



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。



※カワゼミは、吉野川市の鳥として
制定されています。



吉野川

第4回



まちゼミ



開催期間

2026

10.19日▶11.30日



申込受付開始

10.13 火

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、WEB など
(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にお願いします。(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。



YOSHINOOGAWA.MACHIZEMI

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

主催：吉野川市商工会・吉野川商工会議所

お問合せ先：吉野川商工会議所 (TEL0883-24-2274)

吉野川まちゼミ 講座一覧

開催期間

2026年10/19日～11/30日

受講申込
受付スタート

10/13日
WEB申込は10:00～

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

※申込方法はお店により異なります。受付時間をご確認ください。

講座一覧カレンダー	
10月 October	11月 November
19 月 2 24	9 月 13 15 16
20 火 7	10 火 7 8 10 22
21 水	11 水 5 12 14 23
22 木	12 木 2 8 18 27
23 金 12 19 23 31	13 金
24 土 33 34	14 土 11 17
25 日 9 28 34	15 日 1 15 24
26 月 6 14 20 24 25 34	16 月 8 16
27 火 2 4 21 34	17 火
28 水	18 水 10 31
29 木 12	19 木 18 27
30 金 2 7 20 22 28	20 金 7 30
31 土 19 28 29	21 土 15 21 33
11月 November	22 日 32
1 日 25	23 月 1 5 24
2 月 2 5	24 火 17
3 火 3 26	25 水
4 水 3 26 31	26 木 10 18
5 木 4 14 26 27	27 金
6 金 22 30	28 土 11 21 30
7 土 11 30 33	29 日 30
8 日 1 9	30 月

まなぶ1

親子で楽しく初めての火起こし体験

大自然の中、親子で協力して火を起す体験講座です。焚き火が出来るまで火を育てる方法をマスターしよう！
(講師:服部優)

11/8日

13:00～14:30

11/15日

13:00～14:30

11/23月祝

13:00～14:30



●場所/下記店舗●定員/各1家族限定●材料費/無料●準備物/汚れてもいい服装、靴でご参加ください●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB



愛楽友ふぁーむ ちえの森
TEL 090-1575-8909

受付 9:00～18:00
休日 不定休
鴨島町山路字東生福2007-1

まなぶ2

負動産を宝に! 相続空き家・田畑・墓の活用&売却解決法

相続した空き家・田畑・山林の扱いに困っていませんか? 売却・賃貸・シェアハウス等、みんなの知恵で不(負)動産を解決! 住みよい町づくりと一緒に考えましょう。
(講師:宅建取引士 島勝伸一、司法書士 小笠原哲二)

10/19日

10:30～12:00

10/27火

10:30～12:00

10/30金

10:30～12:00

11/2月

10:30～12:00

11/12木

10:30～12:00



●場所/吉野川商工会議所2F会議室●定員/各2名●材料費/無料●準備物/アパートや空き家の住所やあれば写真●対象/どなたでも●申込方法/電話またはWEB



アパマンショップ鴨島店
TEL 0883-22-2000

受付 9:30～18:00
休日 火曜・水曜
鴨島町上下島81-6

まなぶ3

お片付け迷子さん集まれ! お片付け基本講座とお悩み茶話会☆

今年こそすっきりと片付けて新年を迎えるために、お片付けの基本と順番を楽しく学びましょう♪みんなでワイワイ、お片付けのお悩みをお喋りしましょ♡
(講師:整理収納アドバイザー1級 板井ゆり子)

11/3火祝

10:00～11:30

11/3火祝

13:00～14:30

11/4水

10:00～11:30



●場所/下記店舗●定員/各4名●材料費/300円(お茶菓子代)●準備物/なし●対象/お片付けにお悩みの女性●申込方法/電話(業務中)は出られない為、留守電にメッセージをお願いします)またはWEB



片付けplus
TEL 090-7147-9515

受付 10:00～18:00
休日 不定休
鴨島町知恵島458-566

まなぶ4

子どもの片付け、どうしてる? ママのお悩みおしゃべり会

「何度言っても片付けない」「すぐ散らかる」などのお悩みを、発達支援と整理収納、それぞれの視点から一緒に考えます。ゆるーくお喋りしましょう♪(講師:整理収納アドバイザー1級 板井ゆり子、認定ABAセラピスト 尾之上真友子)

10/27火

10:00～11:30

11/5木

10:00～11:30



●場所/下記店舗●定員/各3名●材料費/300円(お茶菓子代)●準備物/なし●対象/どなたでも●申込方法/電話(業務中)は出られない為、留守電にメッセージをお願いします)またはWEB



