

**①節電入門！
電気の安全・上手な使い方**

コンセントやブレーカーの役割を知り、安全に、節電につながる上手な使い方を教えます。

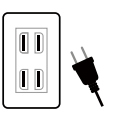
日程 10/27(火) 13:30～14:30

講師 古賀和味 (ラフィヌこが)

会場 上天草市商工会姫戸支所 姫戸町姫浦909-46

●対象/どなたでも ●定員/5名程度

申込 ☎0969-58-2070 9:00～17:00/日曜休み




**②スマホで体験！
暮らしに使えるAI教室**

文字入力ができなくても大丈夫。献立や健康など暮らしに役立つ使い方を初歩から学べます。

日程 11/3(火) ①10:30～12:00 ②13:30～15:00

講師 吉田省太・西田晃一

会場 天草ケーブルネットワーク(株) 上天草営業所 松島町合津7914-4

●対象/どなたでも ●定員/各5名 ●持参する物/スマートフォン

申込 ☎0969-22-1311 9:00～17:30/日曜休み




③美文字＆香りで印象アップ講座

御祝や御香典の封筒に書く名前を短時間でレベルアップしてみませんか。

日程 11/3(火) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30
11/6(金) ①10:00～11:30 ②14:00～15:30

講師 直江文香

会場 めるへんなおえ 大矢野町登立14182

●対象/どなたでも ●定員/各3名 ●材料費/1,000円 ●持参する物/あれば筆ペン

申込 ☎0964-56-1200 10:00～18:00/不定休




④あましんこども信用金庫教室

お金の大切さ、使い方、あましんの役割、お小遣い帳を使ったお金の貯め方を学んでみませんか？疑似紙幣でのお金の数え方体験も行います。

日程 11/7(土) 10:00～11:30

講師 田中義彦、原田敬大

会場 天草信用金庫 大矢野支店 大矢野町登立14145-1

●対象/小・中学生 ●定員/4名

申込 ☎0964-56-0129 10:00～15:00/土日祝休み




⑤体感！心と体のつながりを知る講座

他では体験できない「心に見える化」言葉にならない心の声を、色や線で描いていこう！

日程 11/11(水) ①10:00～11:30 ②13:00～14:30

講師 杉田ひとみ

会場 ふんわり風事務所 大矢野町中11444-5

●対象/女性限定 ●定員/各5名 ●持参する物/筆記用具、飲み物

申込 ☎080-1733-1974 9:00～17:00/不定休



**⑥畳縁でつくろう！
ちびがま口ケース**

好きな畳縁を選んで、自分だけのかわいい「ちびがま口ケース」を作いませんか？小銭や印鑑、小物入れにもぴったり♪

日程 10/31(土) 14:00～15:00

講師 木戸香奈子

会場 畳襖の天草屋 龍ヶ岳町高戸3818-27

●対象/どなたでも。親子で参加も可 ●定員/5名 ●材料費/500円 ●持参する物/汚れてもいい服装

申込 ☎0969-62-0608 8:00～18:00/日曜休み



**⑦日常に彩りを添える、
かんたん！秋の花束作り**

お部屋に彩りを。初めての方でも簡単にできる花束と一緒に作りましょう♪

日程 11/6(金)・13(金) 18:00～19:00

講師 西山のぞみ

会場 西山生花店 大矢野町登立8774-2

●対象/どなたでも ●定員/各4名 ●材料費/1,000円 ●持参する物/持ち帰り用袋

申込 ☎0964-56-0319 9:00～18:00/不定休



**⑧【西山生花店×林商店】秋の
お花と栗のおやつを楽しもう♪**

まちワク特別企画！秋色のお花でアレンジを作って、「美むら」自慢の甘い焼き栗を食べる会！

日程 11/7(土) 18:00～19:00

講師 西山のぞみ・林智美

会場 西山生花店 大矢野町登立8774-2

●対象/どなたでも ●定員/4名 ●材料費/1,500円 ●持参する物/持ち帰り用袋

申込 ☎0964-56-0319 9:00～18:00/不定休



**⑨オリジナルミニ畳作り・
簡単畳コースター作り体験**

畳の豆知識を楽しく聞きながらオリジナルのミニ畳作りを体験してみませんか！

日程 11/7(土)・14(土) 14:00～16:00

講師 松尾満良

会場 松尾畳店 大矢野町登立14127-1

●対象/どなたでも（親子での参加OK） ●定員/各1組 ●材料費/200円

申込 ☎0964-56-5839、090-3325-6760 10:00～18:00/日曜休み



**⑩自分だけのうつわを
つくりましょう！**

手びねり体験

日程 11/21(土) 10:00～11:30

講師 小松野洋介 (洋々窯)

