

主 催：恵庭商工会議所
お問合せ：TEL.0123-34-1111



恵庭
まちゼミ

第4回

お問合せ
【開催期】
2025

【開催期間】

2025 10月1日(水)~31日(金)

《申込受付開始》
9月27日(土)

※お電話の際は各店の営業時間をご確認ください。

受講無料! 全22講座

もの作りの楽しさ
コッを学ぶ講座
つくる

学尔

楽しい体験や
役立つ知識の講座

食を味わい
食を学ぶ講座
食べる
飲む

きれ

ますます美しく
自分を磨く講座

健康

身体と心を
健やかに整える講座

いつものお店が、教室に♪

第4回

恵庭まちゼミ

【申込受付開始】9月27日(土)

受講無料! 全22講座

【開催期間】2025 10月1日(水)～31日(金)

主 催：恵庭商工会議所 お問合せ：TEL.0123-34-1111

つくる

もの作りの楽しさ
コツ学ぶ講座食べる
飲む食を味わい
食を学ぶ講座

健康

身体と心を
健やかに
整える講座

きれい

ますます美しく
自分を磨く講座

学ぶ

楽しい体験や
役立つ知識の
講座

1

親子お菓子教室

親子でワイワイ、楽しい、
美味しいお菓子作りを
ICHIEスタッフと一緒に

《講師》ICHIE flower&sweets 村上 淳

《日時》10月21日(火) 16:00～17:00

《会場》下記店舗

《定員》4組(対象/保護者1名に、4歳以上お子様1名のペア)

《持ち物》エプロン、三角巾

お申込は ICHIE flower&sweets
お電話で⇒ TEL.0123-25-5783住 所/恵庭市柏木町3丁目1番6号
営業時間/10:00～19:00
定 休 日/火曜

2

わくわく木工クラフト体験

自然豊かな恵庭の森で採れた、木の
実や小枝など、自然の材料を使った
クラフト体験です。想像力を働かせ
自由に好きなものをつくりましょう。

《講師》フォレストアドベンチャー・恵庭 駒 悟志

《日時》受講者の希望日時に開催予定

《会場》下記店舗 《定員》4名 《教材費》300円



お申込は



QRから⇒

フォレストアドベンチャー・恵庭

住 所/恵庭市西島松275
ルルマップ自然公園
ふれらんど内
営業時間/9:00～17:00
定 休 日/なし

3

お花とビジュで仕上げる
私だけの表札作りやさしく華やぐポーセラーツ
で作るタイルクラフト体験会

《講師》ポーセラーツサロン アトリエ VIOLA 佐藤 薫

《日時》10月18日(土)、25日(土)

①10:00～11:30 ②13:00～14:30

《教材費》材料費+焼成費 2000円

《会場》下記店舗

《定員》各4名(対象/18歳以上の女性)

●10歳以下のお子様の入室はご遠慮させていただきます。
●転写紙は当日、お選びいただけます。
●文字はローマ字のみです。●作品はお一人様1枚です。お申込は ポーセラーツサロン アトリエ VIOLA
お電話で⇒ TEL.090-5955-1925住 所/恵庭市本町95番地
営業時間/10:00～17:00
定 休 日/なし

4

蹄鉄を使った小物作り
ワークショップ役目を終え、捨てられてしまう蹄鉄を
自由な発想でインテリア小物に
生まれ変わらせる内容です。※所要時間
1時間程度

《講師》M's Stable 湊 奈央子

《日時》10月12日(日)、19日(日) 13:00～16:00(※最終受付時間15:00)

《会場》下記店舗 《定員》各5名(対象/小学生以上 ★小さいお子様同伴での参加可)

《教材費》1500円



お申込は

QRから⇒
又は
お電話でM's Stable (エムズステイブル)
TEL.080-4041-3710住 所/恵庭市中央318-1
営業時間/10:00～17:00
定 休 日/火曜

5

初めての日本酒、飲み比べ講座

日本酒ってどんなイメージですか? 「美味しくない」
「悪酔いする」などの良くないイメージがある方、
ぜひ小ばちゃんでご用意する日本酒を味わって
みてください。日本酒の概念が変わります☆

