

11月「まちゼミ」スケジュールカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1 第8回日向まちゼミ スタート!	2 3 17	3 8 17 19	4 2 14 21 24 26	5 6	6 14 19	7 16 19 22
8	9 3	10 2 4 5 10 21	11 15 26	12	13 19	14 8 9 16 19 25
15 7 12 19	16 14	17 7 18	18 4 7 14 15 24 27	19	20 6 19 23	21 11 13 16 17 19
22 11 19	23 3 24	24	25 15 20 27	26 20	27 1 19	28 13 16 19
29 19	30 第8回日向まちゼミ 終了!					

まちゼミ会場マップ



健康	つくる	学ぶ	きれい	たべる
1 だいずしむ	15 日向市市街地整備課			
2 AYA-HIMUCA	16 couchou(シュシュ)不動産			
3 足もみ庵 空	17 フジヤカメラ			
4 腸活サロン Luonto Plus	18 こども遊センター			
5 すばる・薬房	19 ボードゲームショップたなか			
6 eco de eco	20 株式会社梅田制作			
7 malva	21 株式会社梅田制作			
8 松屋ネーム	22 日向歯科診療所			
9 藤屋印刷株式会社	23 えこのは			
10 HRC plus	24 クールカレアン日向店			
11 日向茶業有限会社	25 化粧品品の玉乃屋			
12 日向市立図書館	26 ふるさと味工房			
13 花のたかはし	27 ふるさと味工房			
14 日向市都市政策課				



開催期間：2026年11月1日(日)～11月30日(日)

～知って得するプロの知識や技を学び、体験できる!～

得する街のゼミナール！全27講座！



参加者募集!
10/24
受付開始



「まちゼミ」って何？
まちゼミとは、お店の方が講師となって、プロならではの「知識」や「コツ」を無料で、お客様にお教える少人数のミニ講座です。

日向まちゼミはじまります!

特典1 まちゼミ参加者に

オリジナルボールペンプレゼント

特典2 まちゼミ参加者に

学生証(スタンプカード)配布

お申込みから受講まで
(10/24(土)より受付スタート)

安心して受講して頂く為に
お店からの販売・勧誘は
ありません。

①受講したい講座を
選ぶ!

●チラシに記載されて
いる講座内容をご覧
下さい。

②受講したい講座が
決まったらお店に電話!

●各店に「まちゼミの申
込み」と伝えて下さい。

※詳細は各店にお尋ね下さい。

③受講予約したら
当日は遅れないように!

●時間に遅れないよう、
持ち物等忘れない
ようにして下さい。

※キャンセル等は早めに連絡を!

受講料無料

- 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、当日会場で徴収致します。
- お申し込み後のキャンセルは材料費を頂戴する場合があります。あらかじめご了承ください。



申込は各店へ

- 定員に達し次第、締め切らせて頂きます。
- お申し込みは各店舗の受付時間内をお願いします。
- 受講対象者が限定されている講座がありますのでご確認ください。
- 小学生以下の方は保護者同伴で参加をお願いします。

