



お店の人が講師となり、プロならではの知識や情報、  
コツを無料で教えてくれる少人数制のミニ講座です。

**受講無料**

販売・勧誘はありません。



※カフェゼミは、吉野川市の島として  
制定されています。



吉野川

第2回



# まちゼミ



開催期間

2024

10.28日 ▶ 11.30日



申込受付開始

10.21日

WEB申込は10:00~  
申し込み締め切りはお店により異なります

ゼミを選ぶ

01 チラシから  
講座を選ぶ

申し込む

02 お店に申し込む  
電話、メールetc  
(講座の申込方法をご参照ください)

参加する

03 時間・場所を  
間違えないよう  
ご注意ください

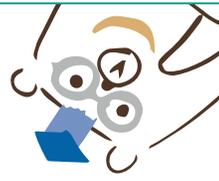
●記載の申込受付日より受講受付を行います。(受付開始期日厳守) ●申し込みは各講座受付時間内をお願いします。(受付初日は電話回線の混雑が予想されます。) ●定員になり次第締め切らせていただきます。 ●受講対象者が限定されている講座があります。詳細は申込時にご確認ください。 ●各講座ともに、申し込みの際に受講時の持ち物をご確認ください。 ●講座内容によっては材料費が掛かります。(講座当日に会場で徴収) 材料費の詳細は申し込みの際に各店舗にてご確認ください。 ●講座会場で他の受講者に対する営業活動や勧誘はご遠慮ください。



<https://yoshinogawacci.jp/machizemi.html>

主催：吉野川商工会議所

# 吉野川まちゼミ 講座一覧



4つのテーマからお選びください

まなぶ

グルメ

美容  
健康

つくる



開催期間  
2024年  
**10/28日～11/30日**

受講申込受付スタート

**10/21日** WEB申込は10:00～

※申し込み締め切りはお店により異なります。  
※締め切り後も空きがある場合は、各店舗に  
お問合せください。

## 「まなぶ」

地域の方から学ぶ  
暮らしの知恵！  
たくさんの人とつながり  
学びを広げよう！



### まなぶ 1 結婚式のマナー講座 招待状が届いて 披露宴のおひらきまで!!

結婚式に招かれても、洋服の事、テーブルマナー等、わからない事ばかり。ご夫婦や親子での参加もおおすすめです。  
(講師:アンジェリーナスタッフ)



**11/7水** 10:30～11:30  
**11/14水** 10:30～11:30

●場所/下記店舗 ●定員/各5名 ●  
材料費/無料 ●準備物/なし ●対象  
/どなたでも ●申込方法/電話また  
はWEB



アンジェリーナ  
TEL 0883-26-1177

受付 10:00～18:00  
休日 火曜・水曜  
鴨島町知恵島1778-7

### まなぶ 2 プロが教える スマホカメラで綺麗な 写真を撮るテクニック!

「料理がおいしそうに撮れない」と思うことはありませんか？  
食べ物、人物、花や風景等スマホできれいに写真を撮るた  
めのちょっとしたコツをお伝えします。(講師:小倉隆人)



**11/6水** 10:00～11:30  
**11/8金** 10:00～11:30  
**11/12火** 10:00～11:30  
**11/20水** 10:00～11:30

●場所/吉野川商工会議所会議室  
●定員/各5名 ●材料費/300円 ●  
準備物/ご自身のスマホ ●対象/ど  
なたでも ●申込方法/電話

小倉隆人写真事務所  
TEL 090-8849-5637

受付 9:00～14:00  
休日 なし  
鴨島町西麻植畑50-1

### まなぶ 3 年内に! 来年こそ! やりたい事全部叶える☆ 手帳活用術

手帳と付箋を使って、年内や来年の計画を立てます。頭  
の中を整理して、「今年こそ、来年こそやりたい!」を叶え  
ましょう♪(講師:整理収納アドバイザー1級 板井ゆり子)



**11/17日** 9:30～10:30  
**11/18日** 14:00～15:00

●場所/下記店舗 ●定員/各3名 ●  
材料費/200円 ●準備物/スケジュ  
ール手帳 ●対象/今年こそ、来年こそ、  
希望の自分になりたい女性  
●申込方法/WEB(「まち  
ゼミ」とメッセージください)



片付けplus  
TEL 090-7147-9515

受付 8:00～20:00  
休日 不定休  
鴨島町知恵島458-566

### まなぶ 4 年内にすっきり♡ お片付けの基本を学ぼう♪

今年こそすっきりと片付けて新年を迎えるために、お片付  
けの基本を楽しく学びましょう♪  
(講師:整理収納アドバイザー1級 板井ゆり子)



