

開催時間:①11:00~13:00 ②14:00~16:00

対象:どなたでも 持ち物:なし

材料費:2,000円 定員:4名

開催時間:①11:00~13:00 ②14:00~16:00

対象:どなたでも 持ち物:なし

材料費:2.000円 定員:2名



持ち物:メスティンや飯盒などのクッカー、お米一合、

ふりかけなどのおかずになるもの、軍手 定員:5組

材料費:1,500円(クッカー貸出し)、500円(クッカー持参)





1 眉スタイリング

RE-BORN(リ・ボーン)

開催時間:①②14:00~16:00

対象:女性の方 持ち物:なし

材料費:なし 定員:4名

材料費:なし 定員:3名

自然食工房めぐみ

な味わいです。

魚町三丁目2-18 湯川整骨院 平和通り本院

魚町三丁目4-5 2階

受付 093-521-2234 開催日 ①11/2(土) ②11/8(金) ③11/17(日) ④11/29(金)

「刺さない針」を使って美顔のツボ教え ます!セルフケアにピッタリ!痛くもあり ません!お気軽に参加ください。 開催時間:①23④14:00~15:00

対象:どなたでも 持ち物:なし

材料費:500円 定員:5名

2 鍼灸師が教える美顔のツボ

受付 093-521-5569 13:00~17:30(日·祝定休) 開催日 ①11/19(火) ②11/21(木)

九州医療スポーツ専門学校付属ナショナル整体学院 魚町三丁目4-5 5階

頭や肩の動きを自分自身で改善できるよ うにします。 講師:九州医療スポーツ専門学校教員 長谷川 御

3 自分で出来るセルフ・ストレックス

開催時間:①②13:30~14:30 対象:パソコン・スマホを使用する方、年齢・性別不問 持ち物:なし 材料費:100円 定員:10名



4 大人のキレイ色講座「冬メイク編」

開催日 ①11/5(火) ②11/8(金)

お客様に似合った眉スタイリングのアド

バイスをいたします。スッキリ整えて若

Couleur de Bonheur(クルールド ボヌール) 魚町三丁目2-20中屋ビル2階 ポポラート=乗街

受付 093-511-2908 13:00~16:00(水曜定休)

受 付 090-2712-6893 11:00~18:00(水曜定休) 開催日 ①11/8(金) ②11/16(土)

透明感・リフトUPなど冬顔を美しく魅せ るコツや、冬コートをお洒落に似合わせ る化粧品の色をご紹介します。 開催時間:①②13:00~15:00 対象:女性の方 持ち物:日頃お使いの化粧品(お肌の弱い方)

7 おからみそ作りワークショップ

おから・米糀・海水塩を使って、みそ作り。

自然発酵していくみそは、栄養満点、格別

開催時間:①210:00~12:00 ③12:00~14:00 ④14:00~16:00

材料費: 1.500円(おから・米糀・海水塩の保存容器代)

持ち物:エプロン、三角巾(バンダナ)、手ふき 定員:6名



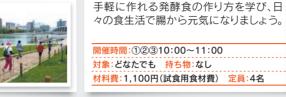
5 一緒に歩こうノルディックウォーク

ミズノ小倉店 魚町三丁目3-24サロンド・シンコメタニ1階

受 付 093-513-1550 10:00~19:00(第一火曜定休) 開催日 11/10(日)

2本のポールを使うことで安全に効率良く全身 運動がおこなえます。使い方をレクチャーしま すので、初めての方もお気軽にご参加ください。 開催時間:10:00~12:00

対象:中学生以上の方、5~6kmウォーキング出来る方 持ち物: ノルディックポール無料貸出し 定員: 10名



8 砂糖を使わない料理(甘酒使いこなし)

受付 093-511-2352 9:30~20:00(水曜定休) 開催日 ①11/24(日) ②11/25(月) ③11/26(火)

11 初めての方限定!やさしいインドカレーの作り方

受 付 093-541-2608 17:00~19:30(月曜定休)

インド式カレーGANE-SHA(ガネーシャ) カロスロード領

砂糖の代わりに甘酒を使用することで体 に負担をかけない食事法を学び、ランチ をお召し上がりいただきます。

開催時間:①②③10:00~12:00 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:1.500円(食材・食事付) 定員:4名

家庭で出来るインドカレーの基本とその

応用でさまざまなインド料理が出来る楽

開催日 11/15(金)

しい講座です。プロの味を!

