

9 眉の描き方レッスン 女性限定

講師：さんえん美容スタッフ

会場：さんえん本渡店
天草市南新町 3-9 申込電話 (0969) 24-3050
定休日/日・祝日 受付時間 9:00~18:00

開催日時：4/9(土)4/12(火)4/14(木)4/16(土)4/19(火)
14:30~15:30

対象 女性 定員 各3名または3組
教材費 なし 持ち物 普段お使いのメイクポーチ

マスク生活の今、眉ってメイクの中でも最重要パーツですよね。毎日何となく描いている眉を、ワンランクアップさせるコツをお伝えします。

10 気軽にエステ体験 女性限定

講師：鶴田 知子

会場：メナード化粧品天草代行店
天草市亀場町亀川 229-1 申込電話 (0969) 23-0893
定休日/土曜午後・日・祝日 受付時間 10:00~17:00

開催日時：3/18(金)19(土)23(水)29(火)※時間は要相談
4/7(木)11(月)19(火)23(土)28(木)30(土)

対象 20才以上の女性 定員 各1名
教材費 ¥2,200 持ち物 なし

冬の乾燥でお肌の悩みが気になる方、日々の疲れを癒やして、お肌もつるつるにしませんか？50分間デコルテから丁寧にケアします♡

11 小島金物店オリジナル！キャンドルホルダー作り

講師：小島 里花

会場：小島金物店
天草市小松原町 15-29 申込電話 (0969) 22-3109
定休日/日・祝日 平日 9:00~16:00 土曜 9:00~12:00

開催日時：3/26(土)4/2(土)
10:00~11:00

対象 どなたでも 定員 各4名
教材費 ¥1,000 持ち物 なし

木製のキャンドルホルダーを手作ります。基本の形はこちらで用意しますので、やすりを使って表面を綺麗に削ったり、お好みの色で色塗りまたはパーナーを使い焼き目をつけていきます。

12 簡単！誰でもできる網戸張替講座

講師：高松 良輔

会場：高松金物店
天草市栄町 10-30 申込電話 (0969) 23-3275
定休日/日曜日 受付時間 8:00~17:00

開催日時：3/27(日)4/3(日)4/10(日)
10:00~11:00

対象 どなたでも 定員 各3名
教材費 なし 持ち物 網戸枠1枚

プロが教える網戸の張り方！一緒にやってみませんか？

13 押し絵の壁飾り

講師：板垣 育未

会場：正和電機
天草市中央新町 11-3 申込電話 (0969) 24-2151
定休日/日・祝日 受付時間 9:00~18:00

開催日時：3/26(土)
13:00~15:00

対象 どなたでも 定員 6名
教材費 ¥500 持ち物 なし

季節を先取りして、春を感じる椿の押し絵を作ります。

14 チーズケーキをつくらう！ 親子でオススメ ラボ企画

講師：高松金物店 高松 久子・正和電機 板垣 育未

会場：正和電機
天草市中央新町 11-3 申込電話 (0969) 24-2151
定休日/日・祝日 受付時間 9:00~18:00

開催日時：4/9(土)4/16(土)
13:00~15:00

対象 親子(5歳以上) 定員 各3組
教材費 ¥800 持ち物 ケーキ(20cm)を持ち帰る箱 マスク・エプロン

親子で楽しくチーズケーキを作ってみませんか？意外と簡単で美味しい！(ケーキ1ホールお持ち帰り)待ち時間にデコレーションで楽しみましょう！

15 くり花を合わせた「合わせ玉」でチャーム作り

講師：田中 豊子

会場：レディース子供服 チャンプ
天草市中央新町 2-6 申込電話 (0969) 24-3254
定休日/なし 受付時間 10:00~19:00

開催日時：3/19(土)3/26(土)4/10(日)4/17(日)
13:30~15:00

対象 どなたでも 定員 各5名
教材費 ¥200 持ち物 なし

ちりめん細工の楽しさを体験しませんか。お裁縫が苦手な方でも大丈夫！くり花を合わせた「合わせ玉」でチャームを作ります。

16 あなたの腸は大丈夫？腸活で免疫力をアップしよう!!

