

**受講申込  
受付開始**

**2019年  
9月25日**から

**お申し込みは  
直接お店に!**

**お申し込みから受講までの流れ**

**1.チラシの講座内容を見る**  
チラシに記載されている講座内容を確認してください。

**2.行きたい講座を見つける**  
講座内容を読んで興味のある講座や行ってみたい講座を見つけてください。

**3.お店に予約の電話を入れる**

「まちゼミの申込です」と伝えてください。

- 定員になり次第締切になります。
- 申込は、各店の受付時間内をお願いします。
- 申込初日、電話回線の混雑が予想されます。
- 申込の際に、持ち物や材料等を必ずご確認ください。

**4.当日、時間に遅れないようにお店へ**  
時間、場所をお間違えないようにご参加ください。キャンセルの場合は必ずお店に連絡してください。

**講座名の色に注目! 4つに分かれています。**

けんこ	美容や健康・体についての講座
たいけん	つくりたい・体験したりする講座
たべる	飲食に関する講座
まなぶ	知識や知恵を学ぶ講座

**アイコンの見方**

- 👤 親子で参加する講座
- 👤 夜間開催の講座 (一部日程のみ含む)
- 💰 材料費がかかる講座
- 🎫 クーポン発行

**16 金山巨石群・縄文太陽暦のナゾ解き**

巨石群で太陽をみていた古代人の暦とは!? 世界の巨石天文遺跡や、こよみの話をわかりやすく解説します。

**開催日** 10月 3日(木) 9:00~10:00  
10月 5日(土) 9:00~10:00  
10月 6日(日) 9:00~10:00  
10月 9日(水) 9:00~10:00

**会場** 金山巨石群リサーチセンター / 下呂市金山町金山2142-4

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり6名  
持ち物: なし 講師: 徳田 紫穂  
料: 無料

**金山巨石群リサーチセンター** / 下呂市金山町金山2142-4  
📞 9:00~17:00 休 不定休 ☎0576-20-4118

**17 オカリナを体験してみよう!**

オカリナを吹いて演奏体験してみませんか? 初心者の方も、経験者の方も大歓迎です。

**開催日** 【初心者の方】10月 4日(金) 14:00~15:00  
10月 18日(金) 14:00~15:00  
【経験者の方】10月 11日(金) 14:00~15:00  
10月 25日(金) 14:00~15:00

**会場** ふとんの石原 / 下呂市金山町大船渡589

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり6名  
持ち物: なし 講師: 石原 秀子  
料: 無料

**ふとんの石原** / 下呂市金山町大船渡589  
📞 7:00~19:00 休 火曜日 ☎0576-32-2179

**18 今日からあなたも日本酒通**

日本酒についての知識を深め、楽しく好みの味を探りましょう!

**開催日** 10月 1日(火) 14:00~15:00  
10月 4日(金) 19:00~20:00  
10月 11日(金) 14:00~15:00

**会場** 奥飛騨酒造 / 下呂市金山町金山1984

対象: 20歳以上の日本酒を もっと知りたい方 定員: 1講座あたり6名  
持ち物: なし 講師: 高木 梨佐・加藤 杉江

**奥飛騨酒造** / 下呂市金山町金山1984  
📞 9:00~17:00 休 不定休 ☎0576-32-2033

**1 健康気道体操**

女性や運動が苦手な方でも出来る、初心者向けの体験講座です。気道を体験しながら健康になれる体操を学びませんか?

**開催日** 10月 5日(土) 10:00~11:00  
**会場** Good保険オフィス / 下呂市金山町金山2057

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり10名  
持ち物: 動きやすい服装 講師: 山口 紘史  
料: 無料

**Good保険オフィス** / 下呂市金山町金山2057  
📞 8:30~20:00 休 不定休 ☎090-7853-0268

**2 あなたの脳年齢は何歳ですか?**

6種のトレーニングからあなたの脳年齢を計算します。楽しみながら脳内年齢がわかりますよ!

