主催:亀山商工会議所　後援:亀山市

第14回 亀山まちゼミ

得する街のゼミナール

2026/6月20日(土)～7月20日(月・祝)

〈受付開始〉6月13日(土)～

※受付開始日前のお申込はできません。また、申込時に人数制限がある場合があります。

亀山まちゼミ公式SNS

★各講座の空き状況や追加開催情報、会場地図を掲載!!
★お好きなSNSで「亀山まちゼミ」をチェック!

Facebook　Instagram　LINE

受講料無料!!

★亀山まちゼミは市外の方もご参加いただけます。
★講座によって材料費がかかるものがあります。

●材料費は原則として講座当日に会場で徴収いたします。
●お申込後のキャンセルは材料費を頂戴する場合がございます。

お申込みは各店へ!!

●定員になり次第締め切らせていただきます。
●お申込みは、明記されている受付時間内にお願いいたします。
●講座の申込み初日は、申込みが集中し電話に出られない場合があります。
●チラシに掲載する日時以外でも開催日程を追加する場合があります。
●小学生以下は保護者同伴でお願いいたします。

★「まちゼミの申込みです」とお電話ください。

「まちゼミ」カレンダー

定休日を除く、まちゼミ開催期間中、随時受付	4 ヘアースタジオ スエザキ
まちゼミ期間中の毎週土曜日(6/20、27、7/4、11、18)	3 テニスラウンジ亀山
まちゼミ期間中の毎週水曜日(6/24、7/1、8、15)	19 おもちゃのナカヤ
6/20土	17 サラダ館 亀山東店　25 山形屋酒店
21日	15 パソコン教室 フロント
22月	7 マイトレーヤー　11 アオサービス
23火	12 清芳園 亀山エコー店　21 小林ファーム
24水	9 あすなろ補聴器　16 田中佛檀店　23 ほけんの110番(亀山エコータウン店)
25木	7 マイトレーヤー　11 アオサービス　13 會津屋　22 小林ファーム
26金	8 マイトレーヤー　13 會津屋　25 山形屋酒店
27土	5 メナード みずほ台店　10 ナリッシュ　11 アオサービス　23 ほけんの110番(亀山エコータウン店)
28日	2 ナリッシュ　7 マイトレーヤー　15 パソコン教室 フロント　20 生甘堂　23 ほけんの110番(亀山エコータウン店)
29月	24 田中佛檀店
30火	1 あすなろ補聴器　7 マイトレーヤー　12 清芳園 亀山エコー店　21 小林ファーム
7/1水	9 あすなろ補聴器　25 山形屋酒店
2木	5 メナード みずほ台店　8 マイトレーヤー　22 小林ファーム
3金	14 會津屋
4土	6 和らぎ治療院　18 サラダ館 亀山東店　21 小林ファーム
5日	18 サラダ館 亀山東店　20 生甘堂
6月	
7火	12 清芳園 亀山エコー店　25 山形屋酒店
8水	
9木	1 あすなろ補聴器　7 マイトレーヤー
10金	14 會津屋
11土	5 メナード みずほ台店
12日	6 和らぎ治療院　8 マイトレーヤー　15 パソコン教室 フロント
13月	25 山形屋酒店
14火	1 あすなろ補聴器　7 マイトレーヤー
15水	26 さかきや葬祭
16木	5 メナード みずほ台店
17金	8 マイトレーヤー
18土	18 サラダ館 亀山東店
19日	15 パソコン教室 フロント　18 サラダ館 亀山東店　20 生甘堂
20月・祝	19 おもちゃのナカヤ

全26講座

今回も皆さまとお会いできるのを楽しみにしております!!

講座紹介の2次元コードから各店舗のHPやSNSをチェック!!

各講座が内容によって色分けで分類されています。気になる講座のお店にお電話ください。

いちど ためす　体の きれい　身に つける　楽しく つくる　聞いて まなぶ

1 覗いてみませんか? 補聴器の世界!

6月30日(火)
7月 9日(木)・14日(火)
※時間は各日10:00～11:00

一円玉ほどの小さい補聴器やイヤホンのように見える最新機種も世界中の補聴器を見比べながら実際の"聞こえ"も体験できます。

●会場:お店で　●定員:各回3人または2組

あすなろ補聴器 亀山店　講師:高橋 妙子 寺本 奈穂美
栄町1488-338　TEL.83-4338
受付時間:9:30～17:00　定休:水曜・日曜

2 ロボット草刈機を体験しよう!