◆主催：日向まちゼミの会
◆後援：日向市・日向商工会議所
◆「まちゼミ」に関するお問い合わせ：
日向商工会議所 TEL0982-52-5131

f 「日向まちゼミの会」で検索



日向まちゼミ
LINE公式アカウント



この事業は、日向市市民まちづくり支援事業の助成を受けております。

10/24㊦より受付スタート▶お申し込みは各店へ

「まちゼミの申込です」とお電話下さい。※各店の受付時間内をお願いします。

講座は全部で27講座、5つの種類に分かれていて、色でどのジャンルの講座か区別しています。

健康

からだや健康についての講座です。

つくる

作ったり体験する講座です。

学ぶ

知識や知恵を学ぶ講座です。

きれい

美容・キレイを追求する講座です。

たべる

飲食に関する講座です。



1 日本一2連覇のオーナーが伝えるダイエット術

ダイエットで悩んでいる方必見!! 日本一の体を作り上げたオーナーが伝えるダイエット術!! お気軽にお試しください。



11/27㊦
19:30~20:30

- 会場 だいずいむ
- 対象 どなたでも
- 持ち物 動きやすい服装
- 材料費 なし
- 定員 10名
- 講師 繁村太輔

事業所 だいずいむ
日向市都町13-1 定休日:なし(Noスタッフday有)
申込 ☎090-7387-3935 (受付)9:00~19:00

4 夫婦ともに体重10kg減! プチ腸活講座

「腸活でやせたの?」「慢性副鼻腔炎や生理痛、子供のせんそくも!」聞いたよかった!と喜んでもらえる講座です。



11/10㊦ 10:00~12:00
11/18㊦ 10:00~12:00

- 会場 腸活サロンLuonto Plus
- 対象 ダイエットや腸活に興味のある方
- 持ち物 なし ■材料費 なし
- 定員 2名または1組
- 講師 中本美穂子

事業所 腸活サロン Luonto Plus
門川町城ヶ丘5-4 定休日:土曜日・日曜日・祝日
申込 ☎080-5258-5462 (受付)10:00~17:00

7 室内で育てる「観葉植物の苔玉作り」

室内で楽しめる植物を使って、土と苔で包んでつくる苔玉。大人も子どもも夢中になる土遊びです。



11/15㊦・11/17㊦
11/18㊦
10:00~11:00

- 会場 malva
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 2,000円(植物、苔、土代)
- 定員 5名
- 講師 矢野菜月

事業所 malva
日向市原町2-1-16 定休日:木曜日
申込 ☎0982-95-6211 (受付)11:30~18:00

10 シルクを染めてスカーフを作ろう

裁縫が苦手な方でも大丈夫!! 着物の裏地(正絹)を好きな色に染めてスカーフを作りましょう。



11/10㊦ 10:00~12:00

- 会場 HRC plus
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 300円
- 定員 6名
- 講師 那須寿美子

事業所 HRC plus
日向市上町1丁目13番地 定休日:土曜日・日曜日・祝日
申込 ☎0982-55-7005 (受付)9:00~15:00

2 健診が気になる40代からの薬草×食生活改革

「神草」と呼ばれる宮崎特産薬草ヒュウカトウキ。健康の常識、実はそこじゃない? 減らす? 増やす? 40代から知っておきたい、食べ方と健康の新常識。



11/1㊦・11/4㊦・11/10㊦
10:00~11:00

- 会場 AYA-HIMUCA
- 対象 健康結果・体調が気になる方
なるべく薬に頼らず健康を登りたい方
5年後も健康で若々しいたい方
- 持ち物 筆記用具
- 材料費 なし(クーポン券付き!)
- 定員 4名
- 講師 黒木さゆり

事業所 AYA-HIMUCA
日向市原町4-127 定休日:土曜日・日曜日・祝日
申込 ☎0982-60-3588 (受付)9:00~15:00

5 目に見えない自律神経、数値で、のぞいてみませんか?

最先端の血圧・血流測定で、ストレス度、リラックス度、メンタル状態を数値化! ご自身の状態を知り、健康的な生活リズムを見直すきっかけに。



11/10㊦ 10:00~15:00

- 所要時間は約30分です。
ご希望の時間をご予約下さい。
- 会場 すばる・薬房
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし ■材料費 なし
- 定員 10名(1名ずつの施術+カウンセリング)
- 講師 山口邦子

事業所 すばる・薬房
日向市上町9-3 定休日:日曜日・祝日
申込 ☎0982-66-7835 (受付)12:00~15:00

8 簡単!オリジナルバック作り

好きなワッペンやシールを選んでもらい、トートバックに配置してプレス機で圧着します。自分だけのオリジナルバックを作ってみませんか?

