出の器、大好きだけ欠けてしまった器を復活させませんか?

11/5(土)・6(日) 各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

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

### 14 免疫力UPでウイルスに勝つ! ぬか漬け講座

和文 (講師) つついまゆみ

有機栽培のぬかを使って一からぬか床づくりをします。おいしくして体によい発酵ぬかのぬか漬けで免疫力を高めます。

11/13(日) 11:00~11:50

〈対象〉どなたでも 〈定員〉4名  
〈会場〉BRUN×WORKS 〈材料費〉1,500円  
〈持物〉エプロン

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

### 15 ダーニング教室 大好きな衣類を再生!!

学ぶ (講師) K-ito

擦り切れた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。今回はカフナ糸を使って、くつ下やセーターをかわいらしく修繕します。

11/17(木)・20(日) 各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〉穴あき靴下、虫食いセーター、シミのついた服など

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

### 16 親子で楽しむリトミック体験教室

学ぶ (講師) すべすべComodo スタッフ

コモ保育園でやっていたリトミック活動を親子で体験しよう~♪ ピアノや音楽に合わせて親子で楽しく身体を動かしてみませんか?

11/22(火) 10:30~11:10すぎ

〈対象〉1~2歳児の親子 〈定員〉15名  
〈会場〉すべすべComodo 〈持物〉タオル、飲み物

すべすべComodo  
TEL 29-6101 受付/9:30~16:00 土曜・日曜祝日定休

### 17 アイシングクッキーをつくらう!!

つくる (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。

11/8(火) 10:00~11:00、11:00~12:00、13:30~14:30  
11/10(木) 10:00~11:00、11:00~12:00、13:00~14:00、14:00~15:00  
11/17(木) 11:00~12:00、13:30~14:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各4名 〈会場〉パレットととり  
〈材料費〉700円 〈持物〉エプロン、飲み物

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

### 18 いきいき終活会☆ 葬儀とお墓、供養について

学ぶ (講師) (一社) 終活カウンセラー協会 終活カウンセラー1級 松田禎人

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、家族を困らせないためのコツをご紹介します。お一人でも悩まずんでもご相談ください。

11/8(火)・23(水・祝) 各10:00~12:00 (2回)  
11/10(木) 10:00~15:00 (4回)

〈対象〉どなたでも 〈定員〉1回各5名 〈会場〉パレットととり  
〈持物〉終活へのメモやマシした気持ち

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

### 19 骨盤ダイエットと健康美肌

健康 (講師) 鉄本幹枝

①正しい姿勢とは ②骨盤が歪むとなぜ辛い/肩こり、顔がたるむの ③骨盤、体の歪みをチェック ④改善体操 ⑤再度チェック ⑥変化した自分を褒めてあげましょう。

11/5(土)・23(水・祝) 各10:00~11:00  
11/8(火)・16(水) 各13:30~14:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各6名 〈会場〉ひとりぎん文化会館 第8会議室  
⑧パレットととり 〈持物〉動ける服装

メディカルカイロ シエスター  
TEL 090-6432-5393 受付/9:00~20:00 日曜定休

### 20 暮らしを彩るペーパークラフト

つくる (講師) 蔵内登紀子

身近な紙に少し手を加えて、花を作ります。手作りの花をアレンジして、壁飾りを作ります。

11/15(日) 10:30~11:30  
11/20(日) 10:30~11:30、13:30~14:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉パレットととり 〈材料費〉1,500円

art.kura  
TEL 090-7509-6104 受付/10:00~17:00  
Mail: art.kura.t 720@gmail.com

### 21 『自分に自信がない』を最短で解決する方法

学ぶ (講師) 八百谷和子

「自分に自信がないから、人生のチャンスを逃していませんか? 最短で自信を身につける方法があります。自信をつけて2022年を最高の年にしませんか?」

11/20(日)・26(土) 各10:00~11:00  
11/23(水・祝)・27(日) 各13:30~14:30

〈対象〉個人事業主、経営者、会社員などビジネスをしている方 〈定員〉各6名  
〈会場〉パレットととり 〈材料費〉資料代500円 〈持物〉筆記用具、携帯電話

八百谷コミュニケーションアカデミー  
TEL 090-1683-6340 受付/10:00~21:00 不定休  
Mail: yao@hain.jp ※レッスン中は出られませんが、取り返しの連絡します

### 22 コーヒー焙煎体験&産地ラオスの現状を学ぶ

学ぶ (講師) 鳥取珈琲 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学ぼう。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フェトレードについて学ぼう。

11/27(日) 10:30~12:00

〈対象〉小学生 〈定員〉6名 (保護者同伴は1名まで)  
〈会場〉パレットととり 〈持物〉軍手

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

### 23 「ありがとう」を贈ろう

学ぶ (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っとハートを書き入れて完成! あなたは誰にありがとうを贈りたいですか? 「笑」文字のミニ体験イベント!