6月28日(日) 13:30～14:30

ロボットが自動で草を刈ってくれます。ロボットがどうやって動くのか簡単に説明させていただき、実際に動かして草を刈らせてみましょう!
見ているだけでも楽しいです!

●会場:お店で
●定員:各回4人
●持ち物:汚れても良い服装

ナリッシュ　講師: 小野 壮大
辺法寺町231　TEL.85-0519
受付時間:8:00～17:30　定休:火曜

3 テニスに挑戦！

開催期間中の毎週土曜日
※時間は各日17:30～18:30

テニスに挑戦してみましょう！
はじめてでもご安心ください。
楽しくラケットとボールに
慣れていきましょう！

●会場：お店で　●持ち物：飲み物
●定員：各回3人または2組
［小学生以上］※お子様のみでも可

テニスラウンジ亀山　講師：入江 宜樹
長明寺町747-1　TEL.82-8881
受付時間：9：30～20：00　定休：月曜

4 さらば！濃いヒゲ・青ヒゲ!!

6月20日（土）～7月20日（月）
の定休日を除く期間中、随時受付
※時間は要相談 8:00～20:00

青髭・体毛のお悩み解消！
光脱毛の仕組みを説明します。
気になる部位を無料で
お試し照射します。

●会場：お店で
●定員：各回1人または1組　［男性限定］

ヘアースタジオ スエザキ　講師：末﨑　博
川崎町2413-7　TEL.85-0130
受付時間：9：00～19：00　定休：月曜・火曜

5 ビューティスタートレッスン会 &メイクアドバイス　初参加

6月27日（土）・7月2日（木）
7月11日（土）・16日（木）
※時間は各日15:00～16:30

メナードのエステを見学していただけます！お肌が綺麗になる秘訣もお伝えします。夏のトレンドメイクや美眉になるアドバイスも致します。

●会場：お店で　●定員：各回4人
●持ち物：マスク　［女性限定/20歳以上］

メナード みずほ台店　講師：小川 宏美
みずほ台1119-37　TEL.82-5478
受付時間：14：00～17：30　定休：火曜

6 棒を使った体操とヒーリング 体験で身体を整えませんか？

7月 4日（土）14:30～
7月12日（日）13:00～

以下のお悩みをお持ちの方に
肩凝り、腰痛、自律神経の乱れ
コロナ後遺症、疲れやすい
もっと元気になりたい！

●会場：東野公園体育館内会議室（川合町1286-49）
●定員：各回6人　●持ち物：汗拭きタオル
飲み水（冷たくないもの）
※電話に出られない時は留守番電話にお名前と
まちゼミ希望とメッセージを入れてください。

鍼灸マッサージ・周波数治療 **和らぎ治療院**　講師：清野 和江
和田町1285-24　TEL.090-1977-7350
受付時間：7：00～8：00　定休：火曜・金曜

7 顔をスッキリ若見え体験!!

