

バージョンアップ



天童まちなかゼミナール  
〈第18回〉

# 天童まちなか大学

学生募集

「あ、学ぼう! 店主が教授! お店は生きた学びの場!」



美容・健康



趣味



暮らし



キッズ

開催期間 2023 10/22日 ~ 11/30木

受付開始 2023 10/18水 ~ 全36講座 各店が講座の会場となります

## 受講料無料

◇内容によっては材料費がかかります。

- 原則として、材料費(税込)は講座当日に各店でお支払いください。
- 受講当日は、日時や場所・持ち物などを再度確認後、お間違のないようご参加ください。
- お申込み後のキャンセルは、材料費を頂戴する場合があります。

## お申込みは各店へご連絡ください

- ◇受けたい講座のお店へ「まちゼミの申込みです」と直接ご連絡ください。  
(※お申込みは各店の受付時間内に、遅くとも受講日の3日前までお願いします。)
- 定員になり次第締め切らせていただきます。
  - チラシの配布時期により、定員に達している場合があります。



学長  
山本 信治  
(天童市長)



理事長  
野川 勝弘  
(天童商工会議所会頭)



学部長  
佐野 宏美  
(天童市商店街連合会 会長)

## 『まちなか大学』って?

まちなか大学とは、各商店が専門的な知識を活かして開講する無料のミニ講座です。皆さまの生活に役に立つ講座を多数開講いたします。

仕事帰りにも参加しやすい!

18:00~スタートの「ナイト講座」には  
🕒 ←このマークが付いています。

開催店は  
のぼり旗が  
目印!



【主催】天童商工会議所・天童市

【主管】天童まちゼミの会実行委員会

〔共催〕天童市商店街連合会 〔お問合せ〕天童商工会議所 中小企業相談所 TEL.023-654-3511 / 天童市商工観光課 TEL.023-654-1111 (内 224)



Present Time × くすりの矢野

10/27(金)  
10:00～11:30(90分)

Present Time とくすりの矢野のコラボ企画のキーワードは笑顔。「こころカード」を使って心をほぐして笑顔になり、東洋医学で血流を良くして笑顔になる。笑顔になればキレイもついてきます♡美味しく笑顔になる「薬膳クラフトコーラ」を一緒につくってみませんか。(※果物を使用します。アレルギーをお持ちの方の参加はご遠慮ください。)

対象／一般 教授／塩野貴美、伊藤順子  
材料費／800円 会場／サービス付き高齢者向け住宅 あこがれ(地域交流ホール)  
持ち物／筆記用具、エプロン 荒谷1941-667 ☎023-654-5711

受付 ☎080-3196-5396(塩野)  
受付時間／9:00～16:00[⑥～⑩(10/18より受付開始)]

Present Time

住 泉町  
営 9:00～17:00  
休 土・日曜日、祝祭日  
☎080-3196-5396

くすりの矢野

住 本町2-1-29  
営 9:30～18:00  
休 日曜日、祝祭日  
☎023-653-2656



薬剤師  
風水薬膳®  
ティーセラピスト  
伊藤順子 教授

こころカード開発者  
こころカード  
マスタートレーナー  
塩野貴美 教授

2 はじめての眉の描き方

45分



お肌の美をサポート  
スキンケアとメイクの両方で  
キレイをお手伝いする化粧品店。

若々しく印象的な目は「眉」から。  
ご自分に合った眉を学ぶことで、もっと  
印象的な目元になりますよ。  
※講座開始5分前までお集まりください。

11/18(土) ①10:00～10:45  
②11:00～11:45  
③13:30～14:15

●対象／一般 ●材料費／なし  
●定員／各回3名 ●持ち物／筆記用具  
●教授／松田幸恵 他

ビューティショップマツダ ☎023-654-7070

老野森2-10-2 受付／10:00～18:00(10/18より受付開始)  
定休日／毎週水曜日 ビューティショップマツダ 検索



3 女性鍼灸師が施術『たるみ改善』鍼講座 90分

※イメージ



医療で健康・美容を目指します  
オーダーメイドの施術を提案する  
接骨院です。

『たるみ改善美容鍼』を体験しませんか?  
※内出血のリスクがあります。顔面神経麻痺・血液感染症・ペースメーカー・妊婦の方は施術が出来かねます。

10/22(日)～11/30(木) [期間中の月～土曜日]  
〈各日〉① 9:00～11:00  
② 14:30～19:00(土曜日は16:00まで)  
上記時間内で90分 ※木曜日は①のみ

