

**1 親子で学ぼう！
姿勢の大切さ！**

KCSセンター揖保川
揖保川町山津屋47-3

8月1日・8日・22日(水) 13:30~14:30
8月4日・18日(土) 14:00~15:00

ご存知ですか?性格・健康・学習意欲・運動能力に姿勢が関係していることを!姿勢のお話と簡単な姿勢チェック法を学んで頂きます。

会場 KCSセンター揖保川
定員 5組
対象 小中学生の親子等
講師 岸田和美、田辺江利子、大村裕
対象 親子等
教材費 1組500円
持ち物 エプロン

受付 TEL 0791-72-3002
(月・水・金曜日の 10:00~20:00)



**2 足の捻挫を学んで
テーピングを巻いてみよう**

フジ整骨院
龍野町日銅341-7

8月2日(木) 15:00~16:00
8月11日(土) 13:00~14:00

足の捻挫をほっていつと後遺症に悩む子供が多いです。捻挫の対処ははじめが肝心。捻挫を知って一緒にテープを巻いてみよう。

会場 フジ整骨院
定員 4組
講師 藤井敦志
対象 親子等
教材費 1組500円
持ち物 エプロン

受付 TEL 0791-62-4339
(木・土曜日の午後、日曜日、祝日を除く 8:30~19:00)



3 お肉屋が作る餃子

肉のぶっちゃー
新宮町中野庄233-1

8月2日(木)、30日(木) 14:00~15:00

お肉のエキスパートと、肉の旨味を最大限に引き出して野菜とも上手く調和した餃子を作りましょう。

会場 ぶっちゃー 新宮店
定員 5組
講師 前田 博伸
対象 親子等
教材費 1人500円
持ち物 エプロン

受付 TEL 0791-75-2207
(月曜日を除く 10:00~18:00)



4 親子ゴルフレッスン！

相生水上ゴルフセンター
たつの市揖西町土師

8月3日・10日(金) 13:00~15:00

親子で楽しくゴルフレッスン。ゴルフの基礎からお教えます。

会場 相生水上ゴルフセンター
定員 各日5組
講師 高木久榮
対象 親子等
教材費 なし
持ち物 (あればクラブと手袋)

受付 TEL 0791-66-1015(13:00~19:00)



5 しみ抜き体験教室


しみぬき工房 つづれや
龍野町富永384

8月5日(日) 10:00~11:00

お店が用意するカーベットに醤油をつけて実際にしみ抜き体験をしていただきます。

会場 しみぬき工房 つづれや
定員 2組4人まで
講師 田川芳弘
対象 親子等(高学年向け)
教材費 300円
持ち物 しみ抜き等相談したい衣類があれば一人一着

受付 TEL 0791-63-2929 又は0791-48-8059
(日曜日、祭日を除く 9:00~18:00)



**6 夏を涼しく彩る
ハーバリウム作り**

ミル・フルール
龍野町富永175-3

8月5日(日) 13:30~14:30

涼しげなオリジナルのハーバリウムを作りましょう!

会場 ミル・フルール
定員 3組または6名
講師 本窪田さなえ
対象 親子等
教材費 1本1250円
持ち物 ハサミ

受付 TEL 0791-63-4823
(水曜日を除く 10:00~17:00)



**7 発酵教室！
ぬかづけサンドと
本格ピザ作り講座**

醸し菜(かもしな)
龍野町下川原23-1

8月7日(火) 11:00~13:00

発酵って何?という疑問に答えながら、醸し菜が作るぬかづけを使って、サンドイッチと生地からピザを作る体験講座です。

会場 醸し菜
定員 8名
講師 松下裕昭
対象 親子等
教材費 1人800円(ドリンク付)
持ち物 エプロン、タオル

受付 TEL 090-9982-5917
(土・日曜日を除く 9:00~19:00)



**8 親子で作ろう！
うでわブレス**

小田一心堂
龍野町富永450-1

8月7日(火)、8日(水) 10:00~11:00

おしゃれやお守りに、お好きな天然石の一つ選んで腕輪ブレス作りに挑戦してみませんか?仏壇・仏具に関する質問にもお答えします。

会場 小田一心堂
定員 5組
対象 親子等
教材費 1人600円

受付 TEL 0791-63-0082(9:30~17:30)



**9 ヴァイオリンやピアノを
弾いてみませんか？**


ミュージック イン 小西
誉田町福田680-1

ヴァイオリン 8月7日・21日(火)、9日・23日(木)
ピアノ 8月20日(月)、8日・22日(水)