会場 イコット図書館 大矢野町中977番地5

●対象/小学生以上(親子での参加OK) ●定員/10名程度 ●材料費/1,500円 ●持参する物/汚れてもいい服装

申込 ☎080-5251-4601 10:00～17:00/不定休



⑪ベトナム料理試食会

プチリゾート気分でリゾラザバード見学とベトナム料理の試食ができます。

日程 10/28(水) 12:00～13:00

講師 松本瞬

会場 リゾラザバード 大矢野町上5252-44

●対象/どなたでも ●定員/15名 ●材料費/1,500円

申込 ☎0964-27-5757 10:00～17:00



⑫お菓子を作ってみよう

お菓子作り

日程 11/1(日) 13:00～15:00

講師 田中舞

会場 小さなケーキ屋さんmof-mof 大矢野町中4301-9

●対象/どなたでも ●定員/各3名 ●材料費/1,000円 ●持参する物/エプロン

申込 ☎080-1717-3326 11:00～16:00/日曜その他不定休



⑬車エビの美味しい食べ方

車えびの育て方、食べ方を学び美味しく美食してみましよう。

日程 11/1(日) 14:00～15:00

講師 丸山恭徳

会場 (有)丸山水産 大矢野町維和千束(維和郵便局の先)

●対象/どなたでも ●定員/7名 ●材料費/500円

申込 ☎0964-56-0244 (商工会大矢野支所) 9:00～16:00/土日祝休み




**⑭大津産のねっとり焼き芋を
食べ比べしよう**

大津産の芋を専用壺で焼いて食べ比べしてみませんか

日程 11/10(火) 14:00～15:00

講師 木戸真一 (畳襖の天草屋)

会場 上天草市商工会大矢野支所 大矢野町上1559-4

●対象/どなたでも ●定員/5名 ●材料費/500円 ●持参する物/軍手

申込 ☎0969-62-0608 8:00～17:00/日曜休み



**⑮大津産のねっとり焼き芋を
食べ比べしよう**

大津産の芋を専用壺で焼いて食べ比べしてみませんか

日程 11/17(火) 14:00～15:00

講師 木戸真一 (畳襖の天草屋)

会場 上天草市商工会姫戸支所 姫戸町姫浦909-46

●対象/どなたでも ●定員/5名 ●材料費/500円 ●持参する物/軍手

申込 ☎0969-62-0608 8:00～17:00/日曜休み



**⑯腹式呼吸を取り入れた
ストレッチ教室**

腹式呼吸を取り入れたストレッチを覚え、いつまでも健康な体作りを！スポーツをしている子供大歓迎！

日程 10/25(日)・11/15(日) 14:00～16:00

講師 正木浩市 (正木鮮魚)

会場 藤島邸 大矢野町上1056 (旧藤島スポーツ店)