●対象／18歳以上 ●材料費／1,000円(鍼代)  
●定員／各回1名 ●持ち物／筆記用具、手鏡  
●教授／鍼灸師 志斎育美

しさい接骨院 ☎023-651-0431

東芳賀3-2-7 定休日／日、祝日  
受付／①②③④→8:00～12:00・14:00～20:00 ⑤→8:00～12:00  
⑥→8:00～16:00(10/18より公式LINEおよび電話で受付開始)



4 ご自分に合った「プラス枕」作ってみませんか? 60分



※イメージ

「今の枕、快適ですか?」寝具は、眠るための道具です。使い方や小さな工夫で毎日の眠りが変わることも。まずは、小さな変化を試してみませんか。

10/26(木)・11/18(土)  
〈各日〉①10:30～11:30  
②13:30～14:30

●対象／一般 ●材料費／100円  
●定員／各回2名 ●持ち物／メガネ(必要な方)  
●教授／睡眠改善インストラクター 福原千佳

体に合った眠りをサポート  
寝具のお困りごと、睡眠の悩みごと、睡眠改善  
インストラクターと一緒に解決してゆきませんか?

眠りと寝具らくだの布団店 ☎023-666-5606

東久野本2-3-44 受付／9:30～19:00(10/18より受付開始)  
定休日／火曜日、日曜日



5 パーソナルカラー診断&メイクレッスン 90分



心・体・肌のトータルビューティサポート  
スキンケア・メイク・健康の  
お悩みお聞きします。

お似合いのカラー発見で、深まる秋のおしゃれを楽しみませんか?  
※ノーメイクでお越しください。

10/22(日) 10:00～11:30  
11/11(土)・23(木・祝)  
〈各日〉①10:00～11:30 ②13:00～14:30

●対象／一般 ●材料費／500円  
●定員／各回3名 ●持ち物／筆記用具  
●教授／尾崎純

アルソア サロン ☎023-666-8870

大字貫津2398-5 定休日／月曜日、日曜日、祝日  
受付／10:00～17:00[⑤は15:00まで(10/18より受付開始)]

6 はじめてのお灸教室 — 冷え性改善 — 60分



冷えを温める自宅お灸のススメ! 香り付きのお灸や、煙の出ないお灸など、誰でも気軽にできるお灸を使います。

10/30(月)・11/6(月)  
〈各日〉13:30～14:30

●対象／一般 ●定員／各日4名  
●持ち物／筆記用具、肘・膝先が出せる服装  
●材料費／500円(お灸代)  
●教授／せんねん灸セルフケアサポーター 白田絢子

東洋医学のナチュラルケア  
自然治癒力を高め、  
ココロとカラダを巡らせよう!

白田はり灸院 ☎023-654-7007

老野森3-10-8 定休日／日・祝(不定休あり)  
受付／9:00～11:00・15:30～18:00(10/18より受付開始)

7 腰痛・ひざ痛・体力アップ・ダイエット・トレーニング体験 45分程度



体力アップからボディメイクまで!  
初心者でも安心。プロのトレーナーが  
適切な指導を致します。

本格的なマシンを使い、一人ひとりに合わせた、初心者でも安心の女性向けトレーニング体験です。

10/22(日)～11/30(木)  
[期間中の月・水・木・金・土・日曜日]  
〈各日〉①10:30～12:00 ②13:00～19:00 内で45分程度

●対象／18歳以上(健康で運動のできる方)  
●定員／各回1名 ●材料費／なし  
●持ち物／運動ができる服装・内履き・タオル・飲み物  
●教授／渡辺高紀

Gym&Tanning CRAZY SUN

☎023-651-2239 北目2-7-17 定休日／毎週火曜日  
受付／10:00～19:00[日曜日は15:00まで(10/18より受付開始)]





## 8 はじめての補聴器

60分



※イメージ

認定補聴器技能者常駐  
聞こえの状態や生活スタイルに合わせて  
選べる豊富なラインナップ!