いずれも10:00~18:00の間で空き時間を問合せ
ヴァイオリンやピアノの体験弾き

会場 ミュージック イン 小西
定員 1日2~3組
講師 小西匡輔(ヴァイオリン)
小西敏子(ピアノ)
対象 親子等
教材費 なし(ヴァイオリンはこちらで用意します)

受付 TEL 0791-63-4192
(祝日を除く 9:00~21:00)



**10 親子でチョーク
アートを楽しもう**

Café きしゃぼっぽ
揖西町南山1-22

8月8日(水) 10:00~12:30

チョークアートはオイルパスを使って指でクルクルしながらブラックボードに絵を描きます。下絵があるので安心。絵は消えません。

会場 Café きしゃぼっぽ
定員 5組
講師 中安 明佐美
対象 親子等
教材費 1組2,000円

※ボードサイズ
子供 15cm×15cm、親 7.5cm×7.5cm

受付 TEL 0791-66-1529
(月曜日、第1、3日曜日を除く 9:00~15:00)



**11 親子で作ろう！
オリジナルキーホルダー！**

Cafe Shien (珈琲 紫園)
龍野町富永988-1

8月9日(木) 13:30~15:30

初心者でも簡単に作れるキーホルダー教室。リールキーとオリジナルキーホルダーのセットです。夏休みの思い出にどうぞ。

会場 Cafe Shien
定員 5組
講師 Mama Made
対象 親子等
教材費 1組2,000円(ドリンク付)
持ち物 ハサミ、定規

受付 TEL 0791-62-3905
(火曜日を除く 9:00~18:00)



**12 親子レザークラフト教室
「革らぬ花」**

レリッパ(株)
揖保町揖保上446-1

8月10日・24日(金) 10:00~11:00

革を使って親子で楽しくオリジナルフラワーを作ってみませんか?花の色えらべます。1セット20本。(花瓶つき)

会場 レリッパ(株)
定員 4組または8名
講師 中嶋将智
対象 親子等
教材費 1組1,500円

受付 TEL 0791-64-9988
(土・日曜日を除く 10:00~18:00)



**13 ガスコンロで手軽に
できるイタリア料理！**

スマイル フナビキショールーム
龍野町日山62-3

8月11日(土) 14:30~16:00

スパゲティとガーリックトーストを親子で作ったあと召し上がって頂きます。

会場 スマイル フナビキショールーム
定員 5組
講師 小国光祥
(ドンクカフェのシェフ)
対象 親子等(低学年向け)
教材費 1組800円
持ち物 エプロン、ふきん

受付 TEL 0791-63-2688
(日曜日、祭日を除く 9:00~16:00)



**14 市内産そば粉を使った
そば打ち体験**


蕎麦処しゅう
龍野町片山432-1

8月20日(月) 8:30~11:30
(1組につき、1時間程度)

市内産そば粉を使ったそば打ち体験です。親子で協力しながら、そばを打っていきましょう。

会場 蕎麦処しゅう
定員 5組
講師 竹内秀介
対象 親子等
教材費 1組2,000円
持ち物 エプロン、大きめのタッパー

受付 TEL 0791-62-1798(14:00~17:00)



**15 マレーシア風
すいとん手作り体験**

マレーシア家庭料理 J kitchen
龍野町本町72-18

8月21日(火) 11:00~12:00

メリケン粉と片栗粉をねってすいとん生地を作ります。カタクチイワシ科の小魚から出汁を取ったスープに入れて食べていただきます。

会場 J kitchen
定員 5組
講師 ジェニファー
対象 親子等
教材費 1組500円
持ち物 エプロン、手ふきタオル

受付 TEL 0791-60-3132
(火曜日を除く 14:00~15:00、17:00~20:00)



**16 トルコのアクセサリーを
手作りしてみよう！**

中華料理 八宝閣
龍野町日銅380-1

8月24日(金) 11:00~12:00

カラフルで珍しいトルコのビーズを使ってアクセサリー作りに挑戦して頂きます!親子共に楽しんでいただけるような材料を用意しています。(系列店 セヴィンチエイト)

会場 中華料理 八宝閣
定員 5組または10名
講師 小坂太紀恵
対象 親子等
教材費 1組2,500円

受付 TEL 0791-78-8200
(水・土・日曜日、第3火曜日を除く 10:00~16:00)



※持ち物の記載がない講座は特にご用意いただくものはありません