**開催日** 10月 5日(土) 14:00~15:30  
10月 19日(土) 14:00~15:30

**会場** 井桁屋薬局 / 下呂市金山町金山2052

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり4名  
持ち物: なし 講師: 山内 茂義  
料: 無料

**井桁屋薬局** / 下呂市金山町金山2052  
📞 8:30~19:30 休 日曜日 ☎0576-32-2007

**3 楽しく身体を動かそう・筋力アップ教室開催**

教室で楽しく運動しながら、自宅でも日常生活で自主トレーニングが出来るように知識が身に付きます。生活機能を改善することが出来るようになります。

**開催日** 10月 6日(日) 13:30~14:30  
10月 13日(日) 13:30~14:30

**会場** ヤマダ鍼灸院・あんしんケアセンター / 下呂市金山町金山2632

対象: 概ね60歳以上の方 料: 無料  
持ち物: 運動できる服装・水分補給 定員: 1講座あたり10名  
飲み物・タオルなど 講師: 山田 和夫

**ヤマダ鍼灸院・あんしんケアセンター** / 下呂市金山町金山2632  
📞 8:00~19:00 休 日曜日 ☎0576-34-2027

**19 昭和のオーディオを楽しむスピーカー編**

ご自分の好きな音楽を持参頂、小型スピーカーの聴き比べ、ヘッドホンの音の魅力。簡単に音質を良くする方法【コード編】等をお伝えします。

**開催日** 10月 1日(火) 10:00~11:00  
10月 12日(土) 10:00~11:00  
11月 10日(日) 14:00~15:00

**会場** ガレージナガオ / 下呂市金山町金山493

対象: どなたでも 料: 無料  
持ち物: 好きなレコード・CD・MD・カセットテープ 定員: 1講座あたり4名  
講師: 長尾 孝広

**ガレージナガオ** / 下呂市金山町金山493  
📞 9:00~18:00 休 不定休 ☎090-1785-5432

**20 ギター演奏を体験してみよう!**

自宅に眠っている古いギターを出してもう一度演奏してみませんか?初心者の方も大歓迎です。希望者の日程に合わせて開催も可能です。

**開催日** 【初心者の方】10月 5日(土) 19:00~20:00  
10月 6日(日) 19:00~20:00  
10月 12日(土) 19:00~20:00  
10月 13日(日) 19:00~20:00

**会場** ふとんの石原 / 下呂市金山町大船渡589

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり6名  
持ち物: ギター 講師: 石原 秀子  
料: 無料

**ふとんの石原** / 下呂市金山町大船渡589  
📞 7:00~19:00 休 火曜日 ☎0576-32-2179

**21 知って得する! キャッシュレスセミナー!**

今話題の「キャッシュレス」について、仕組みや内容・疑問など、みんなで勉強しませんか?

**開催日** 10月 8日(火) 10:30~11:30  
10月 9日(水) 10:30~11:30

**会場** 八幡信用金庫金山支店 / 下呂市金山町金山1930-1

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 水上 敬也  
料: 無料

**八幡信用金庫金山支店** / 下呂市金山町金山1930-1  
📞 9:00~15:00 休 土・日・祝祭日 ☎0576-32-2779

**4 はじめてのボルダリング**

目標はケガ無く安全に登れるようになること! スタイルアップや健康維持になぜ効果的なのか、話を交えてボルダリングの楽しみ方をお伝えします!

**開催日** 10月 9日(水) 13:30~14:30  
10月 16日(水) 13:30~14:30  
10月 23日(水) 13:30~14:30  
10月 30日(水) 13:30~14:30

**会場** 湯ったり館 ボルダリングウォール / 下呂市金山町金山973-2

対象: どなたでも 料: 無料  
持ち物: 動きやすい服装、飲み物、室内用シューズ 定員: 1講座あたり10名  
講師: 鈴木 亘(地域おこし協力隊)

**湯ったり館** / 下呂市金山町金山973-2  
📞 10:00~21:00 休 火曜日 ☎0576-33-2492

**5 リンパマッサージでリフレッシュ!**

血行やリンパの流れを促進して老廃物を排出。心身ともにリラックスしましょう。

**開催日** 10月 25日(金) 13:00~14:00  
11月 8日(金) 13:00~14:00

**会場** 井桁屋薬局 / 下呂市金山町金山2052

対象: 女性 定員: 1講座あたり3名  
持ち物: なし 講師: 細江 里美  
料: 無料 完全予約制! 必ずお電話ください。

**井桁屋薬局** / 下呂市金山町金山2052  
📞 8:30~19:30 休 日曜日 ☎0576-32-2007

**6 苔玉作りを一緒にしましょう。**

苔玉に山野草を植えて作ります。家庭で不要になった器に飾って楽しみましょう!