補聴器ってどんなものがあるの? 「見て」  
「聴いて」「試して」いただけます。

10/23・24・25・30  
(月) (火) (水) (月)  
〈各日〉15:00~16:00

- 対象/一般 ●材料費/なし
- 定員/各日1名 ●持ち物/なし
- 教授/認定補聴器技能者 高橋政司

**ヴェールタカハシ ☎023-653-2211**

三日町1-5-36 受付/10:00~18:00(10/20より受付開始)  
定休日/毎週木曜日、第3水曜日

## 9 初めてのヒゲ脱毛体験

60分



完全予約制、個室施術で安心!  
男性も脱毛・スキンケア・メイクで  
キレイに見せる時代です。

脱毛すると毛穴が閉じて肌がきめ細かくなり  
若返ります! 流行のメンズ脱毛をお得に  
体験しましょう!  
※ヒゲは剃ってご来店ください。

10/22(日)~11/30(木)  
〔期間中の火曜~金曜日〕  
〈各日〉10:00~19:00

- 対象/男性 ●材料費/1,000円
- 定員/各日1名 ●持ち物/なし
- 教授/石井俊光

**メンズ脱毛サロンmoi ☎050-8881-0682**

芳賀タウン北6-2-11KSビルB 定休日/毎週月曜日、第2・4日曜日  
受付/10:00~18:00(10/18より受付開始)



## 10 風水薬膳®の知恵でセルフチェック

90分



元氣とキレイを応援します  
体と心はひとつのもの。  
自分を知って輝かせましょう。

生年月日からわかるあなたの「生まれ持った  
体質」と「現在の体調チェック」により、今の  
体の状態を知ることができます。自分に合う  
「風水薬膳®茶」を飲んでみましょう! (お  
持ち帰り) 季節の養生法もお伝えします。

10/28(土)・31(火)・11/8(水)  
〈各日〉10:30~12:00

- 対象/一般 ●材料費/500円
- 定員/各日4名 ●持ち物/筆記用具
- 教授/風水薬膳®茶師・薬剤師 伊藤順子

**くすりの矢野 ☎023-653-2656**

本町2-1-29 受付/10:00~17:00(10/18より受付開始)  
定休日/日曜日、祝祭日

## 11 ミセス世代の“とっておき”スキンケア

60分



いつまでも若々しく☆  
スキンケア商品販売と、フェイシャル  
エステのプライベートサロンです。

フェイシャルエステをハンドで体験! 肌トラブルでお悩み  
の方、スキンケアを変えてみたい方は、是非この機会に☆

10/28(土)・11/12(日)  
〈各日〉13:00~14:00

- 対象/一般 ●材料費/なし
- 定員/各日5名 ●持ち物/なし
- 教授/植松美佳子

【会場】佐藤工芸内 kokochi-kigi  
北目3-2-2

**NEW MiSEL ☎090-4047-4285**

天童市内 受付/10:00~18:00(10/18より受付開始)  
定休日/不定休 お問い合わせ・ご予約はLINEでもOK!



## 12 バートンダーに学ぶ美味しいハイボールの作り方

90分



こじんまりとした少人数向けBARです  
豊富に取り揃えたウイスキーと、  
生の果実を使ったカクテルが人気!

ル パール スズキ

プロのバーテンダーによる自宅で誰でも簡単  
により美味しく作れるハイボール技術講座  
です。※お酒の試飲を伴いますので、帰りの  
手段を確保した上でご参加ください。空腹で  
の参加にならないようご注意ください。

10/22(日) 17:00~18:30

- 対象/20歳以上 ●定員/10名
- 材料費/1,500円(材料代)
- 持ち物/試したいウイスキーがあれば持参可
- 教授/バーテンダー 鈴木

**NEW Le Bar Suzuki ☎023-651-6323**

鎌田本町1-6-1 ピア21ビル1F 定休日/日曜日  
受付/16:00~20:30(10/18より受付開始)



## 13 世界にひとつだけのイニシャルレジン

60分



好きな花を透明なレジンに入れて世界  
にひとつだけの、イニシャルレジンを作  
成しませんか?