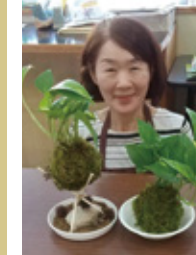


11/3㊦ 10:00~11:30
14:00~15:30
11/14㊦ 10:00~11:30

- 会場 松屋ネーム
- 対象 小学生未満は保護者同伴
- 持ち物 なし ■材料費 1,000円
- 定員 3名または2組
- 講師 松木琢磨

事業所 松屋ネーム
日向市春原町1丁目11-4 定休日:日曜日・祝日
申込 ☎0982-53-5383 (受付)10:00~16:30

11 店主と一緒に作るあなただけの苔玉作り講座



8回目のゼミは、お茶から離れて店主の趣味でもある一年を通して緑色の丸い形の苔玉作りで、秋のひとときを楽しみたいと思います。早く終わればティータイムを。

11/21㊦・22㊦

- 10:00~11:30
- 会場 日向茶業
- 材料費 500円
- 対象 どなたでも
- 定員 5名または2組
- 持ち物 なし
- 講師 豊岐優子

事業所 日向茶業
日向市南町7241 定休日:無し
申込 ☎0982-52-2541 (受付)9:00~17:00

3 足もみ×エステでキレイをつくるひと時を…

キレイの秘訣は足元にあった。足裏の反射区を刺激して血流をよくした後、基本のエステで整えます。また、キレイをつくる食のお話しも…。



11/2㊦・11/9㊦
11/23㊦ 10:30~12:00

- 会場 足もみ庵 空
- 対象 どなたでも
- 持ち物 メイク道具(お帰りの際)
- 材料費 なし
- 定員 2名
- 講師 植木親子

事業所 足もみ庵 空
日向市知屋古田町62-9 定休日:火曜日・水曜日・木曜日
申込 ☎090-2084-7049 (受付)9:00~20:00

6 あなたの健康のために体験を! —CS60—

指圧代用器「CS60」を用いて、体の気になる部位のこりをほぐします。当店でも気持ち良いと評判です! 一度、体験してみませんか? 約20分の施術です。希望の時間をご指定ください。



11/5㊦・11/20㊦
10:00~18:00

- 会場 eco de eco
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 2,300円(施術、コーヒー付)
- 定員 1名~(御予約優先)
- 講師 葉じゅんこ (叶葉 CS60)

事業所 eco de eco
日向市春原町1-83-2 定休日:日曜日・月曜日・火曜日・祝日
申込 ☎080-2007-0662 (受付)10:00~17:30 (※水、木、金、土曜日)

9 自分だけのオリジナルステッカーづくり



自分で描いたイラストや好きな画像を使ってステッカーに。印刷会社ならではの機械を使って、ものづくりを楽しもう!

11/14㊦ 13:00~14:00

- 会場 藤屋印刷
- 対象 どなたでも
- 持ち物 ステッカーにしたい画像や写真など
- 材料費 なし
- 定員 2組
- 講師 松本・杉尾

事業所 藤屋印刷
宮崎県日向市本町7-15 定休日:定休日は社用カレンダー通りです
申込 ☎0982-52-7171 (受付)8:30~17:00

12 図書館ミステリーツアー&マイバッグ作り

図書館の普段は入れない場所を探索、自分の生まれた日の新聞や昔の住宅地図が見られます。布バッグにスタンプを押して図書館マイバッグも作ります。



11/15㊦ 10:00~12:00
14:00~16:00

- 会場 日向市立図書館
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 300円(布/バッグ代)
- 定員 各5名
- 講師 日向市立図書館

事業所 日向市立図書館
日向市春原町1丁目47番地 定休日:毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日以降の最初の平日)
申込 ☎0982-54-1919 (受付)9:00~19:00

13 かんたんスワッグ作り

ドライフラワー・生花を使った簡単できれいで、長持ちするスワッグを作りましょう。



11/21㊦・11/28㊦
10:00~11:00

- 会場 花のたかはし
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 2,000円(ドライフラワー・生花)
- 定員 6名
- 講師 高橋由典

事業所 花のたかはし
日向市本町14-17 定休日:なし
申込 ☎0982-52-3615 (受付)9:00~19:00

16 売る前に知って安心! 不動産売却のキホン

売る前に知っておきたい不動産売却のポイントを、資料をもとに分かりやすく解説。希望者には机上査定も可能です。



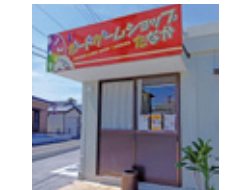
11/7㊦・11/14㊦
11/21㊦・11/28㊦
10:00~11:00

- 会場 chouchou不動産
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 なし
- 定員 4名または2組
- 講師 小西あり

事業所 chouchou(シュシュ)不動産
日向市春原町2丁目20リナースビル1 102 定休日:日曜日・祝日
申込 ☎0982-60-1580 (受付)8:30~18:00

19 ボードゲームで脳トレ!