《講師》居酒屋小ばちゃん 恵み野店 富塚 裕一

《日時》10月5日(日)、19日(日) 16:00～16:45

《会場》下記店舗 《定員》各6名(対象/20歳以上)

《教材費》日本酒(4種類程度)+おつまみ代 1000円

お申込は 居酒屋小ばちゃん 恵み野店
お電話で⇒ TEL.0123-36-2266住 所/恵庭市恵み野西1丁目23-10
営業時間/17:00～22:30
定 休 日/月曜

6

和食料理人が伝授!
超基本出汁取り講座コブとカツオそれぞれの旨みを最高に引き
出す出汁の取り方、その2つを掛け合わせた
“合わせ出汁”の取り方と活用方法を教えます。

《講師》居酒屋 根ばけ 勝部 弘一

《日時》10月7日(火)、21日(火) 11:00～12:30 《会場》下記店舗

《定員》各5名 《持ち物》手鍋、出汁の持ち帰り容器 《教材費》1000円



お申込は

居酒屋 根ばけ

お電話で⇒ TEL.0123-33-4038

住 所/恵庭市栄恵町34
営業時間/17:00～24:00
定 休 日/水曜

7

明日から使える耳ツボケア

家でできる耳ツボを刺激するやり方や
最近流行りの『耳ツボジュエリー』を
使ったセルフケアをお伝えします。
むくみや眼精疲労などにアプローチ!

《講師》よねた はり灸治療院 米田 弥生

《日時》10月7日(火)、14日(火)、23日(木)

9:30～10:30

《会場》下記店舗 《定員》各3名 《教材費》500円

お申込は よねた はり灸治療院
お電話で⇒ TEL.0123-66-9110住 所/恵庭市黄金中央1丁目2-11
営業時間/9:30～21:00
定 休 日/日曜、祝日午後

8

今日から実践!! スポーツ後のリカバリー

最高のパフォーマンスのためには、まず疲労回復から!
身体の疲労回復について学び、
自分だけのリカバリールーティンを作りましょう。

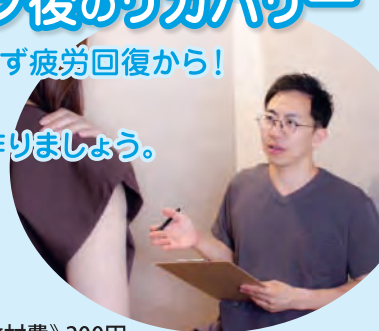
《講師》よねた はり灸治療院 米田 圭佑

《日時》10月 6日(月) 17:00～18:00

18日(土) 9:30～10:30

26日(日) 11:00～12:00

《会場》下記店舗 《定員》各4名(親子参加可) 《教材費》200円



お申込は

よねた はり灸治療院

お電話で⇒ TEL.0123-66-9110

住 所/恵庭市黄金中央1丁目2-11
営業時間/9:30～21:00
定 休 日/日曜、祝日午後

まちゼミはお店の人が講師となり、
プロならではの知識や情報、コツを教えてくれる
少人数制のミニ講座です。※販売・勧誘はありません

◎記載の申し込み受付日より受講受付を行います。(受付開始期日厳守) ◎申し込みは受付時間内にお願いします。(受付初日は電話回線の混雑が予想されます) ◎定員になり次第締め切らせていただきます。但し、講座によっては内容変更や抽選で受付される講座もあります。◎受講対象者が限定されている講座があります。詳細は申し込み時にご確認下さい。◎各講座とも、申し込みの際に持ち物をご確認下さい。◎講座内容によっては材料費がかかります。◎講座会場で他の受講者に対する営業活動や勧誘はご遠慮下さい。

★受講方法は簡単

①ゼミを選ぶ

場所、時間、定員、参加対象
別途教材費の有無等を確認

②開講する
お店に申し込む

各お店情報に記載の
電話やQRコードからどうぞ

③ゼミに参加する

指定の持ち物が
あれば、持参忘れずに

9

運動不足解消!キックボクシング体験

初心者大歓迎!パンチやキックで思い切り
リフレッシュ。楽しみながら体を動かして
健康的にシェイプアップを目指します。

《講師》kickboxing gym SHINYUUKI+ 上野 滋也
《日時》10月1日(水)、8日(水)、15日(水)
22日(水)、29日(水) 15:00~15:50
《会場》下記店舗 《定員》各4名(対象/女性)
《持ち物》動きやすい恰好・タオル・飲み物



お申込は **kickboxing gym SHINYUUKI+**
お電話で➡ TEL.090-6873-1882

住 所/恵庭市黄金北4丁目13-11
営業時間/10:00~21:30
定 休 日/日曜・祝日

10

人生最後のダイエットに しませんか?