11/11(土)・16(木)・18(土)  
〈各日〉10:00~11:00

- 対象/一般 ●定員/各日4名
- 材料費/1個1,000円(レジン液・ドライフラワー代)
- 持ち物/なし ●教授/渋谷美栄子

**サロンhatsuki ☎080-5849-6814**

乱川3-3-1 受付/9:00~20:00(10/18より受付開始)  
定休日/不定休

## 14 トラベル英会話

60分



少人数制でしっかり身につくレッスン  
ネイティブ講師から生きた英会話を  
学べるスクールです。

海外からのお客様や、自分が海外に  
行った時、ホテルやレストランで使え  
る簡単な英会話をレクチャーします。

10/25(水)・11/1(水)  
〈各日〉13:00~14:00

- 対象/高校生以上 ●材料費/なし
- 定員/各日5名 ●持ち物/筆記用具
- 教授/Sati

**NEW ジェイムズ英会話 天童校 ☎023-654-5001**

東本町1-15-22 受付/火曜~金曜12:00~21:00(10/18より受付開始)  
定休日/月曜・日曜・祝日

## 15 縁起物「南天九猿」作り

120分



難(南)が転(天)じて苦(九)が去る(猿)と  
いう縁起物を、南天の枝と風船葛と縮緬  
で製作します。

① 10/28(土) 14:00~16:00  
② 11/ 1(水) 10:00~12:00  
③ 11/11(土) 14:00~16:00  
④ 11/15(水) 10:00~12:00

- 対象/一般 ●定員/各日5名
- 持ち物/針、糸、糸切りバサミ、ボンダ
- 材料費/550円 ●教授/菊地あけみ

**手芸のヒロキヤ ☎023-654-2953**

老野森2-8-29 受付/9:30~18:00(10/18より受付開始)  
定休日/毎週火曜日



## 16 美味しい抹茶のたて方

60分



お茶のこと、何でもご相談ください  
全国各地の茶葉や、茶道具、和雑貨、  
食品など取り扱っています。

気軽にポットで抹茶を点ててもらい、  
茶室でのお菓子のいただき方や抹茶を  
いただくときの作法などを分かりやす  
く説明します。

11/23(木・祝)・24(金)  
〈各日〉14:00～15:00

- 対象／一般
- 材料費／なし
- 定員／各日3名
- 持ち物／なし
- 教授／遠藤佐智子

**緑茶園 ☎023-654-3032**

久野本3-1-33 受付／10:00～18:00(10/18より受付開始)  
定休日／なし

## 17 猫ちゃん大好きな人集まれ～!

120分



ミシンの販売・修理も  
店内は手づくり作品と手芸の本がいっぱい。  
常設の教室もあり。

ミシンの刺しゅう機能を使って作ります。ぜ～  
んぶ勝手にミシンがしてくれます。生地や糸を  
変えれば自分好みの猫ちゃんが作れちゃう!  
(サイズ:タテ約13cm×ヨコ約9.5cm)

10/25(水)・28(土)  
〈各日〉①10:00～12:00  
②13:30～15:30

- 対象／一般
- 定員／各3名
- 材料費／800円(生地・綿・他)
- 持ち物／なし
- 教授／遠藤美由紀

**ブラザーショップのん ☎023-658-7330**

老野森2-8-13 受付／10:00～18:00(10/18より電話受付開始)  
定休日／毎週木曜日、第1・第3日曜日

## 18 スマホ写真が変わる!!撮影テク教室

60分



あなた「らしさ」を明るく楽しく撮影します  
プロフィール写真、家族写真などの  
撮影体験をもっと身近にカジュアルに。

スマホのカメラで小物やお花などを撮  
影しながら、すぐに使える実践テク  
ニックを学べます。

10/29(日)・11/4(土)  
〈各日〉13:30～14:30

- 対象／一般
- 材料費／なし
- 定員／各日5名
- 持ち物／スマートフォン
- 教授／フォトグラファー 高橋ゆう

**そらら handmade&photo**

☎090-7520-2266 天童市内 定休日／不定休  
受付／24時間OK(10/18よりTELかLINEで受付➡)