●対象/どなたでも ●定員/各10名 ●持参する物/動ける服装

申込 ☎0964-56-0244 (商工会大矢野支所) 9:00～16:00/土日祝休み



**⑰自転車に乗ろう! (乗り難い自転車
おもしろ自転車など) 安全教室**

自転車に興味 乗れないけど乗りたい 交通安全教室

日程 11/1(日) 10:00～16:00

講師 植田浩蔵

会場 植田自転車本店 大矢野町上1531-7

●対象/自転車に興味ありの方 (小中学生は保護者同伴) ●定員/10名 ●持参する物/笑顔・元気・気力

申込 ☎090-3323-1198 17:00～20:00/不定休



⑱セルフケア教室「ボディートーク」

「今日からごきげんな毎日」心と体はつながっています。体から心も元気にしていく体操です。

日程 11/4(水) ①10:30～11:30 ②13:00～14:00

講師 杉田ひとみ

会場 ふんわり風事務所 大矢野町中11444-5

●対象/女性限定 ●定員/各5名 ●持参する物/タオル、飲み物

申込 ☎080-1733-1974 9:00～17:00/不定休



まちワク スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
25 ⑩正木鮮魚 ⑫合同講座(上天草市文化祭)	26	27 ①ラフィヌこが (商工会姫戸)	28 ①リゾラザバード	29	30	31 ⑥畳襖の天草屋
1 ⑫小さなケーキ屋さんmof-mof ⑬有丸山水産 ⑭植田自転車本店 ⑮合同講座(イコット)	2 ⑩シユムツク ⑳めるへんなおえ	3 ②天草ケーブルネットワーク(株) ③めるへんなおえ ⑩シユムツク	4 ⑥ふんわり風～FU～	5	6 ⑦めるへんなおえ ⑦西山生花店 ②HAVE DREAMS	7 ④天草信用金庫 ③西山生花店 ③松尾畳店 ②HAVE DREAMS
					⑳めるへんなおえ	
8 ㉑めるへんなおえ ㉑めるへんなおえ	9	10 ⑥畳襖の天草屋 (商工会大矢野) ③めるへんなおえ	11 ⑤ふんわり風～FU～	12	13 ⑦西山生花店	14 ③松尾畳店
15 ⑩正木鮮魚 ③HAVE DREAMS	16	17 ⑥畳襖の天草屋 (商工会姫戸)	18	19	20	21 ⑩洋々窯(イコット)
㉑めるへんなおえ ㉑めるへんなおえ						

⑲簡単プロ肌テクニク

個人の悩みに応じた対処法等

日程 11/2(月)・3(火) 11:00～12:00

講師 竹川美穂子

会場 シュムツク 大矢野町中478-26

●対象/女性限定 ●定員/各4名 ●持参する物/自分でお持ちの化粧道具

申込 ☎0964-56-5005 10:00～17:00/日曜休み



⑳似合う美眉講座

描きにくい眉の整え方、描き方、似合う眉のご提案。

日程 11/2(月)～20(金) 11:00～17:00 ㊟予約優先

講師 直江利香

会場 めるへんなおえ 大矢野町登立14182

●対象/どなたでも ●定員/30分に1名 ●材料費/500円

申込 ☎0964-56-1200 10:00～18:00/不定休



㉑アロマボトルカラーセラピー体験

選んだ色が、あなたの“本当の疲れポイント”と“満たしたい願い”を教えてくれる…心を健やかに保ちたい方、お待ちしております。

日程 11/6(金) 14:00～15:00 ①10:00～11:00 ②14:00～15:00
11/7(土) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00
11/15(日) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00

講師 野村浩美

会場 アロマスクールHAVE DREAMS 大矢野町登立12534-24

●対象/どなたでも ●定員/各3名 ●材料費/500円

申込 ☎090-6892-2695 10:00～17:00/不定休



講座名の色に注目！

まなぶ つくる グルメ 美容・健康

**㉒近未来肌診断!?
お肌ドックと最新美容体験！**

ご自身の今の“肌状態”が分かる！近未来美顔器体験も！【お土産付き】

日程 11/6(金)～21(土) 10:00～18:00 (40分程度) ㊟予約優先

講師 直江佳香

会場 めるへんなおえ 大矢野町登立14182

●対象/18歳以上。どなたでも ●材料費/500円 ●定員/各1～2名

申込 ☎0964-56-1200 10:00～18:00/不定休



**㉓きれいがかなう。
若さを保つ美肌づくり**

キャリア55年美肌のプロが美肌作りの基本を伝授。参加された方にお肌磨きコットン進呈。

日程 11/10(火) ①10:00～11:00 ②14:00～15:00

講師 直江伸子

会場 めるへんなおえ 大矢野町登立14182

●対象/どなたでも ●定員/各3名 ●材料費/1,100円

申込 ☎0964-56-1200 10:00～18:00/不定休



講座は全部で25講座！㉔㉕合同講座は裏面へ▶▶▶▶

10/25 ②④合同講座
上天草市文化祭で
くなくまちワク

時間 10:00~14:30頃まで
会場 大矢野自然休養村センター

若返り『美顔器』体験

わずか3分でぐっとリフトアップ！最新美顔器体験。

体験 500円

講師 直江文香、直江佳香
(めるへんなおえ)