片付けplus・道しるべサポート
TEL 090-7147-9515

受付 10:00～18:00
休日 不定休
鴨島町知恵島458-566

まなぶ5

縁ディングノート! 書きたいけど書けないあなたへ

これからの暮らしを自分らしく心豊かに過ごせるよう、「エンディングノート」を作ってみませんか? 書けなくても大丈夫。まずは知ることから。今から少しずつ、一緒に整えていきましょう。(講師:徳永和子)

11/2月

10:00～11:30

11/11水

10:00～11:30

11/23月祝

10:00～11:30



●場所/下記住所●定員/各5名●材料費/無料●準備物/筆記用具●対象/15歳以上●申込方法/電話

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

一緒に学ぼう!! 簡単テーブルマナー!!

簡単なテーブルマナーをお店の食器を使って実践しながら、楽しくお茶会しませんか♡
(講師:中田欣子)

10/26日

13:00～14:00



●場所/下記店舗●定員/3名●材料費/無料●準備物/なし●対象/どなたでも●申込方法/電話

くつろぎ処 居酒屋さつき
TEL 0883-42-2299

受付 16:00～22:00
休日 月曜、火曜
山川町前川75-2

まなぶ7

AIで暮らしを少しラクにする講座

スマホを使って、調べもの・文章づくり・アイデア出しを体験。AIが初めての方も、日常で使える一歩を持ち帰れます。
(講師:Studio.TSUMUGU 代表 菱垣さと子)

10/20火

13:00～15:00

10/30金

13:00～15:00

11/10火

13:00～15:00

11/20金

13:00～15:00



●場所/吉野川商工会議所会議室●定員/各3名●材料費/無料●準備物/スマホ(AIで楽になりたいことを1つ考えてきてください)●対象/どなたでも●申込方法/WEB



Studio.TSUMUGU
TEL 080-3163-7941

受付 10:00～17:00
休日 不定休
鴨島町

まなぶ8

「知りたい!」を5つ選ぶ! シェフから教わる料理のコツ

20個以上のお題から「知りたい!」を5つ選ぶ体験型相談会。プロならではの「料理が美味くなる」ちょっとした秘訣をお教えます。
(講師:濱西秀範)

11/10火

18:30～19:30

11/12木

15:00～16:00

11/16月

10:00～11:00



●場所/下記店舗●定員/各3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



TOGO DELI KITCHEN
TEL 0883-38-9301

受付 平日(火～金)11:00～18:00
休日 月曜
鴨島町上下島81-7

まなぶ9

親子プログラミング体験教室

マイクラの世界の中で楽しみながらプログラミングを学ぶことで、パソコンに慣れ親しみ、将来に必要な能力を身につけられます。
(講師:岡奈緒美)

10/25日

10:00～11:00/13:30～14:30

11/8日

10:00～11:00/13:30～14:30



●場所/下記店舗●定員/各2組●材料費/無料(パソコンは貸出します)●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10

「学校に行きたくない…」大人はどう関わる?

「学校に行きたくない」と言われたときの大人の対応から、不登校が続く理由まで、子どもの行動の仕組みと一緒に紐解いてみましょう。
(講師:認定ABAセラピスト 尾之上真友子)

11/10火

10:00～11:30

11/18水

10:00～11:30

11/26木

10:00～11:30



●場所/吉野川商工会議所会議室●定員/各3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



道しるべサポート
TEL 090-3001-5204

受付 9:00～17:00
休日 日曜・祝日
川島町

まなぶ
11

高校生向け！「総合的な探究の時間」を進めよう！

2部パートで開催！前半は「まちづくり」をテーマにした勉強会&お話し会！後半は「総合的な探究の時間」のなんでも相談会！大人の方の見学もOKです！
(講師:総探支援員 妹尾裕介 and more)

11/7土
14:00~16:00

11/14土
14:00~16:00

11/28土
14:00~16:00



●場所／下記店舗(日本フネン市民プラザ内)●定員／各8名程度●材料費／無料●準備物／やる気●対象／高校生●申込方法／電話またはWEB



吉野川市コワーキング・シェアオフィスKi-Da (FUKU-CYO-LIFE株式会社)
TEL 0883-22-2453

まなぶ
12

ぶきっちょさん集まれ！プロから学ぶラッピング

ラッピングは、贈る人も受け取る人も笑顔にする魔法♪初心者さん大歓迎！基本の包み方を楽しく体験してみませんか？
(講師:忽那愛佳理)