## 19 木の温もり溢れるカフェ空間で木工体験

60分



木工加工会社が作った本格カフェ  
お店2階から木製品の加工風景が見学できる。  
おいしいオーガニックハーブティーとコーヒーのお店。

4種のワークショップから1つ選んで、  
体験・作成が終了した後は、カフェで  
ドリンクを一杯お選びいただけます。

11/11・18・23・25  
(土)(土)(木・祝)(土)  
〈各日〉13:30～14:30

- 対象／5歳～
- 定員／各日6名
- 材料費／1,200円(木材、くぎ、ドリンク)
- 持ち物／汚れても良い服装、エプロン
- 教授／高橋裕子

**NEW kokochi-kigi ☎023-653-3164**

北目3-2-2 受付／9:00～17:00(10/18より受付開始)  
定休日／日～木曜

## 20 カレーミソを使った焼きサンド作り

60分



お客さまをつなぐ憩いの場に  
楽しい空間を作って、  
大人の友達作りを叶えるお店です。

特製カレーミソを使ったレシピをお教  
えします。自宅でもカンタンに作れる  
お料理なので、ぜひ取り入れてみてく  
ださい。

10/28(土)・11/6(月)・15(水)  
〈各日〉9:00～10:00

- 対象／一般
- 材料費／500円
- 定員／各日6名
- 持ち物／エプロン
- 教授／鈴木美樹子

**こみちカフェ ☎080-5606-3532**

五日町2-2-28 受付／9:00～17:00(10/18より受付開始)  
定休日／木曜日

## 21 建築端材を使って工作教室

約90分



1975年創立の工務店で  
新築からリフォームまで、  
住宅に関わることを全般に扱っております。

建築端材を使って工作してみましょう。  
大人から子供まで楽しめる内容です。

11/4(土)・18(土)  
〈各日〉10:00～12:00

- 対象／お子様から大人の方まで(親子での参加も)
- 材料費／なし
- 持ち物／なし
- 定員／各日4名または3組
- 教授／二級建築士 内山友香

**(有)東住宅産業 ☎023-654-6611**

東本町3-6-36 受付／10:00～17:00(10/18より受付開始)  
定休日／第2・第4土曜日、毎週日曜日、祝日

## 22 獺祭飲み比べ講座

90分



特約店限定の酒類が  
揃っております  
お気軽にご来店ください。

先日、アメリカにNY蔵を建設した旭酒造。  
オープンセレモニーの様子など、現地の話を  
交えた獺祭の飲み比べ講座です。(※飲酒企  
画につき、お車での来店はご遠慮ください)

11/21(火) 18:00～19:30

- 対象／20歳以上
- 材料費／1,000円
- 定員／8名
- 持ち物／なし
- 教授／佐野峻也

**リカーショップ さのや ☎023-654-3083**

北久野本2-7-46 受付／9:00～18:00(10/18より受付開始)  
定休日／水曜日

## 23 婚活に向けてイメージUPのプロフィールの作成

60分



未来に向かって!あなたの婚活応援します!  
地域に密着した活動で、お一人お一人に  
合わせたお世話をモットーとしています。

プロフィールはあなたの分身です。作り方  
一つでイメージが変わります。

10/28(土) 13:00～14:00  
【パルテ3F】  
11/10(金) 18:00～19:00  
【パルテ1F】

- 対象／20歳以上39歳位までの未婚の男性で、  
これから婚活を始めようとしている方
- 定員／各日5名
- 材料費／なし
- 教授／仲人士 佐藤悦子
- 持ち物／なし