**11/17日** 11:00～12:00  
**11/18日** 15:30～16:30

●場所/下記店舗 ●定員/各3名  
●材料費/200円 ●準備物/なし ●  
対象/お片付けにお悩みの女性 ●  
申込方法/WEB(「まち  
ゼミ」とメッセージください)



片付けplus  
TEL 090-7147-9515

受付 8:00～20:00  
休日 不定休  
鴨島町知恵島458-566

### まなぶ 5 今話題の新NISA・iDeCoの お話ししましょう

やってみたくて不安。外資系金融機関に40年勤めた徳  
永和子とそれぞれに合った運用について、気軽にお話し  
しませんか?手作りおやつとお茶付です。  
(講師:徳永和子)



**11/6水** 10:00～11:30  
**11/9土** 10:00～11:30  
**11/23土祝** 10:00～11:30

●場所/下記店舗 ●定員/各7名  
●材料費/無料 ●準備物/なし ●  
対象/どなたでも ●申込方法/電  
話またはWEB



きずき本舗  
TEL 090-1177-1922

受付 9:00～17:00  
休日 不定休  
鴨島町麻植塚328-8

### まなぶ 6 マンネリレシピを解消! シェフ直伝!! 献立相談会

料理歴20年以上のシェフと楽しくおしゃべりしながら、余  
りがちな調味料の使い方やいつもと違う調理方法など、  
料理のレパートリーを増やしましょう。  
(講師:濱西秀範)



**11/5火** 15:00～16:00  
**11/11日** 10:00～11:00  
**11/18日** 10:00～11:00  
**11/26火** 19:00～20:00

●場所/下記店舗 ●定員/各3名  
●材料費/無料 ●準備物/メモ書  
き出来る筆記用具 ●対象/主婦の  
方はもちろん、どなたでも ●申込  
方法/店頭または電話

TOGO DELI KITCHEN  
TEL 0883-38-9301

受付 11:00～18:00  
休日 月曜  
鴨島町上下島81-7

### まなぶ 7 広がれ未来♪ 親子プログラミング体験教室

お子さまが「embot」というロボットを使って、将来に役  
立つ想像力や発想力、やりぬく力などプログラミングの  
思考力を楽しみながら学べます。  
(講師:ドコモショップスタッフ)



**11/3日祝** 10:00～11:00  
**11/10日** 10:00～11:00  
**11/17日** 10:00～11:00

●場所/下記店舗 ●定員/各3組 ●  
材料費/無料 ●準備物/筆記用具  
●対象/小学生とその保護者 ●申  
込方法/電話

ドコモショップ鴨島店  
TEL 0120-932-596

受付 10:00～19:00  
休日 第2火曜  
鴨島町上下島字野神ノ元112-1

### まなぶ 8 英語で クッキング&サイエンス

外国人先生と、ドングリドーナツ&ラバランプと一緒につ  
くろう♪普段では味わえない、海外の雰囲気  
を楽しもう!英語の経験がなくても楽しめます。  
(講師:Dora(日本人スタッフも参加))



**11/9土**  
17:00～18:30

●場所/下記店舗 ●定員/7名 ●材  
料費/500円 ●準備物/エプロン、  
マスク、三角巾 ●対象/3～12歳(6歳  
以下は保護者同伴) ●申  
込方法/電話またはWEB



Nico Kids English 鴨島校  
TEL 0883-36-9544

受付 火・金 11:00～21:00  
土 9:00～16:00  
休日 月曜・日曜  
鴨島町上下島128-20

### まなぶ 9 新しいことに チャレンジしたい方へ!

占いを活用して自分に合った趣味を見つけてみませんか?  
楽しく分かりやすく解説します!  
(講師:ヘアデザインエイチスタッフ)



**11/13水** 10:00～11:00  
**11/20水** 14:00～15:00  
**11/27水** 13:00～14:00

●場所/下記店舗 ●定員/各5名 ●  
材料費/無料 ●準備物/なし ●対  
象/どなたでも ●申込方法/電話ま  
たはWEB



hair design H×H  
TEL 0883-30-0305

受付 9:00～19:00  
休日 月曜・第4火曜  
鴨島町喜来305-10

まなぶ 10 地元伝統文化「菊人形」について学びませんか?