10/23金
9:00~10:00

10/29木
9:00~10:00

11/11水
18:15~19:15



●場所／下記店舗●定員／各3~4名●材料費／無料●準備物／なし●対象／18歳以上●申込方法／電話またはWEB



ギフトのお店リトルバード
TEL 0883-24-8181

グルメ
13

日本料理人が教える映えるやわらか食

祖父母の誕生日など、家族一緒に食事をしたい。でも食べられる料理が少ない。そんな時でもちょっとした工夫でお店のお弁当を映えるやわらか食に変身！
(講師:阿部和剛)



11/9月
14:00~15:00

●場所／下記店舗●定員／3名●材料費／無料●準備物／なし●対象／どなたでも●申込方法／WEB



阿部鮮魚店・和亭
TEL 0883-25-2062

グルメ
14

簡単! 美味しい!! ピクルス作り

レシピを覚えて、簡単・美味しいピクルスを作りましょう。
(講師:三木真由)

10/26月
9:30~10:30

11/5木
9:30~10:30

11/11水
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

イタリアンドーニ・デッラ・テラ
TEL 0883-26-1255

グルメ
15

簡単、ヘルシーみたらし団子を作ってみませんか

ヘルシー食材を使って、誰でも手軽に作れる美味しいスイーツを紹介。一緒に楽しく作って味わいませんか。
(講師:徳永和中)

11/9月
10:00~11:30

11/15日
10:00~11:30

11/21土
10:00~11:30



●場所／下記住所●定員／各5名●材料費／300円●準備物／エプロン、持ち帰りの袋●対象／高校生以上●申込方法／電話

きずき本舗
TEL 090-1177-1922

グルメ
16

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うになりますよ。(講師:桶渡潤一)



11/9月
10:00~12:00

11/16月
10:00~12:00

●場所／日本フネン市民プラザ調理室●定員／各3名●材料費／無料●準備物／エプロン・魚の匂いがついて問題ない服装●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

グルメ
17

米粉で作るココアシフォンケーキ

コシヒカリの米粉(グルテンフリー)でシュワシュワ、もちもちのシフォンケーキを作りましょう。初めて参加の方優先です。
(講師:河野美智子)



11/14土
13:30~15:30

11/24火
13:30~15:30

●場所／下記店舗●定員／各3名●材料費／500円●準備物／三角巾、エプロン●対象／講座に初めて参加の方●申込方法／WEBのみ「まちゼミ」とメッセージください



米粉パン kawano
TEL 090-4971-5765

グルメ
18

へんろの里の薪窯でピザを焼こう!!

四国八十八ヵ所11番札所藤井寺門前のへんろの里に今年完成した本格ピザ窯を使ってピザを焼く初心者向け講座です。
(講師:富永睦美)

11/12木
14:00~15:00

11/19木
14:00~15:00

11/26木
14:00~15:00



●場所／下記住所(へんろの里)●定員／各5名●材料費／1,000円●準備物／なし●対象／どなたでも●申込方法／メールまたはインスタDM



ジェラート空 koo
Mail info@henrono-sato.jp

グルメ
19

はじめて作る! キャラクターパン作り

生地は準備済み! 成形方法をマスターして自分だけのアンパンマンを作ろう! (※レシピ無し。お持ち帰り有り)
(講師:松島久美子)



10/23金
10:30~12:00

10/31土
10:30~12:00

●場所／日本フネン市民センター調理室●定員／各4名●材料費／500円●準備物／エプロン、マスク、三角巾、手拭きタオル●対象／高校生以上●申込方法／電話またはインスタDM



ぱん工房 Kun Kun
TEL 090-4780-2721

グルメ
20

一緒にうれしい! わんちゃんとシェアできる手作りおやつ

愛犬と同じ『かぼちゃプリン』でおいしく楽しいハロウィン! (※レシピ無し。お持ち帰り有り)
(講師:松島久美子)



10/26月
10:30~12:00

10/30金
10:30~12:00

●場所／日本フネン市民センター調理室●定員／各4名●材料費／500円●準備物／エプロン、マスク、三角巾、手拭きタオル●対象／高校生以上●申込方法／電話またはインスタDM



ぱん工房 Kun Kun
TEL 090-4780-2721

美容健康
21

今の私をもっと楽しむ! 鏡を見るのがちょっとスキになる時間

キレイになるって、欠点を隠すことだけじゃない。顔や頭皮に触れながら、今の自分に似合う美容と、自分では気付かなかった魅力を見つけましょう。
(講師:大塚千恵子)