講師：田中 豊子

会場：レディース子供服 チャンプ
天草市中央新町 2-6 申込電話 (0969) 24-3254
定休日/なし 受付時間 10:00~19:00

開催日時：3/20(日)3/27(日)4/9(土)4/16(土)
11:00~12:00

対象 どなたでも 定員 各5名
教材費 ¥200 持ち物 なし

食物繊維を上手に摂って腸活しましょう。腸を元気にするために体調に合ったレシピをご紹介します。

17 薬局で学ぶ保湿・乾燥対策

講師：林 良樹

会場：はやし薬局
天草市城下町 6-19 申込電話 (0969) 24-8761
定休日/日・祝日 受付時間 9:00~18:00

開催日時：3/21(月・祝) 14:00~15:30
4/17(日)4/24(日) 10:30~12:00

対象 どなたでも 定員 各4名
教材費 ¥1,500 持ち物 なし

お肌の乾燥トラブルに悩んでいませんか？乾燥の仕組み・対策法を学んで、オーガニック材料を使って保湿バームカリップを手作ります。

18 薬局で学ぶアロマケア

講師：林 良樹

会場：はやし薬局
天草市城下町 6-19 申込電話 (0969) 24-8761
定休日/日・祝日 受付時間 9:00~18:00

開催日時：3/21(月・祝) 10:30~12:00
4/17(日)4/24(日) 14:00~15:30

対象 どなたでも 定員 各4名
教材費 ¥1,000 持ち物 なし

アロマでストレスケアをしましょう。ストレス対処法を学んで、オーガニックアロマオイルでオリジナルブレンド(スプレーかバスソルト)を作ります。

19 椅子ひとつで天草をあなたのリビングルームに。～チェアリングに出かけよう!～

講師：天草市役所【観光振興課】 森

会場：ポルト
天草市中央新町 15-7 申込電話 (0969) 32-6787
天草市役所【観光振興課】 森 定休日/土・日・祝 受付時間 8:30~17:00

開催日時：4/9(土)4/10(日)4/23(土)4/24(日)
13:30~15:00

対象 どなたでも 定員 各4名
教材費 なし 持ち物 持ち運べる椅子(あれば)

椅子を持参して、好みの場所でつくる「チェアリング」。椅子さえあれば気軽に始めることができます。この機会に体験してみませんか？!

20 国際交流推進員の李とイヤギヘヨ!

講師：天草市国際交流推進員 李 賀恩

会場：ポルト 2F 研修室
天草市中央新町 15-7 申込電話 (0969) 32-6786
天草市役所【産業政策課】 山川 定休日/土・日・祝 受付時間 8:30~17:00

開催日時：4/13(水) 10:00~11:00
4/21(木) 13:30~14:30

対象 どなたでも 定員 各5名
教材費 なし 持ち物 なし

韓国の文化や料理等について、いっしょに楽しくお話ししませんか？日本語でお話ししますので、韓国語が話せなくても大丈夫！気軽に参加ください。

21 〇〇を解決する20のとびら オンライン

講師：田中慎一郎・中田泰志

会場：天草アイデアルーム
天草市浄南町 2-24 090-2717-8805
10:00~19:00 定休日/日

開催日時：3/21(月・祝) 10:00~10:40

対象 どなたでも 定員 6名
教材費 なし 準備物 PCまたはスマホ

SNSピンタレストで、1万のインプレッションがあった発想を活かして、皆さんの課題解決のお手伝いができるようになります。

22 春肌準備のポイント オンライン可能

講師：鶴田 知子

会場：メナード化粧品天草代行店
天草市亀場町亀川 229-1 申込電話 (0969) 23-0893
定休日/土曜午後・日・祝 10:00~17:00

開催日時：3/22(火)25(金)31(木) ※時間は要相談
4/2(土)6(水)13(水)15(金)20(水)26(火)27(水)

対象 どなたでも(学生可) 定員 各2名
教材費 なし 持ち物 なし

季節は春へと移り変わり、環境や気温の変化で色々なお悩みが気になる事ありませんか？スキンケアのちょっとした6つのコツをお伝えします♡
※オンラインは店舗まで教材を取りに来ていただく必要があります

23 できる男のスキンケア講座 オンライン 男性限定

講師：辻本圭一

会場：さんえん本渡店
天草市南新町 3-9 (0969)24-3050
9:00~18:00 定休日/日・祝

開催日時：4/11(月)4/12(火)4/14(木)
19:30~20:30

対象 男性(天草島民限定) 定員 各3名または3組
教材費 なし 準備物 なし

「できる男は肌もキレイ」男だってエイジングケアするのが当たり前前の時代、スキンケアや若見えのコツを、天草市唯一のコスメコンシェルジュ®が伝授いたします。

24 テニスボールで体をほぐそう! 親子でオススメ オンライン

講師：健康運動実践指導者 矢田 智美

会場：Team OHMURA 智美クラブ
080-1744-3851
10:00~19:00 定休日/不定休

開催日時：4/3(日)4/17(日)
11:00~11:40

対象 どなたでも 定員 各5名
教材費 なし 準備物 タオル、飲み物

だらっと脱力しながら全身を伸ばしていきます。1日の疲れが少しでもとれたら万歳。気軽に行えますので勇気を出してぜひご参加ください♪

25 すきま時間にちょっと動いてみましょう! オンライン

講師：健康運動実践指導者 矢田 智美

会場：天草市エアロビック連盟
080-1744-3851
10:00~19:00 定休日/不定休

開催日時：3/23(水)4/4(月)
10:30~11:10

対象 どなたでも 定員 各5名または3組
教材費 なし 準備物 タオル、飲み物

運動大好き♡な方、運動経験のない方、不調を感じている方、どなたでもご参加できます。真似をしながら動いて頂きます。簡単ですのでご安心下さい♪

中央図書館に まちゼミコーナー設置!

天草まちゼミの講座内容に関連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、講座で学んだ後図書館で知識を深めるのもよし。ぜひ、ご利用ください!

天草まちゼミの講座情報や講座の空き状況をお知らせ！ぜひ、ご登録下さい

ZOOMアプリのダウンロードは、こちらから

iphone Android