6月22日（月）・28日（日）・30日（火）
7月14日（火）※各日10:00～11:00
6月25日（木）・7月 9日（木）
※各日14:00～15:00

顔のツボとリンパでたるみやむくみを整え、すっきり若々しい印象へ。その場で変化を体感！人気のセルフケア伝えます。

●会場：お店で
●定員：各回4人　6月14日(日) より受付開始

マイトレーヤー　講師：山中 ひろみ
川合町1197-50　TEL.96-8370
受付時間：10：00～19：00　定休：不定休

8 ハリつや肌。炭酸体験！

6月26日（金）・7月12日（日）
7月17日（金）※各日10:00～11:00
7月 2日（木）14:00～15:00

話題の高濃度炭酸パックで、ハリ・つや・引き締まりを同時に体感。肌がキュッと整い、メリハリのある印象になる感動体験。

●会場：お店で
●定員：各回4人　6月14日(日) より受付開始

マイトレーヤー　講師：山中 ひろみ
川合町1197-50　TEL.96-8370
受付時間：10：00～19：00　定休：不定休

9 下半身から整える！ 血流改善エクササイズ

6月24日（水）・7月 1日（水）
※時間は各日10:00～11:00

血流改善のポイントは下半身！
ふくらはぎ・太もも・肩甲骨を
動かし、肩こり・腰痛をやさしく
ケア。

●会場：お店で
●定員：各回6人または3組
●持ち物：水・タオル

あすなろ補聴器 亀山店　講師：小林 あや
栄町1488-338　TEL.83-4338
受付時間：9：30～17：00　定休：水曜・日曜

10 草刈機・チェンソーの 簡単メンテ！

6月27日（土）13:30～14:30

はじめての方、大歓迎！
草刈機・チェンソー等を自分
でメンテしてみましょう。

●会場：お店で　●定員：各回4人
●持ち物：草刈機又はチェンソー、軍手
※汚れても良い服装

ナリッシュ　講師：小野 壮大
辺法寺町231　TEL.85-0519
受付時間：8：00～17：30　定休：火曜

11 かんたん♪ 愛車のアンチエイジング

6月22日（月）　9:30～10:30
6月25日（木）　9:30～10:30
6月27日（土）　11:00～12:00

お車をいつまでも快調に走らせるために5分で出来る簡単な点検をお教えします。

●会場：お店で
●定員：各回5人または3組

アオサービス　講師：青　直樹
加太向井2348-1　TEL.98-0606
受付時間：9：00～17：00　定休：日曜

12 新発見！ こんなお茶の飲み方あり？

6月23日（火）・30日（火）
7月 7日（火）
※時間は各日13:00～14:00

ほうじ茶に合う組み合わせは？
茎茶に合うのは？
絶品の冷茶の飲み方

●会場：お店で
●定員：各回5人または3組

清芳園 亀山エコー店　講師：桜井 恵子
東御幸町222 亀山エコータウン1F　TEL.83-2810
受付時間：10：00～18：00　定休：木曜・不定休

13 オリジナル カレースパイスを作ろう

6月25日（木）・26日（金）
※時間は各日14:00～16:00

スパイスの効能を知り、好きなスパイスをまぜて自分だけのオリジナルカレースパイスを作ろう。

●会場：お店で　●定員：各回6人
●材料費：1,000円　［20歳以上］
●持ち物：三角巾・エプロン・筆記用具

會津屋　講師：山口 ゆかり
関町新所1771-1　TEL.96-0995
受付時間：15：00～17：00　定休：月曜・火曜

14 オリジナル 食べるラー油作り

7月 3日（金）・10日（金）
※時間は各日14:00～16:00

自分で作る『食べるラー油』は辛くないものが作れます。

●会場：お店で　●定員：各回6人
●材料費：1,000円　［20歳以上］
●持ち物：三角巾・エプロン・筆記用具

會津屋　講師：山口 ゆかり
関町新所1771-1　TEL.96-0995
受付時間：15：00～17：00　定休：月曜・火曜

15 自分で動かせ！デジタル工作体験♪

6月21日（日）・28日（日）
7月12日（日）・19日（日）
※時間は各日10:00～11:00

人の動き、音、光を読み取るセンサーを使ってプログラミング体験！
モノが動く仕組みを学んで自分の手で機械や音を操ってみよう！

●会場：お店で
●定員：各回4人または4組
［小中学生］（親子参加OK）

パソコン教室 フロント　講師：青　和幸
みずほ台14-292 シリウス29-Ⅱ-104　TEL.86-5754
受付時間：10：00～20：30　定休：日曜・月曜