ボードゲームは老若男女に大人気! 頭を使うので脳トレに最適です。お一人でもお友達同士やご家族でも大歓迎なので、皆さん一緒に楽しみましょう。



11月8日㊦・23日㊦
以外の金土日祝
10:30~12:00

- 会場 ボードゲームショップたなか
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 なし
- 定員 8名
- 講師 田中真悟、田中京子

事業所 ボードゲームショップたなか
日向市財光寺902-1 定休日:月曜日~木曜日
申込 ☎0982-95-0118 (受付)10:30~18:00

22 認知症カフェ

認知症を予防したい方、認知症介護に関わっている方や当の本人様も、とにかく認知症について知りたい全ての方へ、より理解を深めて頂きつつ質問やおしゃべりで、楽しいカフェタイムを過ごしましょう!!



11/7㊦ 10:30~11:30

- 会場 日向歯科診療所
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし(お土産付き!)
- 材料費 なし
- 定員 10名程度
- 講師 和田裕子

事業所 日向歯科診療所
日向市南町31番地 定休日:土曜日・日曜日
申込 ☎080-7986-1008 (受付)8:30~17:30

25 眉迷子さん集合!!

眉とポイントメイクが自分に合っているのか、わからない方。出来るように丁寧に指導いたします。



11/14㊦
(午前)10:30~11:30(4名)
(午後)14:00~15:00(4名)

- 会場 化粧品店の玉乃屋
- 対象 18歳以上
- 持ち物 なし
- 材料費 なし
- 定員 午前、午後 各4名
- 講師 堀川陽子・平岡なぎさ・椎葉有加

事業所 化粧品の玉乃屋
日向市上町1丁目35番地 定休日:日曜日
申込 ☎0982-52-3072 (受付)10:00~18:00

14 のる一と日向登録サポート会

経路が自由な便利なバス「のる一と日向」。スマホを使うとさらに便利。使い方を丁寧にサポートします。来場者にはお得な電子クーポンがあります。



11/4㊦・11/6㊦
11/16㊦・11/18㊦
13:30~15:00

- 会場 日向商工会館ホールA,B
- 対象 どなたでも
- 持ち物 スマートフォンをお持ちの方はスマートフォン
- 材料費 なし
- 定員 15名
- 講師 都市政策課 職員

事業所 日向市都市政策課
日向市本町10番5号 定休日:土曜日・日曜日・祝日
申込 ☎0982-66-1030 (受付)8:30~17:15

17 シニア世代のスマホ写真教室

シニア世代の方を対象に、スマートフォンのカメラ機能を優しくレクチャーいたします。



11/2㊦ 10:00~11:00
11/3㊦ 14:00~15:00
11/21㊦ 15:00~16:00

- 会場 フジヤカメラ
- 対象 シルバー世代(男女不問)
- 持ち物 スマートフォン
- 材料費 なし
- 定員 5名または3組
- 講師 明神勝彦

事業所 フジヤカメラ
日向市都町1丁目3番地2 定休日:第1・第3日曜日
申込 ☎0982-52-3878 (受付)10:00~18:00

20 ChatGPTと健康づくり

話題のAI「ChatGPT」を使って運動・食事について相談してみよう。健康づくりの計画を立てたり、音声入力も体験したりします。



11/25㊦・11/26㊦
10:00~12:00

- 会場 梅田制作
- 対象 どなたでも
- 持ち物 スマートフォン
- 材料費 500円(お飲み物、お菓子代)
- 定員 6名
- 講師 梅田制作スタッフ

事業所 梅田制作
日向市財光寺往還町123-1 定休日:土曜日・日曜日
申込 ☎080-6035-9600 (受付)10:00~16:00

23 森の香りに心ほどける、大人の美肌レッスン

クスノキ精油と芳香蒸留水、えこのはオリジナル石けんて美肌を目指すスキנקア講座。自然香りに包まれ、心地よい時間をお楽しみください。



11/20㊦
13:30~15:00

- 会場 えこのは
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 500円(クスノキ石けん・クスノキ精油&クスノキ芳香蒸留水)
- 定員 5名
- 講師 川野