11/23(水・祝)・27(日) 各13:30~14:30、15:00~16:00

〈対象〉小学生以上 〈定員〉各4名  
〈会場〉パレットととり 〈材料費〉300円

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

### 24 ◆素敵色◆色彩心理カラーセラピー&お花を使ったワークショップ

学ぶ (講師) 井上明子

色彩心理カラーセラピー養成講師がカラーボトルを使って心を読み解き、色の癒し効果を用いてポジティブに♪&ハーバリウムディスプレイづくり。

11/27(日) 13:30~14:30、14:30~15:00、15:30~16:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各3名 〈会場〉パレットととり  
〈材料費〉2,500円 〈持物〉手拭きタオル

◆素敵色◆カラースクール  
Mail: akiko.10927smile@gmail.com

### 25 飛行0分の台湾旅行→台湾茶の世界

学ぶ (講師) 川口斐実

コロナで海外に行けない今、鳥取で台湾茶を飲みながら台湾を感じませんか。お茶の歴史から種類など、楽しく台湾茶を体験しましょう。

11/27(日) 15:00~16:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉10名  
〈会場〉パレットととり 〈材料費〉1,000円

日華ふれんず  
Mail: nikkafriendst@gmail.com

### 26 カバンにカビ?! ベタベタお困りごとにアドバイス

学ぶ (講師) 藤本悦代

革のバッグにカビ?! ベタつきなど、お手入れていませんか。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。

11/24(木) 10:30~11:30、14:00~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各2名  
〈会場〉ふじもとカバン店 〈材料費〉200円  
〈持物〉手入れしたいバッグ(2点まで)、古いタオル

ふじもとカバン店  
TEL 22-4059 受付/10:30~18:00 第1・3水曜定休

### 27 お出汁の引き方 お椀です

学ぶ (講師) 宮本孟尚

日本料理の基本、お出汁の引き方、お椀の作り方を。

11/13(日) 14:00~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉6名  
〈会場〉日本料理 ジャパンズ 〈材料費〉500円

日本料理 ジャパンズ  
TEL 24-3939 受付/12:30~15:30 日曜定休・不定休あり

### 28 ゴスペルに挑戦! 歌う楽しさを味わおう!

学ぶ (講師) ヤマハ講師

初めてでも、英語が苦手でも大丈夫。「天使にラブソングを2」で有名な「OH HAPPY DAY」を、思いっきり歌って楽しもう! 不織布マスク着用で行います。

11/8(火) 19:00~20:00

〈対象〉大人大歓迎! (中学生以上) 〈定員〉5名  
〈会場〉アコヤ楽器店(智頭街道) 〈持物〉筆記用具、水分補給用飲み物

アコヤ楽器店  
TEL 23-1331 受付/10:00~19:30 月曜定休

### 29 アクリル絵具で絵を描いてお家に飾ろう!

つくる (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。モチーフの写真(ペットや風景など)の持ち込みOK。小学生以上の方は保護者の方と一緒にご参加ください。

11/23(水・祝) 14:00~15:30

〈対象〉どなたでも (小学生以上保護者同伴) 〈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

鳥取画材  
TEL 30-4510 受付/9:00~17:30 無休

### 30 因州和紙で作るほっこり秋のカード

つくる (講師) 中村彰

手書きの因州和紙のカードに、落ち葉やちり紙で「小さな秋」を描きます。セッの封筒もリサイクルペーパーで手作りしましょう。

11/23(水・祝) 10:00~11:30、13:30~15:00、16:00~17:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各8名  
〈会場〉五福園ビル2階 ギャラリー 〈材料費〉500円

五福園茶房いよとら  
TEL 29-6086 受付/水曜~土曜 11:00~17:00  
Mail: nakamura@ndo-td.jp

### 31 今日から備える認知症

健康 (講師) スタッフ 森

人生百年時代、寿命は延びても介護生活になるのは本望ではない。そんなご相談が多く寄せられます。天寿を迎えるその日まで、自分らしく生きるために今からできる前向き予防法をお話します。

11/9(水) 14:00~15:00

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

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

### 32 アートなリメイク缶に多肉の寄せ植え

つくる (講師) 伊奈真弓

捨てられる缶を再利用して作ったお洒落なポットに、多肉植物専用の固まる土を使って寄せ植えします。大人からお子様まで、楽しくカンタンに完成できます。(廃棄物削減)

11/20(日)・23(水・祝)・27(日) 各11:00~11:45、13:00~13:45、14:00~14:45、15:00~15:45

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉アートのスペースからふる 〈材料費〉600円

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

### 33 フィルムカメラ撮影体験会

学ぶ (講師) 山縣勇太郎

フィルムカメラの仕組みを知って実際に撮影体験。1枚1枚大切にじっくりと考えながら撮る楽しさを味わってみませんか。仕上がりをみるまでのドキドキ感もGood。

11/12(土)・13(日) 各10:30~11:40

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各2名  
〈会場〉フィルムカメラクラブ 〈材料費〉2,100円(フィルム1本+現像代)  
〈持物〉フィルムカメラ貸出可(お持ちの方は持参可)

フィルムカメラ貸出可(お持ちの方は持参可)