16 自分だけの オリジナル匂ひ袋作り

6月24日（水）
10:00～11:30（初めての方優先）
14:00～15:30（リピーター向け）

お香の原料を自由にブレンド！
自分だけの香りの匂ひ袋を
作って癒されましょう。
お香の歴史も学べます！

●会場：お店で　●定員：各回5人
●材料費：400円　［女性限定］

田中佛檀店　講師：田中 優希
栄町萩野1488-280　TEL.82-0282
受付時間：9：30～18：00　定休：木曜

17 折り紙で本物そっくりのバラの花と かわいいポチ袋を作ろう

6月20日（土）　11:00～12:00

店頭ディスプレイで大人気だった
折り紙で作るバラの花の作り方
知りたくないですか??
おまけでかわいいポチ袋も作って
みましょう。
親子での参加も大歓迎です♡

●会場：お店で　●定員：各回5人
●材料費：100円

サラダ館 亀山東店　講師：坂本　綾
高塚町3-4　TEL.82-1074
受付時間：10：00～18：00　定休：木曜

18 推しのカラーで世界に1つだけの キーホルダー作り

7月 4日（土）14:00～15:00
7月 5日（日）・18日（土）
19日（日）※時間は各日
11:00～12:00、14:00～15:00

キーホルダーじゃなくてもボールペン・シャープペンシルでも作れます。
自分だけのキラキラでテンション♪♪

●会場：お店で　●定員：各回5人
●材料費：500円

サラダ館 亀山東店　講師：石井 美佳子
高塚町3-4　TEL.82-1074
受付時間：10：00～18：00　定休：木曜

19 孫悟空プラモデル組立体験会

7月20日（月・祝）
※時間は各日10:00～/13:00～/15:00～
開催期間中の毎週水曜/16:00～

孫悟空体験版プラモデルを組み立てよう。工具や接着剤、塗装は不要で、初めての方でも楽しく作ることができます。

●会場：お店で　●定員：各回4人
［中学生以下］※未就学児は保護者同伴

おもちゃのナカヤ　講師：酒井　健
東町2-1-11　TEL.82-0561
受付時間：9：00～19：30　定休：木曜

20 亀山のソウルフード！ いばら餅を作ってみよう！

6月28日（日）
7月 5日（日）・19日（日）
※時間は各日14:00～15:00

混ぜて蒸したら出来上がり！？
簡単な作業でいばら餅を作ってみよう！

●会場：お店で　●定員：各回6人または5組
●材料費：600円　●持ち物：三角巾・エプロン

生 甘 堂　講師：伊藤 正博
中庄町714-10　TEL.82-1011
受付時間：9：00～18：00　定休：月曜・火曜

21 今日からお家の定番に “薬味たっぷり冷しゃぶサラダ”

6月23日（火）・30日（火）
7月 4日（土）※時間は各日
11:00～12:00

暑い夏に作って簡単のお助け
メニューです。
冷しゃぶの美味しくいただく
ポイントもお伝えします。

●会場：お店で　●材料費：500円
●定員：各回6人　●持ち物：エプロン・
手拭きタオル・三角巾

小林ファーム　講師：小林 陽子
両尾町2037　TEL.85-1888
受付時間：9：00～16：00　定休：月曜

22 食べて学んで豚肉博士に！ ～焼肉編～

6月25日（木）・7月 2日（木）
※時間は各日10:30～11:30

小林ファームの豚肉を食べながら豚肉についての知識を学びます。
今回は様々な部位の焼肉を食べて特徴を知りましょう。

●会場：お店で　●定員：各回6人
●材料費：500円

小林ファーム　講師：小林 勝太
両尾町2037　TEL.85-1888
受付時間：9：00～16：00　定休：月曜

23 資産形成の始め方～超入門編～

6月24日（水）・27日（土）
28日（日）※時間は各日
13:30～15:00

NISA、iDeCoなどの資産形成。
何から手をつけたらいいか分からない人向け。
今日から始められるよう、懇切丁寧に教えます！

●会場：お店で　●定員：各回4人
［15歳未満は保護者同伴］

ほけんの110番［亀山エコータウン店］　講師：伊東 照美　細川 大介
東御幸町222 亀山エコータウン2F　TEL.96-8836
受付時間：10：00～19：00　定休：エコー本館休業日

24 お盆前に! お仏壇掃除と飾り方講座

6月29日（月）　10:00～11:00
14:00～15:00

大切なお盆。
お仏壇のお掃除のコツと、宗派別の正しい飾り方を仏事コーディネーターが伝授します。

●会場：お店で　●定員：各回5人

田中佛檀店　講師：田中 克彦
栄町萩野1488-280　TEL.82-0282
受付時間：9：30～18：00　定休：木曜

25 酒屋が作る 香る濃厚酒粕プリン

6月20日（土）・26日（金）
7月 1日（水）・7日（火）・13日（月）
※時間は各日11:00～12:00

芳醇な酒粕の香りを感じる酒粕プリンの作り方を学び試食していただきます。
酒粕100gプレゼントします。

●会場：お店で　●定員：各回5人
●材料費：300円

山形屋酒店　講師：伊藤 浩之
東丸町527　TEL.82-0207
受付時間：9：00～19：00　定休：木曜・日曜

26 家族葬のメリットと デメリットを知ろう！

7月15日（水）14:00～15:00

最近増えてきた家族葬、
失敗しないためにメリット
とデメリットを知っておきま
せんか？

●会場：しらゆり家族葬会館
●定員：各回5人　●持ち物：筆記用具

さかきや葬祭　講師：石井 美佳子
東町1-6-5　TEL.82-0254
受付時間：10：00～17：00