**結婚相談所 結-YUI- ☎023-665-1193**

本町1-1-2/パルテ1F 受付／10:00～18:00(10/18より受付開始)  
定休日／不定休



## 24 もう迷わない、一生役立つ生命保険講座 90分



創業29年のFP事務所です  
保険、資産形成、住宅購入の  
相談ができます。

これで安心、迷わずに適切な選択をするための生命保険の必須知識を提供します。

10/28(土)・11/18(土)  
〈各日〉10:00～11:30

- 対象／一般 ●材料費／なし
- 定員／各日6名 ●持ち物／筆記用具、保険証券
- 教授／ファイナンシャルプランナー 伊藤伸哉

(有)FPコンパス ☎023-607-2345

芳賀タウン北6-2-11 受付／9:30～17:30(10/18より受付開始)  
定休日／毎週土・日・祝日 こちらからも申込みできます▶



## 25 シニアのための投資講座 90分



自分自身のこれからの活動資金、そして次世代に繋げる資金を効率よく投資する方法を学びます。

10/25(水)・11/28(火)  
〈各日〉10:00～11:30

- 対象／一般 ●材料費／なし
- 定員／各日6名 ●持ち物／筆記用具
- 教授／ファイナンシャルプランナー 武田幸夫

(有)FPコンパス ☎023-607-2345

芳賀タウン北6-2-11 受付／9:30～17:30(10/18より受付開始)  
定休日／毎週土・日・祝日 こちらからも申込みできます▶



## 26 メリットたくさん！企業型確定拠出年金 90分



「選択制」企業型確定拠出年金を導入する企業が増えてきています。そのメリットとは！法人経営者・総務担当者向けのお話です。

① 10/27(金) 10:00～11:30  
② 11/10(金) 16:00～17:30

- 対象／経営者、総務担当者 ●定員／各日6名
- 持ち物／筆記用具 ●材料費／なし
- 教授／ファイナンシャルプランナー 永森忠大

(有)FPコンパス ☎023-607-2345

芳賀タウン北6-2-11 受付／9:30～17:30(10/18より受付開始)  
定休日／毎週土・日・祝日 こちらからも申込みできます▶



## 27 今だから伝えたい！積立投資の本当の魅力 90分



20代～40代の投資に興味がある方向けの講座です。少しでもお役にたてば幸いです。

10/28(土)・11/11(土)  
〈各日〉13:30～15:00

- 対象／一般 ●材料費／なし
- 定員／各日6名 ●持ち物／筆記用具
- 教授／ファイナンシャルプランナー 大木隼人

(有)FPコンパス ☎023-607-2345

芳賀タウン北6-2-11 受付／9:30～17:30(10/18より受付開始)  
定休日／毎週土・日・祝日 こちらからも申込みできます▶



## 28 知って得する！自動車保険講座 90分



補償を付ける優先順位や補償内容の気をつけるポイントをお伝えします。この機会にご自分の保険を確認してみてください。

11/8(水)・22(水)  
〈各日〉10:00～11:30

- 対象／一般 ●材料費／なし
- 定員／各日6名 ●持ち物／筆記用具、保険証券
- 教授／ファイナンシャルプランナー 後藤陽子

(有)FPコンパス ☎023-607-2345

芳賀タウン北6-2-11 受付／9:30～17:30(10/18より受付開始)  
定休日／毎週土・日・祝日 こちらからも申込みできます▶



## 29 お仏壇をキレイにして新年を迎えましょう 90分



お仏壇・仏具のご家庭でできるお手入れ方法と、宗派別の仏具の飾り方をわかりやすく説明いたします。

11/30(木) 13:30～15:00

- 対象／一般 ●材料費／なし
- 定員／5名 ●持ち物／なし
- 教授／山形仏壇（彫刻部門）伝統工芸士 小出浩太郎

小出大佛 ☎023-653-2459

三日町2-4-14 受付／9:00～18:00(10/18より受付開始)  
定休日／不定休

仏壇仏具の製造販売・専門店です  
宗派・仏間に合わせて皆さまのご要望に  
応えてまいります。お気軽にご相談ください。

天童冬の陣

# 令和 鍋合戦

第29回

入場 無料

令和5年 11/19 日

味を競う平和な戦い  
「鍋将軍」の  
称号は誰の手に――

山形県総合運動公園中央広場  
(NDソフトスタジアム山形前)

イベント詳細については公式ホームページをご覧ください▶



## Kids★ まちゼミ

子どもたちや親子向けの講座を集めた  
「Kids(キッズ)まちゼミ」です!

### 30 赤ちゃん和妈妈の子育て応援プログラム 60分



クリスマスオーナメント作り&クリスマス  
フォトブースでセルフ撮影会☆ワークショップ  
と写真撮影でおやこ時間を楽しもう!

**11/6(月)** ① 10:00~11:00  
② 11:30~12:30

- 対象/0~2歳位までの赤ちゃん和妈妈 ●定員/各回5組
- 持ち物/いつものお出かけセット、バスタオル、撮影  
用衣装や小物(必要方) ●材料費/1,500円
- 教授/ベビーペイント・ベビーサイン講師 三宅季奈

【会場】天童南部公民館 一日町1-13-1

**Rio's Happy Babysigns** ご予約はLINE公式アカウント  
@tcw1727f の二次元コードを  
読み取るかお電話ください。

☎080-1812-9100

受付/10:00~17:00(10/18より受付開始) 定休日/日・祝

### 31 割れない! ひっかからない! 家族で爪切り☆ 60分程度



ネイリストから爪の切り方を学んでやっ  
てみよう☆子どもと大人、手と足では切  
る時のポイントが違うんです! 健康でい  
るために、まずは知ることから!