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

### 34 ユニセフ学習会 ~世界の子どもたちを見てみよう~

学ぶ (講師) 鳥取ユニセフ協会 まちなか拠点スタッフ

水がめ運び体験等を通して、世界の様々な子どもたちの現状について、みなさんと一緒にいしゃべりをしながら考えたいと思います。

11/7(月)・9(水)・11(金) 各10:30~11:30

〈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〉必要な方はメガネ

鳥取県ユニセフ協会 まちなか拠点  
Mail: unicef.tottori@gmail.com ※インスタのDMから申込可

### 35 ちりめんで作るお正月飾り

つくる (講師) スタッフ

来年の干支をモチーフにしたお正月飾りをちりめん細工で作ります。羽子板の土台にパーツを貼り付ける作業です。親子でも楽しんで頂けます。

11/3(水・祝)・14(月) 各10:30~11:30、14:00~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉絹の館 さーびす 〈材料費〉800円

絹の館 さーびす  
受付/10:00~18:00 第2火曜・毎週水曜定休  
TEL 22-8315

### 36 プリザーブドフラワーのインテリア

つくる (講師) スタッフ

好きな色のプリザーブドフラワーやパーツをリース状に貼り付けて作るインテリアです。これからの時期のクリスマスの上り下りにもおススメです。

11/10(木)・25(金)・28(月) 各10:30~11:30、14:00~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉絹の館 さーびす 〈材料費〉500円

絹の館 さーびす  
受付/10:00~18:00 第2火曜・毎週水曜定休  
TEL 22-8315

### 37 茶の湯ミニ講座 茶の湯を支える炭のひみつ

和文 (講師) 山根宗吉

湯を沸かすための燃焼、炭。さまざまな炭について、その歴史から茶の湯に欠かせない炭まで、学芸員の資格を持つ講師がミニ講座。後半は実際に炭のいろいろを煮てみましょう。

11/19(土) 10:30~11:30、13:00~14:00

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

絹の館 さーびす  
受付/10:00~18:00 第2火曜・毎週水曜定休  
TEL 22-8315

### 38 マクラメお守りストラップ作り

つくる (講師) Brilliant★Brilliant

マクラメが初めてでも簡単に作れる講座です。パワーストーンを通して作ります。ストラップなどに携帯に好きなところにかけてお守りとしてお使いいただけます。

11/9(水)・14(月)・19(土) 各10:30~12:00、14:00~15:30

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各4名  
〈会場〉Musica Magica Café 〈材料費〉1,200円(お茶・お菓子付) 〈持物〉眼鏡等

Musica Magica Café  
受付/10:00~18:00 第2火曜・毎週水曜祝日定休  
TEL 080-5623-3401 ※携帯電話メッセージ申込可

### 39 スッキリ収納! 失敗しない整理収納のコツ

学ぶ (講師) 収納アドバイザー 江原朋美

整理整頓苦手な方へ。片付けなくてもすぐ散らかる、自分は片付けの下手だ、苦手だと自信を無くしていませんか? スッキリ収納! バウンドしない片付けのコツを江原先生がやさしく伝授。

11/8(火) 10:00~11:30、13:30~15:00

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉MADOショップ 山根金属

MADOショップ 山根金属  
TEL 23-6590 受付/10:00~17:00 日曜祝日・土曜午後定休

### 40 英語を学んで楽しいよ

学ぶ (講師) 吉田淑子

英語で歌って、ゲームして、フォニクスで発音習って、会話を大切にしつつと考えると楽しく英語の時間をすごしましょう。

【小3~4年生】 11/7(月) 17:00~18:00  
【幼児~小1・2年生】 11/17(木) 16:30~17:30  
【小5~6年生】 11/21(月) 17:00~18:00

〈対象〉小学生と幼児 〈定員〉各4名 〈会場〉Step World 英語スクール (山根金属さん隣) 〈持物〉筆記用具

Step World 英語スクール  
受付/9:00~18:00 ※ショートメール申込可  
TEL 090-7975-7852

### 41 因州和紙のお花でかざる 来年の干支

つくる (講師) 鳥取もりのづくろいパイザー 岡村真由美

花型にカットされている因州和紙で立体のお花を作り、来年の干支に飾りましょう。

11/9(水)・14(月)・23(水・祝)・28(月) 各10:00~11:00、13:30~14:30

〈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(メガネのフタバ裏) 〈材料費〉1,000円 〈持物〉必要な方はメガネ

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

### 42 鉄のお鍋で時短リゾット!

学ぶ (講師) 森下富美子

毎日使うお鍋の特長を再確認(ステンレス、銅、アルミ、鉄等)。今回は鉄鍋ココットでチーズリゾットを作ります。

11/8(火)・15(火)・25(金) 各10:30~11:10

〈対象〉どなたでも 〈定員〉各5名  
〈会場〉キッチン モリシタ

キッチン モリシタ  
受付/10:00~13:00(時間厳守) 第2土曜・日曜祝日定休  
TEL 090-6840-8701