第83回開催の鴨島大菊人形展!菊人形作成現場を見ながら、その歴史を学べます。実際の人形への菊付け体験も予定。地元の伝統文化に触れてみませんか!  
(講師:西正、山口智広)



11/12火 10:00~11:00  
11/13水 14:00~15:00

●場所/鴨島町鴨島689-24●定員/各3名●材料費/無料●準備物/花粉等がついても良い服装●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB



吉野川商工会議所  
TEL 0883-24-2274

受付 9:00~17:00  
休日 土曜・日曜・祝日  
鴨島町鴨島169-1

「グルメ」

地域の方と一緒に  
楽しく調理!  
技術を学んで日々の  
生活に活かそう!



グルメ 11 目指せプロの味!! 魔法の塩作り

話題のマジックソルトを作ります。これを振って焼くだけで、プロの味!シェフのオリジナルの調味塩です。  
(講師:ドーニ・デッラ・テラ スタッフ)

11/6水 14:30~15:30

11/7木 9:30~10:30

11/9土 9:30~10:30



●場所/下記店舗●定員/各4名  
●材料費/300円●準備物/なし  
●対象/どなたでも●申込方法/電話

イタリアドーニ・デッラ・テラ  
TEL 0883-26-1255

受付 10:30~14:30/17:00~20:00  
休日 火曜  
鴨島町知恵島1778-7

グルメ 12 簡単!おいしい!! ピクルス作り

定番の野菜を使ってピクルスを作ります。レシピを覚えると簡単に作れます。ピクルスや調味液を使ったお料理も教えちゃいます。  
(講師:ドーニ・デッラ・テラ スタッフ)

11/13水 14:30~15:30

11/14木 9:30~10:30

11/17日 9:30~10:30



●場所/下記店舗●定員/各4名  
●材料費/500円●準備物/なし  
●対象/どなたでも●申込方法/電話

イタリアドーニ・デッラ・テラ  
TEL 0883-26-1255

受付 10:30~14:30/17:00~20:00  
休日 火曜  
鴨島町知恵島1778-7

グルメ 13 「魚の骨を知って楽しくおいしく食べよう」焼き魚の食べ方

魚は骨が多くて食べにくいからと、避けていませんか?実は、魚の食べ方には順番があり、それを知ると骨だけを残してきれいに食べることができますよ。  
(講師:桶渡潤一)



10/28月 11:00~12:00

11/18月 11:00~12:00

●場所/下記店舗●定員/各5名●材料費/300円●準備物/なし●対象/どなたでも●申込方法/電話またはインスタDM

海鮮活魚潤-uruoi-  
TEL 0883-24-6863

受付 9:00~11:00/14:00~17:00  
休日 月曜  
鴨島町上下島87-1戸井ビル1F

グルメ 14 プロに学ぶ!絶対に失敗しない魚のさばき方

魚をさばくのはむずかしいと思っている方、手順といくつかのコツさえ押さえれば、かんたんに魚を調理することができますよ。(講師:桶渡潤一)



11/11日 10:00~11:30

11/25日 10:00~11:30

●場所/日本フネン市民プラザ調理室●定員/各5名●材料費/500円●準備物/エプロン(必要な人)●対象/どなたでも●申込方法/電話またはインスタDM

海鮮活魚潤-uruoi-  
TEL 0883-24-6863

受付 9:00~11:00/14:00~17:00  
休日 月曜  
鴨島町上下島87-1戸井ビル1F

グルメ 15 あなたにもできる!はじめての米粉シフォンケーキ作り!

我が家でとれたコシヒカリの新米米粉でしっとりもちふわなシフォンケーキ(グルテンフリー)を作ってみませんか。ホールでお持ち帰りいただけます。  
(講師:河野美智子)



11/12火 14:00~16:00  
11/19火 14:00~16:00

●場所/下記店舗●定員/各3名●材料費/500円●準備物/エプロン、三角巾●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB「まちゼミ」とメッセージください



Kawano  
TEL 090-4971-5765

受付 14:00~19:00  
休日 不定休  
鴨島町牛島1232

グルメ 16 お米ぱん(グルテン含む)を作しましょう

我が家でとれたお米と野菜を使って、少し早めのクリスマスサンタぱんを作ります。  
(講師:河野美智子)



11/10日 14:00~16:00

11/17日 14:00~16:00

●場所/下記店舗●定員/親子各3組●材料費/300円●準備物/エプロン、三角巾●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB「まちゼミ」とメッセージください



Kawano  
TEL 090-4971-5765

受付 14:00~19:00  
休日 不定休  
鴨島町牛島1232

グルメ 17 台湾カステラ作りませんか?

