



# 得する街のゼミナール

次回の参加店  
募集中!



# 第7回 土浦まちゼミ

全55講座



写真撮影：(株)大久保写真館

開催  
期間

2022年6月25日(土)～8月10日(水)

受付  
開始

6/20(月)よりお申し込みは各店へ!

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

まちゼミでは、安心安全に受講いただくように、新型コロナウイルス感染予防対策を実施しています!  
体調に不安がある方は、申し込み店にご相談ください。

コロナウイルス感染拡大状況に応じて中止になる場合もあります。



マスク着用



検温実施



除菌・消毒



こまめな手洗い



ソーシャル  
ディスタンス



声量は  
控えめに



テーブルの  
除菌



こまめな換気

大歓迎!

土浦市外に  
お住いの  
方も  
どうぞ



「まちゼミの申し込みです」とお電話ください。

- 定員になり次第締め切らせていただきます。
- お申し込みは各店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。ご注意ください。
- お申し込みの際に持ち物や注意事項(材料費等)をご確認ください。
- 材料費は原則、講座当日、会場にて徴収いたします。
- 安心して受講していただく為に、お店からの販売・勧誘はありません。
- 小学生以下は保護者同伴でのご参加をお願いします。

安心して受講していただくために、お店からの  
販売行為はありません

各講座の色に注目!  
6種類に分かれています。

たべる まなぶ きれい つくる 健康 キッズ

Facebook  
も見てね!



土浦まちゼミ

主催 土浦まちゼミ実行委員会

協力：土浦商工会議所・NPO法人まちづくり活性化土浦  
後援：土浦市・土浦市教育委員会

# 『土浦まちゼミ』

って何?



得する街のゼミナールを略して『まちゼミ』です。土浦市内の商店街のお店などが講師となり、プロならではの専門的な知識や情報、コツを無料で受講者の皆さんにお伝える、少人数の講座です。

講座は、土浦市内外問わずどこにお住いの方も受講できます。

## まちゼミ講座カレンダー

食べる まなぶ きれい つくる 健康 キッズ

講座の色にご注目! 自分の都合のつく日に開催される講座をチェック!

日	月	火	水	木	金	土
	6/20	21	22	23	24	25
	予約受付開始					2 4 5 10 11 16 19 24 26 36 39 42
26	27	28	29	30	7/1	2
5 10 12 16 27 43 47	10 12 16 30 35 41 43	1 10 16 26 50	2 7 10 16 19 22 27 36 44 48	6 10 16 26 30 34 40 41 42	10 16 20 34 53	5 6 8 9 10 11 16 18 19 22 28 30 33 36 45 53
3	4	5	6	7	8	9
10 16 18 26 33 34 40 42 45 46	3 10 16 30 35 48	10 16 41 43 47	2 6 10 14 16 22 25 26 27 36 44 46 55	1 3 4 7 10 16 32	10 16 26 29 30 41 49	10 16 22 31 46
10	11	12	13	14	15	16
5 10 16 27 28 50	6 10 16 35 54	10 16 17 42	10 14 16 19 23 27 30 35 41 44	10 16	1 10 16 35 45 47 48	2 3 7 8 9 10 15 16 23
17	18	19	20	21	22	23
6 10 12 15 16 42 45	10 12 16 23	10 13 16 25 30 43	1 10 16 23 26 27 44	10 16 32 43	10 16 29 42 49	5 10 16 30 39 43
24	25	26	27	28	29	30
2 3 5 10 16 24 26 27 47	10 16 37	3 4 10 16	10 16 21 26 30 44 55	10 13 16 30 34 50	10 16 21 34 37 38 51 52	2 4 6 8 10 16 24 38 48 51 52 54
31	8/1	2	3	4	5	6
5 10 16 27 34 45 52	10 16 30 35 37	10 16 47	8 10 13 16 30 44	10 16 50	3 7 10 16 20 21 37 49	5 10 16 39 50 55
7	8	9	10			
10 16 50	10 16	10 16 54	10 16 21 44			