開催時間:15:30~16:30

14 おいしい防災塾



10 野菜を学んで野菜党オリジナルグルメを楽しみましょう!

受 付 093-511-2352 9:30~20:00(水曜定休)

開催日 ①11/28(木) ②③④11/30(土)

受 付 070-4804-2101 11:00~20:00(火曜定休)

開催日 11/11(月) まず、野菜の効果・魅力を学んで、野菜党

開催時間:16:00~17:00 対象:どなたでも 持ち物:エプロン

材料費:1,000円 定員:6名

自然食工房めぐみ

材料費:なし 定員:12名

開催時間:14:00~15:00

野上神仏具店

開催日 11/8(金)

開催時間:14:00~15:15

材料費:なし 定員:4名

対象:どなたでも 持ち物:なし

対象:どなたでも 持ち物:筆ペン

材料費:500円(のし袋) 定員:10名

19 初めての写経を体験しませんか

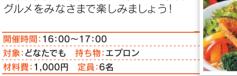
写経が初めての方の体験コーナーです。

般若心経の簡単な解説と、筆を使っての

ワクワクな時間をお過ごしください。

受付 093-521-1005

16 実用書道



対象:初めての方限定! 持ち物:なし 材料費:1,000円 定員:6名

13 シャボン玉石けん使い方講座

受 付 093-511-2352 11:00~20:00(水曜定休) 開催日 11/23(土)

肌や環境にやさしいシャボン玉石けんの 使い方など詳しく学べます。 講師:シャボン玉石けん担当者 開催時間:10:00~11:30 対象:どなたでも 持ち物:なし

受付093-280-4029



材料費:500円 定員:8名

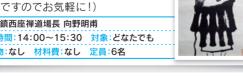
17 禅に親しむ!

浦香恵書道 魚町三丁目2-20中尾ビル1階ピッコロ三番街 野上神仏具店 12:00~17:00 受付 093-521-1005

開催日 11/7(木) 開催日 11/9(土) 冠婚葬祭などで使う「のし袋」の書き方 -椅子座禅と日頃目にする禅語についての など、ちょっとした手ほどきをお届け お話を致します。(椅子を使っての座禅

講師:鎮西座禅道場長 向野明甫

開催時間:14:00~15:30 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:6名



20 「終活ひろば」の知って得する相談会

魚町二丁目2-11 **野上神仏具店** 魚町二丁目2-11

10:00~19:00 受付 093-521-1005 10:00~19:00 開催日 ①②11/7(木)

> 終活のこと(相続・遺言・保険・葬儀・墓・ 介護・健康)なら、何でもご相談ください。 講師:終活カウンセラー 角田周一 催時間:①13:00~13:40 ②14:00~14:40 対象:どなたでも 持ち物:なし

材料費:なし 定員:1組(個人またはグループ)



6 甘酒・塩こうじ・豆乳ヨーグルトの作り方

自然食工屋めぐみ

受付 093-511-2352 9:30~20:00(水曜定休) 開催日 ①11/9(土) ②11/18(月) ③11/29(金)

々の食生活で腸から元気になりましょう。

開催時間:①②③10:00~11:00 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:1,100円(試食用食材費) 定員:4名

9 おいしいお茶のいれ方セミナー

魚町三丁目2-19

受付 093-521-3117 11:00~18:00 開催日 ①11/9(±) ②11/23(±)

地元の八女茶を使い、熱いお湯・冷たい水、 それぞれで淹れます。またお茶の歴史や 健康性のお話をいたします。お茶菓子付き 開催時間:①②11:00~11:50 対象:どなたでも 持ち物:筆記用具