50代からでも間に合う
簡単習慣で-10kgを目指す講座

《講師》ダイエットオーキッド 佐藤 薫
《日時》10月4日(土) ①10:00~11:30 ②13:00~14:30
《会場》えにあす 1階5番会議室(恵庭市緑町2丁目1番1号)
《定員》各4名(対象/50歳~60歳代の女性)



お申込は QRから➡ **ダイエットオーキッド**

営業時間/9:00~20:00
定 休 日/なし

11

バレエで学ぶ 正しく綺麗な姿勢

鏡の前でバーを使い、人体模型を用いながら
バレエの基本姿勢を体験。立ち姿がカッコよく
お洋服がステキに着られるようになります。

《講師》中村和子バレエスタジオ 中村 和子
《日時》10月6日(月)、20日(月) 18:00~19:00
《会場》下記店舗 《定員》各日3名(対象/どなたでも) 《持ち物》タオル、飲み物、スマホ



お申込は ↓QRから、又はお電話で
中村和子バレエスタジオ
TEL.090-3018-1793

住 所/恵庭市京町70友保ビル3F
営業時間/
火16:00~22:30 水18:30~20:30 金13:30~21:30
(土)10:00~12:00 (日)10:00~13:00
定 休 日/月曜・木曜

12

素敵に暖かく、ストール・マフラーの結び方

暖かくおしゃれに見える結び方を5通り、楽しみながら
覚えて頂きます。基本のループ巻き、
ミラノ巻きは、冬のおしゃれが
楽しくなること請け合いです。

《講師》プチ・ビジュー 伊藤 富美子
《日時》10月20日(月) 13:30~14:30
《会場》下記店舗 《定員》5名
《持ち物》普段使っているご自分のストール、マフラー、スカーフ



お申込は **プチ・ビジュー**
お電話で➡ TEL.0123-32-3091

住 所/恵庭市緑町1丁目7-12
営業時間/10:00~18:00
定 休 日/毎週火曜・第2水曜(最終火曜営業)

13

不器用さんでも大丈夫! ヘアブローとヘアアイロンのやり方

普段のスタイリングをひと手間で素敵に。不器用な方でも
簡単にできるスタイリング方法をレクチャーします。

《講師》Rise hair 高堰 陽子、伊藤 まみ
《日時》1日(水) 11:00~12:00、9日(木) 13:00~14:00
15日(水) 11:00~12:00、23日(木) 13:00~14:00
《会場》下記店舗 《定員》各2名(対象/40代以上の女性)
《持ち物》いつもお使いのドライヤーやアイロン



お申込は **Rise hair**
お電話で➡ TEL.0123-29-7271

住 所/恵庭市駒場町
2丁目4-17
営業時間/10:00~18:00 定 休 日/土曜・日曜

14

やさしい爪ケア

福祉ネイルの知識を活かし、
爪切り無しで優しく整える爪ケア講座。
指先から美しく笑顔になる
お手伝いを致します。

《講師》coco Leo saron 中村 洋子
《日時》10月7日(火)、14日(火)、21日(火)
9:00~9:40
《会場》下記店舗 《定員》各1名(対象/女性) 《教材費》200円



お申込は **coco Leo saron**
お電話で➡ TEL.080-1871-6506

住 所/恵庭市大町3丁目5番7
営業時間/9:00~16:00
定 休 日/不定休(予約制)