●対象/どなたでも

申込 ☎0964-56-1200
10:00~18:00/不定休

シークレット企画

大矢野自然休養村センター
ふらっと 秘
くなくまちワク
気軽に体験&販売ブース
お楽しみ企画

香りでホッとしよう♪
アロマハンドケア

アロマオイルを使って
ハンドケア体験

体験 500円

講師 森内明美(有森内鉄工所)

●対象/どなたでも ●定員/1名ずつ20分程度
●持参する物/タオル

申込 ☎080-8560-1670
9:00~17:00/不定休

つぼ焼きいも試食販売

つぼを使った焼きいも
試食販売

1袋 500円

店名 豊稔の天草屋

申込 ☎0969-62-0608
8:00~17:00/日曜休み

キラキラサンキャッチャー作り
体験

クリスタルのガラスと、ドライフラワ
ーを使って、窓際にインテリアの飾り
として吊るせる可愛いアイテムです。

体験 1,000円

講師 川口ユカリ(川口農園)

●対象/どなたでも ●定員/時間内なら何人でもOK

申込 ☎090-3191-5911
9:00~16:00/日曜休み

11/1 ②⑤合同講座

時間 10:00~15:00
会場 イコット(上天草図書館)

イコット くなくまちワク
(図書館)で

若返り『美顔器』体験

わずか3分でぐっとリフトアップ！最新美顔器体験。

体験 500円

講師 直江文香、直江佳香
(めるへんなおえ)

●対象/どなたでも

申込 ☎0964-56-1200
10:00~18:00/不定休

香りでホッとしよう♪
アロマハンドケア

アロマオイルを使って
ハンドケア体験

体験 500円

講師 森内明美(有森内鉄工所)

●対象/どなたでも ●定員/1名ずつ20分程度
●持参する物/タオル

申込 ☎080-8560-1670
9:00~17:00/不定休

つぼ焼きいも試食販売

つぼを使った焼きいも
試食販売

1袋 500円

店名 豊稔の天草屋

申込 ☎0969-62-0608
8:00~17:00/日曜休み

八代産畳表で
オリジナルミニ畳を作ろう♪

八代産畳表に見て・触れて・感じる
手作り体験。好きな畳縁を選んで、
自分だけのミニ畳を作りませんか。

体験 500円

講師 木戸香奈子(豊稔の天草屋)

●対象/どなたでも(親子でも参加OK)
●持参する物/汚れてもいい服装

申込 ☎0969-62-0608
8:00~17:00/日曜休み

学ぶくらしの「お金」

知って安心、学んで納得
お金の基礎講座

時間 ①10:00~11:30
②13:00~14:30

講師 高宮里美

●対象/どなたでも ●無料
●定員/各5名

申込 ☎090-1879-6328
9:00~18:00/不定休

モコモコフラワーの花束作り体験

モコモコフラワーの花束作り体験

体験 500円

講師 川口ユカリ(川口農園)

●対象/保育園、小学校から大人まで
●定員/20名

申込 ☎090-3191-5911
9:00~16:00/日曜休み

お問い合わせ：上天草市商工会大矢野支所 TEL 0964-56-0244

令和8年

Kamiamakusa machi waku

上天草 まちワク

まちの得するわくわくショップ IN 上天草

参加者
募集中

開催期間

10/25 日 ~ 11/21 土

まちワクとは…

お店の人が教えて
くれる無料の講座！

安心して受講して頂くためにお店
からの販売、勧誘はありません。

お申込みは
各お店へ！

- 各店の受付時間内にお電話をお願いします。
- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- 受講対象者が限定されている講座や、材料費がかかる講座もあります。ご注意ください。
- 会場や駐車場の有無などは、お申込み時に各店にご確認ください。

お申込み方法▶『まちワクの申込みです』と、お電話ください。

①選ぶ

チラシから
講座をお選び
ください。



②申込み

受けたい講座の
お店に電話で
申し込んで
ください。



③参加

講座の場所・時間・
持ち物などを確認して
ご参加ください。



10月22日(木)より受付スタート！