材料費:500円 定員:9名



12 頭の体操!SDGs思考でアイデア勝負

北九州ESD協議会 魚町三丁目3-20中屋ビル地階1階

受付 093-531-5011 11:30~20:00(月曜定休) 開催日 11/20(水)

受 付 **093-521-4922** 11:00~18:00(日·祝定休)

開催日 ①11/6(水) ②11/14(水)

三味線職人が楽器の魅力をお伝えします。

「三味線ってどんな楽器?」実際に手に

アクションカードゲーム[X(クロス)]を使 用し、楽しくSDGs思考を体験します。 講師:SDGsカードゲーム「X(クロス)」認定

ファシリテーター宮谷直樹 催時間:18:30~20:30 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:16名



15 楽器体験「一、二、三味線!」

北九州ESD協議会 邦楽の店 渡辺 魚町三丁目3-20中屋ビル地階1階

受付 093-531-5011 11:30~20:00(月曜定休) 開催日 11/15(金)

お菓子ポシェットを作りながら、子供も 大人も楽しく防災のことを考えます。 講師: (一社)おいしい防災塾 CA 村上知子 開催時間:13:30~14:30 対象:どなたでも 持ち物:なし



魚町二丁目2-11

18 神社のいろは

材料費:なし 定員:3名

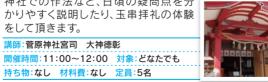
取って弾いてみましょう♪

開催時間:①②11:00~12:00

対象:どなたでも 持ち物:なし

野上神仏具店 魚町二丁目2-11 10:00~19:00 受付 093-521-1005 10:00~19:00

開催日 11/26(火) 神社での作法など、日頃の疑問点を分 かりやすく説明したり、玉串拝礼の体験 をして頂きます。



21 はじめてのフラをご一緒に♪

野上神仏具店 魚町二丁目2-11 受付 093-521-1005 10:00~19:00

開催日 11/26(火) 初めてのフラダンスを気軽に楽しみませ んか?

開催時間:14:00~15:30 会場: 魚町中屋ビル3階 対象: どなたでも 持ち物: Tシャツ・飲み物 材料費:なし 定員:5名



三井住友信託銀行 北九州支店

22 信託銀行とはどんなところ?

受付 **093-521-0531** 9:00~17:00(土日定休) 開催日 11/16(土)

人生100年時代に向けて今から出来る ことを、経験豊富な財務コンサルタント より、お話しさせていただきます。 講師: 財務コンサルタント 菊池仁宏

開催時間:10:00~11:00 対象:どなたでも

持ち物:なし 材料費:なし 定員:20名



9:30~17:30

魚町三丁目3-20

受付 093-531-0333

民法の相続に関する部分が変わりました。配偶 者居住権や介護従事者の遺産請求権など。新し

開催時間:10:30~11:30 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:8名

27 お宝公開します!

魚町二丁目1-8 2階

開催日 11/1(金)~11/30(土) 戦前のSPレコード盤、EPレコード盤を

蔵より発見、ご披露申し上げます。他にも 珍品がございます。 開催時間:期間中いつでもどうぞ

対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:なし



受付 093-521-8481 開催日 11/7(木) ワールドカップはいかがでしたか?ルー

ルがよくわからなかった方、もう一度観た い方、一緒に観ましょう!初心者大歓迎! 開催時間:18:30~20:30

対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:5名

33 ペットボトルで作るリユース風車

北九州ESD協議会 魚町三丁目3-20中屋ビル地階1階 受 付 093-531-5011 11:30~20:00(月曜定休) 開催日 11/20(水)

使用済みの500mlのペットボトルに自由 にカラーテープを貼ってカラフルな風車 を作り、リユースの大切さを学びます。

講師: 若松コスモス会 久永恵美子 開催時間:13:00~14:30 対象: どなたでも 材料費: 100円 定員: 15名

36 クリスマスリボンオーナメント

BLOOM×COEURDECOR(ブルーム クールデコ) 魚町三丁目3-20 中屋ビル2階 ポポラート三番街 受 付 **090-1694-8578** 11:00~18:00(水·日·祝日定休)