15

野球好き集まれ!!グローブのお手入れ

野球が好きなたちに、より野球を好きになってもらうために
自分が使っているグローブをキレイにかっこよく
使えるようにする、お手入れの仕方の教室です。

《講師》豊栄スポーツ 豊田 耀聖
《日時》10月11日(土)、18日(土)、19日(日)
25日(土)、26日(日) 16:00~18:00
《会場》下記店舗 《定員》各5~6名(対象/野球が好きな方)
《持ち物》ご自分のグローブ、手入れの際に 《教材費》
使うタオル(ヨレヨレのタオルでOKです) 手入れ道具セット 2000円



お申込は **豊栄スポーツ**
お電話で➡ TEL.0123-34-0806

住 所/恵庭市相生町2丁目1-1
営業時間/11:00~18:00
定 休 日/不定休

16

遊んで学べる! 海外ボードゲーム講座

世界で年間千個以上のボードゲームが誕生しています。
その中から自分に合った作品選びを伝授!
ボードゲーム歴30年以上の店長解説付きゲーム体験会です!

《講師》こみゅゲームズつねまるくん 福家 基記
《日時・会場》◎A会場: えにあす 会議室5 ◎B会場: 下記店舗

5日(日) A会場 ①10:30~12:00 ②13:30~15:00	12日(日) B会場 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	13日(祝) B会場 ①10:00~11:30 ②13:30~15:00	19日(日) A会場 ①10:30~12:00 ②13:30~15:00	26日(日) B会場 10:00~11:30
---	--	--	--	---------------------------

《定員》各5名(対象/5歳以上のお子様と保護者、大人も可)



お申込は **こみゅゲームズつねまるくん**
お電話で➡ TEL.090-9527-2947

住 所/恵庭市恵み野西6丁目22-3
営業時間/10:00~20:00
定 休 日/日曜・祝日

17

算数や計算を楽しく学んで 苦手意識をなくそう！

恵庭で40年間進学塾を経営してきた中で、中学校に入学してから授業についていけない生徒も多く見られました。算数や数字を苦手としないためのコツなどを、簡単な練習やゲームと一緒に学びましょう。

《講師》北友学習会 笹森 勇

《日時》10月22日(水) 15:00~16:00 《会場》下記店舗

《定員》各5名(対象/小学生と保護者の方) 《持ち物》筆記用具



お申込は

北友学習会
お電話で➡ TEL.0123-34-5328

住 所/恵庭市本町163番地
営業時間/13:00~18:00
定 休 日/日曜、祝日

18

ふれあい牧場体験

牧場で馬やヤギ、犬たちとふれあいながら
えさやりやブラッシング、お散歩を体験。
自然の中で動物とふれあえる牧場体験です。

《講師》M's Stable 湊 譲

《日時》10月12日(日)、19日(日) 10:00~12:00

《会場》下記店舗 《定員》各10名(対象/小学生以上 ★親子での参加も歓迎です)

《持ち物》軍手、長ぐつ、汚れてもよい服装 《教材費》500円

※雨天・荒天時は中止

当日雨が降ってなくても馬場の状態が悪くて実施が難しい場合もあります。
中止のご連絡は、前日の夕方以降に個別でさせていただきます。



お申込は

QRから➡
又は
お電話で



M's Stable (エムズ スティブル)
TEL.080-4041-3710
(担当みなと)

住 所/恵庭市中央318-1
営業時間/10:00~17:00
定 休 日/火曜

19

焚火を楽しむアウトドア体験！

実は簡単にできる
焚火のおこし方をレクチャーします。
おこした焚火で焼きマシュマロも！
親子で焚火を楽しみ、アウトドアを
体験してみませんか？

《講師》キャンパーズエリア恵庭 TCS Village 高橋 将大

《日時》10月4日(土) 14:00~15:00

《会場》下記店舗 《定員》2組(対象/親子<小学4年生以上>) 《教材費》500円



お申込は

キャンパーズエリア恵庭 TCS Village
お電話で➡ TEL.090-8273-7937

住 所/恵庭市盤尻307-1
営業時間/11:00~18:00
定 休 日/日曜、祝日

20

もめない相続のための生前対策入門

家族が安心して暮らせるように。
相続でもめない生前対策の基本を、
やさしく解説します。ぜひ、この機会
に学んでおきませんか？

《講師》盛直樹行政書士事務所 盛 直樹

《日時》10月23日(木) 14:00~15:00

《会場》えにあす 会議室4(恵庭市緑町2丁目1番1号)

