

### 11 「ジオカフェ」/日高地区の見どころ(ジオサイト)を教えます!



講師:三木武行(ジオパーク専門員)  
山陰海岸ジオパークには見どころがたくさんあります。今回、特に日高地区の見どころ(ジオサイト)についてお話しします。あなたの地区のまち自慢とあわせて一緒にお茶を飲みながら語り合いませんか?

**豊岡市観光課**  
[所在地]豊岡市中央町2-4  
[受付時間]8:30~17:15  
[定休日]土・日曜日、祝日  
[TEL]0796-21-9016

【開催日】1月19日(土)・1月26日(土) / 【時間】13:30~15:00(90分) / 【場所】ワークピア日高 / 【募集人員】10名 / 【持ち物】なし

### 12 かるたとり大会



講師:スタッフ  
かるたとり大会の後に自分でかるたを作ってみる

**文森堂**  
[所在地]豊岡市日高町置22-5  
[受付時間]9:00~19:00  
[TEL]0796-42-1392

【開催日】2月2日(土) / 【時間】10:00~12:00(120分) / 【場所】文森堂 / 【募集人員】8名 / 【材料費】200円

### 13 自分に合った枕を使っていますか?



講師:河西栄治  
「頭」という体でもっとも大事といわれるその一部を支える枕について考えてみましょう。今お使いの枕が必ずしも自分に合っているとは限りません。あなたにあった枕の選び方をお教えします。

**河西ふとん店**  
[所在地]豊岡市日高町祢布998  
[受付時間]10:00~15:00  
[定休日]年中無休  
[TEL]0796-42-5228  
[FAX]0796-42-5102

【開催日】①1月24日(木)②2月7日(木) / 【時間】①11:00~12:00 ②18:00~19:00(60分) / 【場所】河西ふとん店 / 【募集人員】3名 / 【持ち物】今お使いの枕

### 14 座布団の作り方



講師:河西栄治  
綿(コットン)の座布団についてお話しします。そのすわり心地から種類まで。そして実際に針と糸で作っていただきます。マイざぶとん作ってみませんか?

**河西ふとん店**  
[所在地]豊岡市日高町祢布998  
[受付時間]10:00~15:00  
[定休日]年中無休  
[TEL]0796-42-5228  
[FAX]0796-42-5102

【開催日】1月26日(土) / 【時間】11:00~12:00(60分) / 【場所】河西ふとん店 / 【募集人員】5名 / 【持ち物】なし / 【材料費】1,500円

### 15 羽毛ふとんの選び方・使い方



講師:河西栄治  
この時期に増えるのがこの相談。本当の羽毛について知ってほしい方は少ないはず。その特性、性質からその正しい使い方までお話しします。

**河西ふとん店**  
[所在地]豊岡市日高町祢布998  
[受付時間]10:00~15:00  
[定休日]年中無休  
[TEL]0796-42-5228  
[FAX]0796-42-5102

【開催日】1月23日(水)・2月6日(水) / 【時間】11:00~12:00(60分) / 【場所】河西ふとん店 / 【募集人員】5名 / 【持ち物】なし

### 16 タイヤ交換の基礎知識



講師:山本 和幸  
たとえばスタッドレスタイヤについて、いつもどれくらい気にされていますか?今シーズン・来シーズンと利用するタイヤも、取り付け方から始まり、次シーズンでのローテーションの順番などで持ち具合が変わってきます。「空気圧」や「しめつけトルク」等、タイヤ一つをとってみても影響するところはたくさん。タイヤのハテナを解決します。

**ミスタータイヤマンヤマモト**  
[所在地]豊岡市日高町東構654-1  
[受付時間]9:00~18:00  
[TEL]0120-420-621

【開催日】現在未定 / 【時間】10:00~11:00(60分) / 【場所】ミスタータイヤマンヤマモト / 【募集人員】現在未定

### 17 スポーツシューズの選び方のポイントをアドバイスします!



講師:橋本 和加子  
実際に足の大きさを測って、違いを比べてみましょう。普段何気なく履いているシューズ... ちょっとしたコツをつかめば、ぴったりのシューズが選びやすくなります。ランニング・ウォーキングその他シューズも含めて、シューズの悩みにお答えします。少しは意識が変わるかも?~