クリスマスリボンをオーナメントボール にして家中に飾りましょう。作り方も覚え

られますのでご自宅でも! 開催時間:①②11:00~15:00 対象:どなたでも 持ち物:なし



受付 090-7531-9707 13:00~20:00(水曜定休)

多肉植物か植物どちらかを選んで、植物 付きこけ玉を作ります。今回は2種類作り

開催時間:①②15:00~16:00 ③13:30~14:30 対象:どなたでも 持ち物:作品を持ち帰る袋 材料費:1,500円 定員:5名



23 小倉逸品屋 お店めぐりツアー

鍛冶町-T目1-5 **小倉逸品屋実行委員会** 

京町一丁目5-7

受付 093-981-4986 開催日 ①11/12(火) ②11/14(木) ③11/20(水) ④11/21(木)

専門店をめぐって、こだわりの逸品に出会いまし ょう!1コース3店舗(飲食店含む)を回ります。詳 細については右記QRコードからご確認ください。 開催時間:①12:15 ②13:00 ③12:30 ④12:00 対象:どなたでも 持ち物:なし 参加費:500円 定員:6名



26 小倉文学碑散策ツアー

知識や知恵を

まなぶ講座です。

魚町三丁目3-20 司法書士かけはし輝元事務所

9:30~17:30 受付 093-531-0333

開催日 11/20(水)

魚町商店街・旦過市場を通って、古船場町、堺町 などの文学碑を散策します。森鴎外の文学をたと りながら旧居や京町の文学サロンを訪ねます。

開催時間:10:30~11:30 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:8名

魚町三丁目3-24サロンド・ワシントン2階

開催日 11/2(土) 秋・時雨をテーマに、数種の香木の香りを

開催時間:14:00~15:30

対象: どなたでも 持ち物: ふくさ又は古帛紗 材料費:1,000円 定員:4~5名

32 祝400周年!小倉祇園太鼓を打つてみませんか?

魚町二丁目1-7 5階 うおゼミ事業委員会 10:00~17:00 受付 093-521-8481

> 開催日 11/23(土) 初めての方を対象にした小倉祇園太鼓教

ありませんのでどなたでもご参加ください! 開催時間:18:30~19:30

対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:なし 定員:4名



10:00~17:00

受付 090-3416-5334 11:00~18:00(水曜定休)

開催日 (1)②11/8(金) 好みの誕生石を入れて素敵な万華鏡を 作ってみませんか?

開催時間:①12:30~13:45 ②14:00~15:15 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:2,000円(万華鏡一式) 定員:3名



37 ファッションミニチャーム

BLOOM×COEURDECOR(ブルーム クールデコ) 魚町三丁目3-20 中屋ビル2 ボボラート三番 受 付 **090-1694-8578** 11:00~18:00(水·日·祝日定休)

開催日 ①11/9(土) ②11/21(木) 大人気のお洋服やドレスを着せたお人形 バッグチャームです。クリスマスプレゼン トにも最適です。

開催時間:①211:00~15:00 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:1,500円(材料費) 定員:4名

40 お花のオリジナルアクセサリー作り atelier nosa(アトリエノサ) 魚町三丁目3-20中屋ビル2階 ポポラートニ要件

受 付 090-7531-9707 13:00~20:00(水曜定休) 開催日 ①11/11(月) ②11/21(木)

大人の和装や成人式にも!ヘアーアクセ サリー&バッグや帽子にも付けられる 3WAYのオリジナルアクセ作り! 開催時間:①11:30~12:30 ②13:00~14:00

材料費:2,000円 定員:5名



開催日 ①11/16(土) ②11/21(木)

アロマオイルを使いながらX' masにちな

材料費:1,500円(材料費) 定員:4名

atelier nosa(アトリエ ノサ) 魚町三丁目3-20中屋ビル2階

開催日 ①11/11(月) ②11/23(土) ③11/28(木)