10/27火
13:00~14:30

11/21土
10:00~11:30

11/28土
10:00~11:30



●場所／下記店舗●定員／各3名●材料費／500円●準備物／鏡、タオル●対象／5歳~90歳●申込方法／電話またはWEB



ANGELIC (アンジェリーク)
TEL 080-1992-0319

美容健康
22

今日から見直す♪ 太りやすい習慣チェック☆

耳つぼを気軽におためし♪太りやすいクセをチェックして、あなたに合った体質改善・ダイエットのヒントを見つけませんか? 相談もお気軽に☆
(講師:坂東真理子)



10/30金
11:00~12:00

11/6金
11:00~12:00

11/10火
11:00~12:00

●場所／minoriba鴨島駅店●定員／各2~3名●材料費／無料●準備物／なし●対象／女性●申込方法／電話またはWEB



えがおサポート ange
TEL 090-3988-6533

美容健康
23

お肌の座談会

お肌や化粧品についての疑問やお悩み、普段聞きづらいこと等気軽にお話しませんか？
(講師:上野倍江)



10/23金 14:00~15:30
11/11水 10:30~12:00

●場所／下記店舗●定員／各3名
●材料費／無料●準備物／なし●対象／女性●申込方法／電話またはWEB (WEB優先)



SKIN LABORATORY en.
TEL 090-2786-5052

受付 9:00~19:00
(施術中は出られません)
休日 不定休
鴨島町栗島49-5

美容健康
24

ぶきっちょさん集まれ! 鏡を見るのが楽しくなるヘアーセット

あなたの「できない」を「できる」にサポートします。道具の持ち込み大歓迎です。どの年代の方でも親子での参加もおおすすめです。
(講師:宮田紀子)



10/19月 9:00~10:00
10/26月 9:00~10:00
11/15日 9:00~10:00
11/23月祝 9:00~10:00

●場所／下記店舗●定員／各1名もしくは1組●材料費／無料●準備物／自由●対象／女性●申込方法／電話

style lab Rantana
TEL 0883-22-1085

受付 10:00~17:00
休日 月曜・土曜・日曜
鴨島町知恵島1169-5

美容健康
25

50代女性の肩甲骨から始まる動けるカラダづくり

腕が上げにくい…なんだか身体が重い…そんなお悩みありませんか？ 上半身の動きのカギとなる肩甲骨を動かして軽やかに動ける身体を手に入れましょう！
(講師:吉井啓悟)



10/26月 10:00~11:00

11/1日 13:00~14:00

●場所／下記店舗●定員／各2名●材料費／無料●準備物／タオル、水分、動きやすい服装、笑顔●対象／50~60代女性●申込方法／電話またはインスタDM-WEB



パーソナルジム Chill Out
TEL 090-4866-9875

受付 12:00~14:00
休日 不定休
鴨島町牛島1580-13 (1F)

美容健康
26

50代からの小物で垢抜けおしゃれ術

マフラー・スカーフ・アクセサリーで、いつものファッションが一気に垢抜け「こんな使い方があったんだ!」をみんなで発見！お気に入りの小物持参もOK! ファッションについて楽しく語りませんか？ (講師:井内直美)



11/3火祝 13:00~14:00

11/4水 11:00~12:00

11/5木 13:00~14:00

●場所／下記店舗●定員／各2名●材料費／無料●準備物／なし●対象／どなたでも●申込方法／電話またはインスタDM



ブティック NANA
TEL 0883-22-1177

受付 10:00~18:00
休日 不定休
鴨島町鴨島388-28

美容健康
27

整骨院でまなぶ腰痛予防・セルフケア

腰痛は全国に3,000万人とも言われる国民病。あなたも他人事ではありません。自分でできる腰痛予防・腰痛対策をまなびませんか？
(講師:小平裕也)



11/5木 10:00~11:15

11/12木 10:00~11:15

11/19木 10:00~11:15

●場所／下記店舗●定員／各3名●材料費／無料●準備物／動きやすい服装●対象／どなたでも●申込方法／電話またはWEB



星野整骨院
TEL 0883-26-1019

受付 9:00~12:00、14:00~19:00
休日 日曜・祝日・木曜午前
鴨島町知恵島1052-3

美容健康
28

姿勢美人、姿勢イケメンを目指そう!