台湾カステラをシンプルな材料で作れ、持ち帰ります。家族と「美味しいね」と笑顔で食べてほしいです。サラダ・サンドイッチを食べながらおしゃべりも。  
(講師:徳永和子)



11/4月(振休) 10:00~12:00

11/13水 10:00~12:00

11/27水 10:00~12:00

●場所/下記店舗●定員/各4名●材料費/500円●準備物/エプロン●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB



きずき本舗  
TEL 090-1177-1922

受付 9:00~17:00  
休日 不定休  
鴨島町麻植塚328-8

グルメ 18 親子で楽しく調理実習

親子で作れる簡単な調理実習です。パスタ・スープとあと一品を作ります。  
(講師:セントラルホテル鴨島 総料理長 走川繁典)



11/2土 14:00~16:00

●場所/下記店舗●定員/2組(1組3名)●材料費/300円●準備物/エプロン●対象/どなたでも●申込方法/電話

セントラルホテル鴨島  
TEL 0883-24-8989

受付 10:00~18:00  
休日 年中無休  
鴨島町鴨島471-2

グルメ 19 一緒に楽しくドーナツを作しましょう!

みんなが大好きなドーナツを自分達でかわいく、ステキに飾り付けしましょう♪  
(講師:グエン・ティ・フエ)



11/7木 13:00~15:00

●場所/下記店舗●定員/5名●材料費/600円●準備物/エプロン、タオル●対象/どなたでも●申込方法/電話またはインスタDM



NORTHSHORE DONUTS  
TEL 0883-26-0117

受付 13:00~17:00  
休日 月曜~木曜  
鴨島町鴨島485-4

グルメ 20 ふわふわ幸せ♡シフォンケーキ

みんなで楽しくシフォンケーキを作しましょう。焼いている間に、シフォンケーキを食べながら楽しくおしゃべりしましょう。  
(講師:近藤安男)



11/21木 10:00~12:00

11/28木 10:00~12:00

●場所/下記店舗●定員/各3名●材料費/200円●準備物/エプロン、三角巾、ハンドタオル、マスク、筆記用具、メモ帳●対象/どなたでも●申込方法/電話

黎明工房  
TEL 090-1577-7218

受付 9:00~12:00  
休日 土曜・日曜  
鴨島町喜来274-3

## 「美容健康」

日頃のお悩みも解決?!  
たくさん知って  
体験して理想の  
自分に近づこう!



## 美容健康 21 皮膚の構造と化粧品 ～自分の肌質を調べよう～

お肌の仕組みや化粧品について考えてみましょう。また顕微鏡やマイクロスコープを使って肌質や肌状態をセルフチェックしてみませんか?  
(講師:上野倍江)

11/6水  
10:00~11:30

11/6水  
14:00~15:30

11/17日  
14:00~15:30



●場所/下記店舗●定員/各2~4名●材料費/無料●準備物/お帰りの際のメイク道具(メイクを落とすに役立つ可能性あり)●対象/女性限定●申込方法/電話

SKIN LABORATORY en. 受付 10:00~19:00  
TEL 090-2786-5052 休日 不定休  
鴨島町粟島49-5 (施術中は出られません)

## 美容健康 22 効果を実感! 自分でできる フェイスリフトアップ

美は一日にしてならず!自宅でできるお顔のリフトアップ方法をご紹介します。手軽にできるものばかりなので、ぜひ習慣にしてみてください。(講師:中山加寿美)

11/3日祝  
10:00~11:30



●場所/下記店舗●定員/3名●材料費/500円●準備物/タオル、飲み物(お水)●対象/女性(親子参加OK)●申込方法/電話

ボディメンテナンスルーム寿来 受付 10:00~18:00  
TEL 090-1170-4309 休日 不定休  
鴨島町鴨島452-10

## 美容健康 23 目指せ姿勢美人! 自分でできる 巻き肩改善ストレッチ

スマホやパソコンの日常使用で巻き肩になっていませんか。さまざまな不調の原因にもなるので凝り固まった筋肉をほぐし、血流の改善を目指しましょう。(講師:中山加寿美)

11/3日祝  
13:00~14:30

●場所/下記店舗●定員/3名●材料費/500円●準備物/タオル、飲み物(お水)●対象/女性(親子参加OK)●申込方法/電話



ボディメンテナンスルーム寿来 受付 10:00~18:00  
TEL 090-1170-4309 休日 不定休  
鴨島町鴨島452-10

## 美容健康 24 国内初! オブスタクル スポーツを体験しよう!

走る・跳ぶ・登る・つかむといった運動を行い、各種の障害物をクリアしていくオブスタクルスポーツ。オリンピックにも採用される注目競技を体験します。  
(講師:リレイズ 白川知明)

11/2土  
10:00~11:00

11/17日  
10:00~11:00

11/24日  
10:00~11:00



●場所/鴨島町知恵島683●定員/各10名●材料費/無料●準備物/動きやすい服装、スニーカー●対象/主に小学生、中学生(保護者同伴)●申込方法/WEB

株式会社 松島組 受付 10:00~17:00  
TEL 0883-24-1233 休日 不定休  
鴨島町牛島1572-1

## 「つくる」

普段はなかなか  
経験できないことに  
挑戦できる  
チャンス!!