# 大好評! キッズまちゼミ



保護者および学校関係の皆様へ

子供たちに地域への愛着を深めていただくことを目的とした事業です。土浦市の後援をいただき、市内の小学校でも案内を配布させていただくことになりました。  
楽しい街、魅力的な街を目指して私たちは活動しております。キッズまちゼミでは、家庭や学校では教えてもらえない知識・知恵やコツを子供たちに伝え、通常ではできない体験を楽しんでいただきます。  
子供たちの可能性は無限で、この街を離れて都会へ、世界へ飛び立っていく子もいることでしょう。でも、全員が出て行ってしまったら街はなくなってしまいます。子供たちが大きくなって楽しく生活できる街を、外の世界を経験した子供たちがまた戻ってきたくなるような街であり続けたい。そんな思いを込めて、地域の子供たちにキッズまちゼミをご用意いたしました。是非、お子様とご一緒にご参加ください。

### 50 パパ、ママができる! お子様の足を守る子供靴の選び方

コロナ禍、歩き方に問題あるお子さんが増加! この靴は合ってる? いつまで履ける? 買い替える目安は? 学会発表もしている店主が、パパママの疑問にズバリお答えします!

6/28(水)・7/10(金)・7/28(水)・8/4(水)・8/6(金) 10:00-11:30  
8/7(土) 14:00-15:30

会場 ザックスオオスマ  
対象 小学生以下の親子、もしくは保護者と子  
持ち物 普段履いている靴、上履き、プレゼントやお下がりの靴など2足まで  
定員 1講座あたり親子3組  
講師 大沼 義明 (幼児・子供専門シューフィッター、日本整形靴技術協会会員)

足と靴と健康の靴屋ザックスオオスマ 受付 | 10:00 ~ 18:30  
木曜日  
土浦市中央1-10-1  
029-822-0801

### 51 「コン!」なお面で写真撮影!!

スタッフ手作りの貼りのお面にみんなで絵つけをして自分だけのオリジナルのお面を作っちゃおう! できあがったらお面をつけてかっこ良く写真撮影

7/29(金)・7/30(土) 13:00-14:00・14:30-15:30・16:00-17:00

会場 株大久保写真館 天川店  
持ち物 汚れても良い服装  
教材費 500円 (貼りのお面1個、アクリル絵の具)  
定員 1講座あたり4名  
講師 岡本 千尋・菊池 沙也  
その他 保護者同伴

株大久保写真館 天川店 受付 | 9:00 ~ 18:00  
木曜日  
土浦市中高津3-6-6  
029-822-7518

### 53 君もプロカメラマン!

本物のスタジオ・プロが使うカメラでパパ・ママを撮影してみよう! 元気なカメラマン募集中!

7/1(金) 16:00-17:00・17:00-18:00  
7/2(土) 14:00-15:00・15:00-16:00

会場 株大久保写真館 天川店  
対象 小学生 1~6年生  
定員 1講座あたり1組  
講師 細川・岡本  
その他 保護者同伴 (モデルをお願いします)

株大久保写真館 天川店 受付 | 9:00 ~ 18:00  
木曜日  
土浦市中高津3-6-6  
029-822-7518

### 54 親子スキンタッチ健康法

鍼灸師が行う小児はり(刺さない鍼)とお灸をご家庭でもできる様にアレンジしたものです。スプーンと歯ブラシ、ドライヤーを使ってお子さんの皮膚を(ツボ)を優しく刺激!

7/11(日) 10:00-11:00  
7/30(土) 9:30-10:30  
8/9(水) 10:00-11:00

会場 心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉  
対象 首がすわってから、就学前の親子  
持ち物 歯ブラシ、ティースプーン、バスタオル  
定員 1講座あたり3組  
講師 酒井 眞理子 (鍼灸師、東京スキンタッチ会会員、施術中、電話に出られません。折り返しこちらから掛けます)

心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉 受付 | 9:00 ~ 18:00  
日曜日 / 月曜日 / 祝日  
土浦市中央1-7-9  
090-7328-1612

### 49 赤ちゃんニコニコ! 親子リトミック

走りまわったり、たくさんボールで遊んだり。楽しいことがいっぱい! 元気な赤ちゃんのエネルギー発散にもってこいです!