ラフルでかわいい雰囲気?モダンに? Artフラワーを選んで作ります。 開催時間:①13:30~14:30 ②13:00~14:00



25 まさかのための成年後見

司法書士かけはし輝元事務所

受付 093-531-0333

お一人様で自分の将来が心配だ。年老いた親や身

内がいる。身内がいるが遠くにいて老後の面倒を見

23 『香道』源氏物語で遊ぶ組香「紅葉賀」

数種の香木の香りを聞き分ける優雅な遊

び組香。千年前の伊達男・光源氏の若き

華の日のお話と香りを楽しみます。

対象: どなたでも 持ち物: ふくさ又は古帛紗

受 付 093-521-0327 14:00~17:00(水曜定休)

魚町三丁目3-24サロンド・ワシントン2階

てもらえそうにない。そんな心配にお答えします。

開催日 11/13(水)

開催時間:10:30~11:30

材料費:なし 定員:8名

対象:どなたでも 持ち物:なし

開催日 11/11(月)

開催時間:14:00~15:30

34 誕生石万華鏡

万華鏡KAZU工房

材料費:1,000円 定員:4~5名

10:00~19:00

たべる きれい & 健康 美容・キレイ・健康 お酒や料理など、 についての講座です。

🤲 講座名の色に注目! 🖏

ジャンル毎に4種類に色分けされています。

飲食に関する講座です。 つくる

作品を作ったり、 体験できる講座です。

魚町三丁目3-20

9:30~17:30

29 『香道』四季を楽しむ組香「時雨」

受付 093-521-0327 14:00~17:00(水曜定休)

聞き分ける優雅な遊び組香を楽しみます。

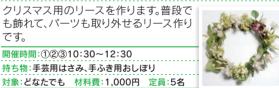
室。基本の打ち方をお教えします。年齢制限

会場: まなびとESDステーション(魚町3-3-20中屋ビル地下1階)

35 楽しくクリスマス・リース作り(直径25cm)

受付 093-521-0781 10:00~18:00(木曜定休) 開催日 ①11/9(土) ②11/18(月) ③11/24(日)

クリスマス用のリースを作ります。普段で も飾れて、パーツも取り外せるリース作り です。



38 香るX' masオーナメント

持ち物:手芸用はさみ、手ふき用おしぼり

開催時間:①②③10:30~12:30

BLOOM×COEURDECOR(ブルーム クールデコ) 魚町三丁目3-20 中屋ビル2階 ポポラート三番街 受付 090-7450-9669 11:00~18:00(水·日·祝日定休)

アロマオイルを使いながった IIIasにつる んだアロマストーンを作りましょう!精油 のお土産付きなので長期間楽しめます。 開催時間:①②13:00~14:00 対象:どなたでも、持ち物:なし

41 Art フラワー★アレンジ簡単しめ縄講座

受付 090-7531-9707 13:00~20:00(水曜定休)

お正月飾りを手作りしてみませんか?カ

③11:30~12:30 対象:どなたでも 持ち物:なし 材料費:2,000円 定員:5名



24 改正相続法セミナー

司法書士かけはし輝元事務所

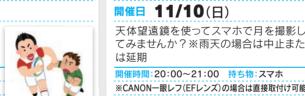
開催日 11/6(水)

い時代の相続法についてやさしく解説します。

受付 093-521-1259 11:00~17:30(水曜定休)

31 月の観測撮影会

松永不動産×MIKAGE1881 10:00~17:00 受付 093-521-8481



開催時間:20:00~21:00 持ち物:スマホ ※CANON一眼レフ(EFレンズ)の場合は直接取付け可能 対象:なし 材料費:なし 定員:5名



開催日 ①11/8(金) ②11/30(土)

**39** 苔に癒される暮し講座『こけ玉作り』 atelier nosa(アトリエ ノサ) 魚町三丁目3-20中屋ビル2階

開催日 ①11/21(木) ②11/23(土) ③11/28(木) ます。お正月飾りにも!

対象:どなたでも 持ち物:なし