**マルマツスポーツ**  
[所在地]豊岡市日高町国分寺400-30  
[受付時間]9:30~19:30  
[定休日]水曜日  
[TEL]0796-42-0015

【開催日】①1月23日(水)②1月30日(水)※受付締切はそれぞれ前日まで / 【時間】①②13:30~14:30(60分) / 【場所】マルマツスポーツ / 【募集人員】15名 / 【持ち物】筆記用具

### 18 太陽光発電相談会



講師:当社スタッフ  
・今注目度ナンバーワンの太陽光発電について詳しくご説明致します。  
・FITの概要説明、資金回収シミュレーションの作成。  
・投資用(メガソーラー)についても勉強しましょう。

**三世商事**  
[所在地]豊岡市日高町栗栖野58-25  
[TEL]0796-45-0225

【開催日】①1月25日(金)②26日(土)・③2月8日(金) / 【時間】①③18:00~19:00(60分) ②13:30~15:00(90分) / 【場所】ワークピア日高 / 【募集人員】10名 / 【持ち物】筆記用具

### 19 お家の中のインターネットの仕組み



講師:岡村 直昭  
つながっていることが当たり前を感じるインターネット。でもふとした拍子にインターネットやメールが出来なくなること、そんな簡単な仕組みを知っておくだけで、自分で解決出来ることもあります。「ルーター?」「LAN?」「無線WiFi?」をちょっとだけ解決します。

**ONE POINT**  
[所在地]豊岡市日高町水上18-1 2F  
[受付時間]9:00~12:00  
[定休日]日・祝日  
[TEL]0796-20-3095

【開催日】1月20日(日)・1月27日(日) / 【時間】10:00~11:30(90分) / 【場所】八丁オフィス(左記住所) / 【募集人員】5名 / 【持ち物】筆記用具

### まちゼミ参加店(仲間)募集中! 次回開催は2013夏に予定!

お問い合わせは  
まちゼミ実行委員会(豊岡市商工会日高支所)  
TEL.0796-42-1251へ



プロに聞ける、  
教えてもらえる

### 前回参加者さんのご感想(一部ご紹介)

- 「天然石を使ったオリジナル念珠ブレス」...川崎仏光堂  
・親子で参加できてとてもよかったです。また参加したいです。
- 「リースベースを使ったフラワーアレンジメント」...ふれりあ  
・ゆっくり自分の思うままにさせて、素敵なリースができました。ありがとうございました。
- 「主婦でも簡単!!煮付け上手!」...高砂  
・違うメニューも習いたいと思った  
・大参考になりました。来て良かったです。

などなど、  
たくさんのご参加・ご意見を  
ありがとうございました!

### 前回の様子



「主婦でも簡単!!につけ上手!」



「リースベースを使った  
フラワーアレンジメント」



「夏休み粘土工作」

## ● 第2回とくまるゼミナール開催日スケジュール表 ●

1月19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	25日(金)	26日(土)
⑦和紙ランプシェード作りと本のお医者さん ⑨ネーム刺しゅうミシンで気軽に「ひと手間」講座 ⑪「ジオカフェ」日高地区の見どころ(ジオサイト)を教えます!	⑬お家の中のインターネットの仕組み	(休)	(休)	⑬かんたん! 手作り塩麴教室 ⑮羽毛ふとんの選び方・使い方 ⑰スポーツシューズの選び方のポイントをアドバイスします!	⑮自分に合った枕を使っていますか?	⑰太陽光発電相談会	⑮オリジナル時計教室~思い出を刻む時計作り~ ⑪「ジオカフェ」座布団の作り方 ⑰太陽光発電相談会
27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)	2月1日(金)	2日(土)	3日(日)
⑬お家の中のインターネットの仕組み	(休)	⑭寿司屋が教える巻寿司体験講座	⑬かんたん! 手作り塩麴教室 ⑮日経ビジネス知力検定セミナー ⑰スポーツシューズの選び方のポイントをアドバイスします!	⑰おうちでできる5歳若返りスキンケアの方法	(休)	⑮オリジナル時計教室~思い出を刻む時計作り~ ⑮天然石を使ったオリジナルブレス作りPART II ⑱かるた大会⑨ネーム刺しゅうミシンで気軽に「ひと手間」講座	⑱天然石を使ったオリジナルブレス作りPART II
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)	11日(月)
(休)	⑯バレンタインに贈るブリザードフラワー	⑮羽毛ふとんの選び方・使い方	⑮自分に合った枕を使っていますか?	⑱太陽光発電相談会	(休)	⑱天然石を使ったオリジナルブレス作りPART II	⑲2013春夏のトレンドセミナー