事業所 えこのは
宮崎県日向市美々津町4445-3 定休日:日曜日
申込 ☎0982-58-0815 (受付)10:00~17:00

26 牧水そば打ち体験

道の駅とうごうで人気の「手打ちそば」を作っている「ふるさと味工房」! 熟練のスタッフが優しく指導! 楽しくそば打ち体験ができます。



11/4㊦・11/11㊦
10:00~11:30

- 会場 ふるさと味工房
- 対象 どなたでも
- 持ち物 三角巾、エプロン、マスク
- 材料費 500円(そばほか)
- 定員 各5名
- 講師 矢野美香、直野美穂子

事業所 ふるさと味工房(道の駅とうごう) 日向市東郷町山陰幸273-1
管理者: 道の駅とうごう出荷者協議会 定休日:12/31・1/1・1/2
申込 ☎0982-68-3070 (受付)9:30~13:00

15 祝20周年!日本初世界一に輝いた「日向市駅」のすごいところ

地場産杉林と日本初技術が融合した日向市駅の秘密を解説します。世界に誇る日向市駅の魅力をじっくり体感してください。



11/11㊦・11/18㊦
11/25㊦ 10:30~11:30

- 会場 日向市駅
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 材料費 なし
- 定員 10名
- 講師 岡本朋宏

事業所 日向市市街地整備課
日向市本町10番5号 定休日:土曜日・日曜日・祝日
申込 ☎0982-66-1033 (受付)8:45~16:30

18 我が子をもっとかわいく撮るスマホ術

スマホで我が子を撮るコツを、構図やアングルなど実践を交えてご紹介いたします。撮った写真をより素敵に仕上げる簡単な編集方法もお伝えします。



11/17㊦
10:30~11:30

- 会場 こども遊センター
- 対象 ママとお子さま
- 持ち物 スマホ、筆記用具
- 材料費 なし
- 定員 6組
- 講師 志賀亜希子

事業所 こども遊センター
日向市上町1丁目70番地 定休日:日曜日・月曜日
申込 ☎0982-54-1635 (受付)10:00~16:00

21 はじめてのLINE講座

LINEを使ったことがない方・初心者向け。友だち追加、メッセージ、写真、スタンプ、無料通話など、基本操作を実際にスマホで体験します。



11/4㊦・11/10㊦
10:00~12:00

- 会場 梅田制作
- 対象 どなたでも
- 持ち物 スマートフォン
- 材料費 500円(お飲み物、お菓子代)
- 定員 6名
- 講師 梅田制作スタッフ

事業所 梅田制作
日向市財光寺往還町123-1 定休日:土曜日・日曜日
申込 ☎080-6035-9600 (受付)10:00~16:00

24 スカーフの結び方講座

冬のプラスオンアイテムはスカーフ。「おしゃれ」と「あたため」を両立できるスカーフの結び方を楽しみましょう。



11/4㊦・11/18㊦
11/23㊦ 10:00~11:00

- 会場 クールカレアン日向店
- 対象 どなたでも
- 持ち物 なし
- 定員 5名
- 材料費 なし
- 講師 藤本由美

事業所 クールカレアン日向店
日向市永江町3-48 定休日:火曜日
申込 ☎0982-53-8677 (受付)12:00~14:00

27 味工房の豆腐作り体験

健康効果が期待できる食品「豆腐」! 家庭でもできる豆腐づくりの手順をスタッフが丁寧にアドバイスします。



11/18㊦・11/25㊦
10:00~11:30

- 会場 ふるさと味工房
- 対象 どなたでも
- 持ち物 三角巾、エプロン、マスク
- 材料費 500円(大豆ほか)
- 定員 5名
- 講師 矢野美香、直野美穂子

事業所 ふるさと味工房(道の駅とうごう) 日向市東郷町山陰幸273-1
管理者: 道の駅とうごう出荷者協議会 定休日:12/31・1/1・1/2
申込