**開催日** 10月 2日(水) 13:30~15:00  
10月 16日(水) 13:30~15:00  
11月 2日(土) 13:30~15:00

**会場** 自宅 / 金山町金山下妙見町1770-1

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 今田 ひろ子  
料: 500円(お一人)

**今田モーターズ** / 下呂市金山町金山1635-1-1  
📞 8:30~18:00 休 日曜・祝祭日 ☎0576-32-2127

**22 楽しくやれる筋骨ガイド養成講座**

筋骨めぐりのガイドを募集しています。誰でもできるように筋骨ガイドの内容を説明するガイド養成講座です。ガイドになれば、多少の収入にもなります。

**開催日** 10月 8日(火) 14:00~15:00  
10月 14日(月) 14:00~15:00  
10月 20日(日) 10:30~11:30  
11月 10日(日) 7:30~8:30

**会場** 元大岩洋館(魚織前)

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 岡戸 孝明:筋骨ガイドのマネージャー  
料: 無料

**金山町観光協会** / 下呂市金山町大船渡679-1  
📞 9:00~16:00 休 無し ☎090-7023-4930

**23 かんたん靴の修理・お手入れ方法を教えます**

靴底が離れてしまった時、自分で直してもなかなか上手く出来ない。など修理の事でお困りの方、ちょっとしたコツをお教えます。

**開催日** 10月 9日(水) 10:00~11:00  
10月 23日(水) 10:00~11:00  
10月 31日(水) 10:00~11:00  
11月 4日(日) 10:00~11:00

**会場** ヒロセ / 下呂市金山町大船渡512

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり4名  
持ち物: 修理したい靴 講師: 鈴木 正紀  
料: 無料

**履き心地がいい靴が揃う店 ヒロセ** / 下呂市金山町大船渡512  
📞 8:30~19:00 休 火曜日 ☎0576-32-2528

**24 楽しく「きもの着つけ&お琴体験」**

ひとりで楽にきものが着れるよう着つけ方を学んで、「はんわり和服美人」になってお琴の体験もしてみませんか!

**開催日** 10月 9日(水) 13:00~15:00  
10月 23日(水) 13:00~15:00

**会場** なかしま / 下呂市金山町大船渡508

対象: 女性の方 料: 無料  
持ち物: ご自身のきもの、帯など 定員: 1講座あたり5名  
講師: 今井 陽子・中島 理恵

**なかしま** / 下呂市金山町大船渡508  
📞 9:00~17:00 休 祝祭日・火曜日 ☎0576-32-2169

**7 飛騨金山竹灯り**

竹に穴を開けて中にローソクを入れて竹灯りを作ります。デザインは自由。無数に穴を開けた竹から、暖かい光が漏れる素敵な照明を製作できます。

**開催日** 10月 12日(土) 10:00~12:00  
10月 26日(土) 10:00~12:00  
11月 2日(土) 10:00~12:00

**会場** ナンバホーム / 下呂市金山町大船渡720-1

対象: 小学生は親子で申込ください。中学生以上は1人から申込可能です。 定員: 1講座あたり2名または2組  
講師: 山内 克史  
持ち物: タオル・軍手・お茶 申込時間: 8:00~18:00  
申込先: 090-3303-3655  
料: 無料

**ナンバホーム** / 下呂市金山町大船渡720-1  
📞 8:00~17:10 休 日曜日 ☎0576-32-2116

**8 クリスマスミニアレンジ花づくり**

かわいいクリスマス用のミニアレンジ花づくりを体験してみませんか?

**開催日** 11月 2日(土) 14:00~15:00  
11月 5日(火) 14:00~15:00  
11月 6日(水) 14:00~15:00  
11月 9日(土) 14:00~15:00

**会場** 丸田屋生花店 / 下呂市金山町金山2230

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり6名  
持ち物: なし 講師: 石丸 たづ枝  
料: 500円(お一人)

**丸田屋生花店** / 下呂市金山町金山2230  
📞 7:00~18:30 休 不定休 ☎0576-32-2133

**9 高所作業車の体験をしてみませんか**

高所作業車に乗った眺めは最高です!一緒にワクワク感を味わいませんか?どなたでも乗れます。親子連れも歓迎です。

**開催日** 10月 6日(日) 10:00~11:00

**会場** 湯ったり館駐車場 / 下呂市金山町金山973-2

対象: どなたでも 料: 無料  
持ち物: ヘルメット 定員: 1講座あたり5名  
(自転車用でも良いので または 5組  
ある方は持参ください) 講師: 笹俣 文武