## つくる 25 エディブルフラワーとは!! 種植えから作ってみよう

花を食べるカフェ『アンジェリーナ エディブルフラワー研究所』。美味しく、栄養価の高い花の種を植えて、自宅に持ち帰り育てて食べてみませんか。  
(講師:アンジェリーナ エディブルフラワー研究所 スタッフ)

11/1金  
10:30~11:30

11/8金  
10:30~11:30

●場所/下記店舗●定員/各4名●材料費/300円●準備物/植えたポットの持ち帰り用の袋●対象/どなたでも●申込方法/電話またはインスタDM



Cafe アンジェリーナ EFL 受付 10:00~18:00  
TEL 0883-26-1177 休日 火曜・水曜  
鴨島町知恵島1778-7

## つくる 26 はじめてのDIY! カンタン・わくわく工作体験

初心者でも簡単!DIYでオリジナルののこりを体験。工具不要で楽しく作ってお持ち帰りいただけます!  
(講師:西原透)

11/6水  
10:00~11:00

11/9土  
10:00~11:00

11/16土  
15:00~16:00



●場所/下記店舗●定員/各3名●材料費/300円●準備物/作業をするので、動きやすい服装をお願いします●対象/3才以上(小学生以下の方は保護者同伴での作業となります)●申込方法/電話またはWEB

イメージ基地局 受付 9:00~17:00  
TEL 090-2820-2255 休日 日曜  
鴨島町上下島字松本429-10

## つくる 27 本棚に私の 「ひと箱図書館」を作ろう!

鴨島図書館の本棚にあなたのオススメ本たちを入れて、飾り付けた小さな「ひと箱図書館」を作ってみませんか? 12月末まで展示・貸出もいたします。  
(講師:鴨島図書館 スタッフ)

11/7水  
10:30~12:00

11/11日  
10:30~12:00

11/16土  
14:00~15:30



●場所/下記施設●定員/各2名●材料費/無料●準備物/飾り付けにしたいものがあれば持参●対象/大人(親子も可)●申込方法/電話

株式会社図書館流通センター 受付 9:00~19:00  
TEL 0883-22-2004 休日 火曜  
鴨島町鴨島252-1 市民プラザ3階  
鴨島図書館

## つくる 28 アロマサシェを作りながら 洋服についてお話ししよう

大切な衣類を守るアロマサシェを作ろう!作業しながら洋服の着こなしやお洒落について楽しくお話ししよう♡  
(講師:井内直美)

11/7水  
11:00~12:00

11/17日  
11:00~12:00

11/27水  
11:00~12:00

●場所/下記店舗●定員/各2名●材料費/500円●準備物/なし●対象/どなたでも●申込方法/電話



ブティック NANA 受付 10:00~19:00  
TEL 0883-22-1177 休日 なし  
鴨島町鴨島388-28

## つくる 29 パステルアートで作る メッセージカード

絵が苦手でも大丈夫!指を使って描きます。最初は不思議な感覚ですが、これが心地良いのです。パステルの優しい色合いにお子様も大人の方も楽しめます。  
(講師:パステルアートインストラクター1級 忍那愛佳理)

11/9土  
9:00~10:30

11/16土  
18:00~19:30

11/23日祝  
9:00~10:30



●場所/下記店舗●定員/各4名●材料費/300円●準備物/なし●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB

ギフトのお店リトルバード 受付 10:00~18:00  
TEL 0883-24-8181 休日 日曜・祝日  
鴨島町上下島17-1

## 吉野川まちゼミ 参加店舗募集!

吉野川まちゼミでは、来年度予定の第3回吉野川まちゼミの参加店舗を募集します。吉野川市内エリアに店舗をお持ちの方で、興味がある方は、吉野川商工会議所ホームページのお問い合わせフォームより「店舗名」「ご担当者」「住所」「電話番号」を明記の上、まちゼミ参加希望とメールをお送りください。後日担当よりご返信させていただきます。

問い合わせ

吉野川商工会議所

〒776-0010  
徳島県吉野川市鴨島町鴨島169-1  
TEL 0883-24-2274



吉野川商工会議所  
ホームページ