姿勢が変わると印象も変わる! 巻き肩・猫背を整えて、若々しく清潔感のある立ち姿をつくるセルフケアをお伝えします。
(講師:中山加寿美)



10/25日 10:00~11:00

10/30金 19:00~20:00 メンズDAY

10/31土 10:00~11:00

●場所／下記店舗●定員／各3名●材料費／500円●準備物／タオル、お水●対象／どなたでも●申込方法／電話

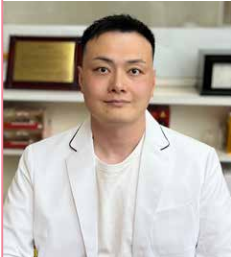
ボディメンテナンスルーム寿来
TEL 090-1170-4309

受付 10:00~18:00
休日 不定休
鴨島町鴨島452-10

美容健康
29

漢方でキレイに! 大人の美肌講座

シワ・シミ・くすみ・乾燥など、大人の肌悩みを漢方の視点からやさしく解説。からだの内側からキレイな肌を目指す秘訣を、漢方薬剤師がお伝えします。
(講師:渡部りょうへい)



10/31土 13:00~14:30

●場所／下記店舗●定員／4名●材料費／100円 (教材費)●準備物／なし●対象／どなたでも●申込方法／電話

ワタナベ薬局
TEL 0883-24-0770

受付 10:00~19:00
休日 日曜・祝日
鴨島町鴨島219-1

つくる
30

初心者でもできる! オリジナル竹あかり作り

竹に穴を開けてオリジナルの竹あかりを作成します。デザインを数十種類用意してあるので、その中からお好きなデザインを選んでいただきます。
(講師:西原透)



11/6金 10:00~11:30
11/7土 10:00~11:30
11/20金 10:00~11:30
11/28土 10:00~11:30
11/29日 10:00~11:30

●場所／下記店舗●定員／各4名●材料費／1,000円●準備物／動きやすく、汚れてもよい服装 (制作中に竹クズが発生するため)●対象／5歳以上●申込方法／電話またはWEB



いめーじ基地局
TEL 090-2820-2255

受付 9:00~17:00
休日 日曜
鴨島町上下島字松本429-10

つくる
31

初めてでも大丈夫! スマホでできる思い出動画の作り方

編集が初めての方歓迎! おでかけや行事の動画、撮ったままになっていませんか? 音楽や文字を入れて思い出動画をスマホで作ってみましょう♪
(講師:寒川優香)



10/23金 13:30~14:30

11/4水 13:30~14:30

11/18水 13:30~14:30

●場所／吉野川商工会議所2F会議室●定員／各3名●材料費／無料●準備物／写真・動画のデータ (10~15本)が入ったスマホ●対象／どなたでも●申込方法／インスタDM



ilo movies
TEL 090-3989-6271

受付 10:00~16:00
休日 土曜・日曜
鴨島町

つくる
32

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:図書館スタッフ)



11/22日 10:30~12:00

●場所／下記施設 (日本フネン市民プラザ3F)●定員／2名●材料費／無料●準備物／飾り付けに使い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
TEL 0883-22-2004

受付 9:00~19:00
休日 火曜・月末最終平日
鴨島町鴨島252-1

つくる
33

推しのお顔を描こう!

皆さま、推しはいらっしゃいますか? 毎日に彩りをくれる、推し。そんな素敵な方のお顔を描いてみませんか? 似顔絵師が、コツを教えながら一緒に絵を描くワークショップです! コツを掴めば色んな人を描けるようになるかも! (講師:トテ)



10/24日 13:00~15:00

11/7土 13:00~15:00

11/21日 13:00~15:00

●場所／下記店舗●定員／各3組●材料費／500円●準備物／汚れてもいい服装●対象／どなたでも●申込方法／電話またはインスタDM



トテ
TEL 080-8533-1927

受付 平日17:30~、土日祝いつでも
休日 平日8:00~18:00
山川町建石151

つくる
34

シルクスクリーン工房で印刷体験

地域の印刷屋さんで楽しむポップなシルクスクリーン体験! 自分でインクを刷って特別な布を作る、ワクワクがいっぱいのひとときを過ごしませんか?
(講師:滑良奈央)



10/24日 13:00~15:00
10/25日 13:00~15:00
10/26月 13:00~15:00
10/27火 13:00~15:00

●場所／下記店舗●定員／各4名●材料費／300円●準備物／エプロン (または汚れても良い服装)●対象／全年齢対象 (未就学児は親子体験になります)●申込方法／インスタDM



豆デザイン
TEL 080-7752-5018

受付 12:00~17:00
休日 不定休
山川町建石151