**金山電設** / 下呂市金山町中切2144-2  
📞 9:00~17:00 休 不定休 ☎0576-32-3043

**25 家電製品の点検とお手入れ法**

家電製品を長持ちさせるコツ点検・お手入れの仕方をお伝えします。

**開催日** 10月 10日(木) 13:30~14:30  
10月 24日(木) 13:30~14:30  
11月 7日(木) 13:30~14:30

**会場** 上村電機 / 下呂市金山町金山1926-5

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 上村 孝宏  
料: 無料

**上村電機** / 下呂市金山町金山1926-5  
📞 8:30~18:30 休 日曜日・第3日曜日 ☎0576-32-2630

**26 真珠のネックレス・念珠の糸替えに挑戦!**

お使いの真珠のネックレス・念珠の糸替えを体験して頂きます。長く愛用し続けるための使い方やお手入れの方法をご説明いたします。

**開催日** 10月 10日(木) 14:00~15:00  
10月 15日(火) 14:00~15:00

**会場** こばやし / 下呂市金山町金山1975

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: ご使用中の真珠のネックレス・念珠など 講師: 小林 雅之・小林 多賀子  
料: 500円(糸・ワイヤー・かみ玉など 別途お問い合わせください)

**時計・メガネ・宝石・補聴器 こばやし** / 下呂市金山町金山1975  
📞 8:00~19:30 休 無し ☎0576-32-2527

**27 親子で音楽を楽しみましょう!**

音楽ってたのしいなあ!! 親子で一緒に歌ったり、リズムで遊んでみませんか?

**開催日** 10月 26日(土) 10:00~11:00  
10月 28日(日) 16:30~17:30

**会場** らいおん音楽教室 / 下呂市金山町金山2072

対象: 保育園児(3歳以上)と 保護者の方 料: 無料  
講師: 河尻 枝華美

**らいおん音楽教室** / 下呂市金山町金山2072  
📞 8:30~18:00 休 火曜日 ☎090-1280-5553

**10 飛騨牛の子牛にミルクを飲ませよう**

生後3か月未満の子牛達に、ミルク(人工乳)を作って哺乳瓶で飲ませる仕事を体験していただきます。子牛達の飲みみずぶりの良さを体験しましょう。

**開催日** 10月 6日(日) 13:30~15:30  
10月 13日(日) 13:30~15:30  
10月 27日(日) 13:30~15:30  
11月 4日(月) 13:30~15:30

**会場** 佐古牧場 / 下呂市金山町菅田桐洞4236

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり10名  
持ち物: なし 講師: 佐古 健  
料: 無料

**佐古牧場** / 下呂市金山町菅田桐洞4236  
📞 9:00~17:00 休 不定休 ☎0576-33-2110

**11 朴葉寿司、巻き寿司の作り方**

朴葉寿司、巻き寿司の作り方のコツを学んでみませんか? ①シャリの作り方のコツ (冷まし方等のコツ) ②巻き寿司の巻き方のコツ ③試食

**開催日** 10月 7日(月) 10:00~11:00  
10月 21日(月) 10:00~11:00

**会場** レストランひざん / 下呂市金山町金山1885-3

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: エプロン・三角巾 講師: 今井 正利  
料: 500円(お一人)

**レストランひざん** / 下呂市金山町金山1885-3  
📞 8:30~17:00 休 なし ☎0576-32-4040

**12 地元産の栗・もち米を使った「栗おこわ」**

「栗こわい弁当」の製造販売をされていた渡邊さんを講師に招き、栗おこわの調理実習を行います。

**開催日** 10月 10日(木) 9:30~13:00

**会場** Juju庵 / 下呂市金山町菅田世洞2681-1

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり10名  
持ち物: 三角巾・エプロン・マスク 講師: 渡邊 哲夫  
料: 教員: お一人800円[昼食付]

**Juju庵** / 下呂市金山町菅田世洞2681-1  
📞 11:00~14:00 休 期間限定 ☎0576-32-2201

**28 介護肌着・介護衣料の使い方**

男性にもわかりやすい、高齢者向けの介護衣料の種類や使い方のアドバイスを行います。車いすの方でもOKです。

**開催日** 10月 19日(土) 13:00~14:00  
10月 26日(土) 15:00~16:00  
10月 29日(火) 15:00~16:00

**会場** いまいプラザ / 下呂市金山町金山2066

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 今井 豊  
料: 無料

**いまいプラザ** / 下呂市金山町金山2066  
📞 8:30~19:30 休 無し ☎0576-32-2282

**29 老後資金2000万円をどう準備する?**

資産形成のために、長期・分散・積立投資を勉強しませんか?