**11/13(月)・19(日)**  
〈各日〉10:00~11:00

- 対象/0歳~(爪切りを見て欲しい方)
- 材料費/500円 ●持ち物/普段お使いの爪切り
- 定員/10名程度 ●教授/山田さや

【会場】天童市市民プラザ 本町1-1-2

**nail&babysigns 晴fam**

受付/LINEで24時間(10/18より受付開始)  
定休日/土曜・日曜・祝日

LINEでいつでも  
お問い合わせ  
ご予約可能 →

### 32 ミニ四駆 ワークショップ 90分



ミニ四駆を作ってみなで走らせよう!  
大きなサーキットで親子で一緒に楽し  
みませんか? 友達も誘ってみよう!

**10/29(日) 10:30~12:00**

- 対象/小学生(低学年は保護者同伴可) ●材料費/1,000円
- 定員/10名(保護者見学可) (ミニ四駆キット、乾電池)
- 教授/3~4名予定 ●持ち物/なし

【会場】天童市市民プラザ 本町1-1-2

**ローリングパーク ナカノ** ☎023-653-5009

東久野本3-7-67 受付/10:00~22:00[日曜日は18:00まで(10/18より受付開始)]  
定休日/毎週木曜日 ☎68hotline@gmail.com [ローリングパークナカノ] 検索

### 33 おやことしよしつEnglish☆ハロウィン 90分



英語の絵本を読んで感想を伝え合  
いましょう♪歌を歌ったり工作もします。お  
うち英語の進め方や絵本を紹介する時間  
です。※英語の講座ではなく、おうち英  
語の進め方をお伝えする講座です。

**10/30(月) 10:30~12:00**

- 対象/3ヶ月~2歳くらいまでのお子様とお母様
- 持ち物/おむつ替え用のタオル、水分補給用の  
飲み物、お子様とのいつものお出かけグッズ
- 定員/6組 ●材料費/なし ●教授/坂本絵里

【会場】天童市市民プラザ 本町1-1-2

**Another Step** ☎090-2364-9205

一日町3-4-29 受付/10:00~17:00(10/18より受付開始)  
定休日/不定休

### 34 赤ちゃん和妈妈産後エクササイズ☆ベビードンス 60分



赤ちゃんを抱っこ紐で抱っこしながら簡単  
なステップを踏みます♪産後衰えがちな下  
半身のシェイプアップにおすすめです。

**11/9(木) 10:30~11:30**

- 対象/健康な首のすわった3ヶ月~12ヶ月くら  
いまでのお子様とお母様 ●定員/6組
- 材料費/なし ●持ち物/抱っこ紐、おむ  
つ替え用のタオル、水分補給用の飲み物、お子様との  
いつものお出かけグッズ ●教授/坂本絵里

【会場】天童市市民プラザ 本町1-1-2

**Another Step** ☎090-2364-9205

一日町3-4-29 受付/10:00~17:00(10/18より受付開始)  
定休日/不定休

### 35 子ども運動教室 45分



スポーツトレーナーとしてたくさんの子  
どもの成長に寄り添いながら、運動と医学  
の両分野からトータルサポート「からだ  
づくり」「うごきづくり」をしています。

**10/22(日)~11/30(木)** 期間中の  
毎週水曜日  
〈各日〉16:30~17:15

- 対象/未就学児 ●材料費/なし
- 定員/各回5名 ●持ち物/動きやすい服装
- 教授/大滝亮

【会場】天童市市民プラザ 本町1-1-2

**Antelopeスポーツクラブ** ☎080-1807-6837

清池840-2 受付/8:00~21:00(10/18より受付開始)  
定休日/毎週月曜日

### 36 はじめてのテニス教室 60分 90分



テニスの基本を楽しく覚えます。初心者  
でも大丈夫!一緒にテニスを楽しみま  
しょう♪

**10/22(日)~11/30(木)**  
期間中の  
水・木・金曜日 17:00~18:30  
土・日曜日 9:00~10:00

- 対象/未就学児~高校生 ●材料費/なし
- 持ち物/運動できる格好 ●定員/各回10名
- 教授/井上裕貴

【会場】天童市市民プラザ 本町1-1-2

**Antelopeテニススクール** ☎080-1696-5952

清池字村西1690-1 受付/12:00~21:00(10/18より受付開始)  
定休日/毎週月曜日