《定員》10名

相続のことならお任せ



● 行政書士
盛 直樹
恵庭市在住
43歳

基本を
やさしく
解説します

お申込は

盛直樹行政書士事務所
お電話で➡ TEL.090-6440-1458

住 所/恵庭市幸町2丁目10番2号
営業時間/10:00~19:00
定 休 日/なし

21

相続について 知ってほしいこと

相続について、どのような手続きが必要か
税金はいくらかかるのか、わかりやすく説明します

《講師》前田泰則税理士事務所 前田 泰則

《日時》10月26日(日) 10:00~12:00

《会場》えにあす(恵庭市緑町2丁目1番1号) 《定員》20名



お申込は

QRから➡
又はお電話で



前田泰則税理士事務所
TEL.011-398-6270

住 所/札幌市清田区平岡1条1丁目7-1
長岡ビル
営業時間/9:00~17:00
定 休 日/土曜・日曜・祝日

22

初めての！積立投資まるわかり講座

進学費用のため、老後生活資金のためなど
人生設計に役立つ積立投資。まずは知りたい！
という方向けの積立投資まるわかり講座です！

《講師》アクサ生命保険株式会社 恵庭分室 相馬 伸太郎

《日時》10月8日(水)、14日(火)、24日(金)

13:00~14:00 《会場》下記店舗

《定員》各3名(対象/18歳以上)



お申込は

QRから➡
又は
お電話で



アクサ生命保険株式会社 恵庭分室
TEL.0123-32-2694

住 所/恵庭市京町80番地
恵庭商工会議所会館
営業時間/9:15~17:00
定 休 日/土曜・日曜・祝日

2025年 10月 開講日カレンダー

つくろ 食べる 飲む 健康 きれい 学ぶ
ものの作りの楽しさ
コツ学ぶ講座
食を味わい
食を学ぶ講座
身体と心を健やかに
整える講座
ますます美しく
自分を磨く講座
楽しい体験や
役立つ知識の講座

日	月	火
5日 16 海外ボードゲーム講座 5 日本酒飲み比べ講座	6日 8 スポーツ後のリカバリー 11 パレエで学ぶ正しく綺麗な姿勢	7日 7 耳ツボケア 14 やさしい爪ケア 6 超基本出汁取り講座
12日 16 海外ボードゲーム講座 18 ふれあい牧場体験 4 蹄鉄を使った小物作り	13日 スポーツの日 16 海外ボードゲーム講座	14日 22 積立投資まるわかり講座 7 耳ツボケア 14 やさしい爪ケア
19日 16 海外ボードゲーム講座 18 ふれあい牧場体験 15 野球グローブのお手入れ 5 日本酒飲み比べ講座 4 蹄鉄を使った小物作り	20日 12 ストール・マフラーの結び方 11 パレエで学ぶ正しく綺麗な姿勢	21日 1 親子お菓子教室 14 やさしい爪ケア 6 超基本出汁取り講座
26日 21 相続について知ってほしいこと 16 海外ボードゲーム講座 15 野球グローブのお手入れ 8 スポーツ後のリカバリー	27日	28日

水	木	金	土
1日 9 キックボクシング体験 13 ヘアブローとヘアアイロンのやり方	2日	3日	4日 10 人生最後のダイエット 19 焚火を楽しむアウトドア体験！
8日 9 キックボクシング体験 22 積立投資まるわかり講座	9日 13 ヘアブローとヘアアイロンのやり方	10日	11日 15 野球グローブのお手入れ
15日 9 キックボクシング体験 13 ヘアブローとヘアアイロンのやり方	16日	17日	18日 3 お花とビジュで表札作り 15 野球グローブのお手入れ 8 スポーツ後のリカバリー
22日 9 キックボクシング体験 17 算数や計算を楽しく	23日 13 ヘアブローとヘアアイロンのやり方 20 相続のための生前対策入門 7 耳ツボケア	24日 22 積立投資まるわかり講座	25日 3 お花とビジュで表札作り 15 野球グローブのお手入れ
29日 9 キックボクシング体験	30日	31日	2 木工クラフト体験 期間中、ご希望に合わせ いつでも開講可