**開催日** 10月 17日(木) 10:30~11:30

**会場** 関信用金庫金山支店 / 下呂市金山町大船渡591

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり10名  
持ち物: なし 講師: 野々村 克宏  
料: 無料

**関信用金庫金山支店** / 下呂市金山町大船渡591  
📞 9:00~15:00 休 土・日・祝祭日 ☎0576-32-3176

**30 簡単に出来る草刈機・管理機のメンテナンス**

いざ使おうと思ったらエンジンがかからない。そんな事にならない為に、草刈機・管理機の簡単なメンテナンス方法をお伝えします。

**開催日** 10月 17日(水) 13:30~14:30  
10月 18日(金) 13:30~14:30  
10月 22日(月) 13:30~14:30  
10月 25日(木) 13:30~14:30

**会場** JAひだ金山支店 / 下呂市金山町金山1909-1

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: JAひだ職員  
料: 無料

**JAひだ金山支店** / 下呂市金山町金山1909-1  
📞 9:00~17:00 休 土・日・祝祭日 ☎0576-33-2878

**13 作って食べよう鉄板ピザ**

ピザ生地と一緒に作りましょう。具材は準備しておきますので、トッピングは自由に。仕上げは鉄板で焼き上げるので自宅でも作れます。

**開催日** 10月 13日(日) 10:30~12:30  
10月 14日(月) 10:30~12:30

**会場** コムズ / 下呂市金山町金山1993

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: エプロン・三角巾 講師: 鎌倉 庄司  
料: 500円(お一人)

**コムズ** / 下呂市金山町金山1993  
📞 8:30~16:30 休 土曜・日曜日 ☎0576-32-2022

**14 着物・浴衣を着て写真を撮ろう!**

着物と帯、小物の合わせ方をレクチャーした後、着物を着て写真撮影をします。今回は簡単な浴衣を着て親子の参加もOKです。まずは、浴衣を着付けの練習をしてみたい方におススメです。

**開催日** 10月 21日(月) 10:00~12:00  
11月 5日(金) 10:00~12:00  
11月 9日(土) 10:00~12:00

**会場** カメラのすぎやま / 下呂市金山町大船渡593-8

対象: 女性の方は帯は親子の参加でOK 料: 無料  
持ち物: ご自分の着物・帯・小物 定員: 1講座あたり4名  
一式・足袋・そりなど。講師: 古田 佳穂  
スマホ・デジカメ。

**カメラのすぎやま** / 下呂市金山町大船渡593-8  
📞 9:00~18:00 休 日曜日 ☎0576-32-2277

**15 億万長者への道!!**

宝くじの買い方が分からない方へ、ロトからスクラッチまで楽しみ方をお教えます。

**開催日** 10月 2日(水) 10:00~11:00  
10月 3日(木) 15:00~16:00  
10月 8日(火) 15:00~16:00

**会場** 益田信用組合金山支店 / 下呂市金山町金山1878

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 細江・加藤・林・佐藤  
料: 無料

**益田信用組合金山支店** / 下呂市金山町金山1878  
📞 9:00~15:00 休 土・日・祝祭日 ☎0576-32-2267

**31 指先から脳内トレーニング PartII**

自宅で眠っているピアノ、電子ピアノなどの楽器で1曲演奏してみよう!

**開催日** 10月 17日(木) 15:00~16:00  
10月 24日(木) 15:00~16:00

**会場** スタンド横レッスン室

対象: 20歳以上の方 定員: 1講座あたり2名  
持ち物: なし 講師: 森 雅子  
料: 無料

**モリキ石油** / 下呂市金山町菅田桐洞3669  
📞 7:00~19:00 休 日曜日 ☎090-2776-9959

**32 お子さんに、かわいいお祭り衣装を着せてみませんか?**

お祭り好きな私が、お祭りの時に写真映えるお祭りの衣装の着せ方、帯やはちまきのかわいい結び方を教えます。

**開催日** 10月 13日(日) 10:30~11:30  
10月 20日(日) 10:30~11:30

**会場** 藤屋 / 下呂市金山町金山2051

対象: 親子など 定員: 1講座あたり5名  
持ち物: なし 講師: 浅井 基宏  
料: 無料

**藤屋** / 下呂市金山町金山2051  
📞 8:30~19:00 休 不定休 ☎0576-32-2074

**33 お菓子のおはなし**

和菓子とは?季節感のある伝統和菓子の材料・つくり方について知っておきたい情報が学べます。ちょっとした試食体験もあります。

**開催日** 10月 19日(土) 14:00~15:00  
11月 2日(土) 14:00~15:00

**会場** 三津屋製菓舗 / 下呂市金山町金山2230

対象: どなたでも 定員: 1講座あたり6名  
持ち物: なし 講師: 長尾 啓一  
料: 無料

**三津屋製菓舗** / 下呂市金山町金山2230  
📞 8:00~18:00 休 不定休 ☎0576-32-2117