

7 ホームベーカリーを使ったピザ作り体験

講師：原田 麻美

会場 サンエコライフ天草店
天草市栄町 25-4 定休日/日曜日

申込電話 (0969) 22-7114 受付時間 9:00 ~ 17:00

開催日時 10/22(火) 10/26(土) 10:30~12:30
11/4(月・祝) 10:30~12:30 / 14:00~16:00



ホームベーカリーや最新家電を使って、手作りピザを作ります！

対象 どなたでも 定員 各4名
教材費 ¥500 持ち物 エプロン/マスク

8 企業様向 SNS で自社のファン作り♡

講師：原田 麻美

会場 サンエコライフ天草店
天草市栄町 25-4 定休日/日曜日

申込電話 (0969) 22-7114 受付時間 9:00 ~ 17:00

開催日時 10/29(火) 11/1(金) 11/5(火)
13:00~15:00



「うちのお店にはどんな SNS が合ってる？」「運営方法がわからない」などのお悩みありませんか？ SNS で自社のファンを増やしたいお店様必見♪

対象 天草の企業
天草で起業を考えている方 定員 各1組
教材費 なし 持ち物 スマホ or PC

9 簡単！誰でもできる網戸張替講座

講師：高松 良精

会場 高松金物店
天草市栄町 10-30 定休日/日曜日

申込電話 (0969) 23-3275 受付時間 9:00 ~ 17:00

開催日時 10/20(日) 11/10(日) 11/17(日)
10:00~11:00



プロが教える網戸の張り方!!一緒にやってみませんか？

対象 どなたでも 定員 各3名
教材費 なし 持ち物 なし

10 【はやし薬局 / glad ジョイント】アロマとセルフマッサージ講座

講師：林良樹(はやし薬局)・渡辺唯菜(glad)

会場 はやし薬局
天草市城下町 6-19 定休日/日曜日・祝日

申込電話 (0969) 24-8761 受付時間 9:00 ~ 18:00

開催日時 11/10(日) 10:00~11:30
11/17(日) 14:00~15:30



オーガニックアロマオイルを使って自分のための香りをブレンドし、マッサージオイルを手作りします。セルフマッサージを学んでリラックス、ストレスケアをしましょう。

対象 どなたでも 定員 各4名
教材費 ¥1,500 持ち物 ハンドタオル

11 古くて新しい漢方講座

講師：林良樹

会場 はやし薬局
天草市城下町 6-19 定休日/日曜日・祝日

申込電話 (0969) 24-8761 受付時間 9:00 ~ 18:00

開催日時 11/10(日) 14:00~15:30
11/17(日) 10:00~11:30



古くから使われてきた漢方薬。現代の視点で見直されて西洋薬と一緒に使われて役立っています。古くて新しい漢方を解説します。

対象 どなたでも 定員 各5名
教材費 なし 持ち物 なし

12 アロマでストレスケア<アロマ魔女入門>

講師：平方 久恵

会場 アロマ & ハーブ coo
天草市志柿町 6634-10 天草丸 2F 定休日/水曜日

申込電話 090-8419-0669 受付時間 9:00 ~ 18:00

開催日時 11/2(土) 17(日) 10:00~11:30 11/3(日) 14:00~15:30
11/12(火) 28(木) 10:00~11:30 / 14:00~15:30 / 19:30~21:00



元看護師だからわかる癒しのアロマ。「アロマに興味があるけど使い方がわからない」まずは自分に合うアロマをみつけませんか？アロマで簡単にストレスケアができます。お土産はアロマヒーリングスプレーです。

対象 どなたでも 定員 各3名
教材費 ¥1,000 持ち物 筆記用具

13 なんちゃってステンドグラス

講師：矢嶋 多恵子

会場 ヤジマ外柵
天草市今釜新町 3541 定休日/土曜日・日曜日

申込電話 (0969) 24-2567 受付時間 9:00 ~ 15:00

開催日時 10/20(日) 10/27(日) 11/3(日)
13:00~14:00



色ガラスを使わないのにステンドグラスが誰にでも簡単に出来ちゃいます。

対象 どなたでも 定員 各1家族 or 1グループ
教材費 ¥500 持ち物 なし

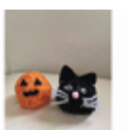
14 一本のヒモが変身する？

講師：矢嶋 多恵子

会場 ヤジマ外柵
天草市今釜新町 3541 定休日/土曜日・日曜日

申込電話 (0969) 24-2567 受付時間 9:00 ~ 15:00

開催日時 11/10(日) 11/17(日) 11/24(日)
13:00~14:00



ヒモをクルクルまいて好きな物に変身させましょう

対象 どなたでも 定員 各1家族 or 1グループ
教材費 ¥100 持ち物 なし

15 ハーブで免疫力UP↑ハーブティーブレンド体験！

講師：平方 久恵

会場 アロマ & ハーブ coo
天草市志柿町 6634-10 天草丸 2F 定休日/水曜日

申込電話 090-8419-0669 受付時間 9:00 ~ 18:00

開催日時 11/2(土) 11/17(日) 14:00~15:30
11/3(日) 10:00~11:30



免疫力を UP するハーブを自分のお好きな味や色にブレンドします♪

対象 どなたでも 定員 各3名
教材費 なし 持ち物 筆記用具

16 活版印刷でカードをつくろう!!

講師：谷川 幸一

会場 誠文社(谷川印刷)
天草市船之尾町 5-1 定休日/土曜日・日曜日・祝日

申込電話 (0969) 22-3233 受付時間 8:30 ~ 17:00

開催日時 期間中月~金 10/20(日) 11/9(土) 11/17(日)
13:00~15:00



絵柄を5種類選んでいただき、お好きな文字(6文字程度)と組み合わせ、オリジナルカードを活版印刷でつくります！

対象 どなたでも 定員 各2名 or 2組
教材費 ¥500 持ち物 なし

17 【初心者向け】ギター弾き語り体験&まちゼミって？

講師：井坂 雄兵

会場 複合施設こころす 音楽室
天草市浄南町 4-15 定休日/土曜日・日曜日・祝日

申込電話 (0969) 32-6786 (産業政策課 井坂) 受付時間 8:30 ~ 17:15

開催日時 10/26(土) 11/16(土)
10:00~11:30



みんなで楽しくギターを弾き語りしましょう。簡単なまちゼミの紹介もあります。

対象 どなたでも 定員 各5名
教材費 なし 持ち物 なし

18 ZINEに触れてみよう

講師：細國 由梨香

会場 複合施設こころす 福祉ボランティア室
天草市浄南町 4-15 定休日/土曜日・日曜日・祝日

申込電話 (0969) 32-6786 (産業政策課 細國) 受付時間 9:00 ~ 16:00

開催日時 10/25(金) 11/14(木)
10:00~11:30



ZINE(ジン)は、自分で作る小さな本や雑誌のことです。紙も内容も自分で自由に作っていいものです。

対象 どなたでも 定員 各3名
教材費 なし 持ち物 好きな紙、描いてみたいもの

設置！
まちゼミコーナー
中央図書館に



天草まちゼミの講座内容に関する図書を集めたコーナーを設置していただきます！先に図書館で学んで参加するもよし、講座で学んだ後に図書館で知識を深めるのもよし。まちゼミを最大限に楽しみたい方はぜひ、この機会にご利用ください！！



主催 / 天草まちゼミの会 協力 / 天草信用金庫・本渡商工会議所・天草市