7/8(金)・7/22(金)・8/5(金) 10:30-11:15

会場 うたこダンススタジオTwinkle  
対象 歩けるようになった未就園児と保護者  
持ち物 飲み物、タオル  
定員 1講座あたり親子3組  
講師 須藤 詩子

うたこダンススタジオ Twinkle 受付 | 10:00 ~ 16:00  
日曜日 / 月曜日 / 祝日  
090-9151-9651 土浦市神立中央1-14

### 52 君もプロカメラマン!

本物のスタジオ・プロが使うカメラでパパ・ママを撮影してみよう! 元気なカメラマン募集中!

7/29(金)・7/30(土)・7/31(日) ①13:00-14:00 ②14:00-15:00 ③15:00-16:00

会場 株大久保写真館 桜町店  
対象 小学生 1~6年生  
定員 1講座あたり1組  
講師 佐藤・酒井  
その他 保護者同伴 (モデルをお願いします)

株大久保写真館 桜町店 受付 | 9:00 ~ 18:00  
木曜日  
土浦市桜町4-1-16  
029-821-0993

### 55 将来お金で失敗しないための「親子おこづかい会議」

キャッシュレスの時代では現金のやり取りをするおこづかいがとても大切な経験になります。親子でおこづかいの額を決定し家庭でのルール作り、つかい方など学べます。

7/27(水) 10:00-11:30  
8/6(土) 13:30-15:00

会場 (有)ファミリーライフ クラモチ  
対象 これからおこづかいを始める小学生の親子  
持ち物 筆記用具、色鉛筆  
定員 1講座あたり3組  
講師 野田 敬子 (キッズ・マネー・ステーション認定講師 (FP))

(有)ファミリーライフ クラモチ 受付 | 9:00 ~ 17:00  
土曜日 / 日曜日 / 祝日  
0120-123-065 土浦市永国997-1

## ご利用者様の声

久しぶりに土浦のまちにいった。新しいお店が出来ていて、また行きたくなった。

少人数だったので安心してできた。

子どもと一緒に楽しめた。

気になっていたお店だった。お店の人と仲良くなれて良かった。

コロナでどこへも行けなかったけど、近場で良い体験ができた。

他の参加者さんと和気あいあい、楽しくできました。

などなど、ありがたいお言葉多数いただいています!

講座は6種類に分かれています。

たべる まなぶ きれい つくる 健康 キッズ

まなぶ

2 自分でできる外壁の自己診断講座

外壁の塗り替えをお考えの方へ、自己診断のチェックポイントや、住まいの悩みの解決策をご説明します。(外壁・屋根・塗替・雨漏り)

6/25 6/29 7/6 7/16 7/24 7/30 14:00-16:00



会場 (株)コバヤシ建築
対象 マイホームをお持ちの方、アパートのオーナー様
持ち物 建物外観やお悩み箇所の写真または画像あれば図面等
定員 1講座あたり4名または2組
講師 小林 健一 (戸建住宅劣化診断士・雨漏り診断士)

(株)コバヤシ建築 受付 | 10:00 ~ 16:00
029-842-6417

3 ピカピカの靴はきっと 素敵なお場所に連れて行ってくれる...

朝、靴を履いたら汚れてた...でも大丈夫。10秒でできるお手軽ケアから、意外と簡単、本格靴磨きの"キモ"まで。靴も長持ち。よみがえった靴でウキウキ出かけよう!

7/4 7/7 7/16 7/24 7/26 8/5 14:00-15:30 10:00-11:30



会場 ザックスオオヌマ
持ち物 家にある靴磨き関連用品すべて(チューブ、ブラシなど)
定員 1講座あたり3名
講師 大沼 義明 (39年歴の靴磨き師)
上級シューフィッター、日本整形靴技術協会会員

足と靴と健康の靴屋ザックスオオヌマ 受付 | 10:00 ~ 18:30
029-822-0801

4 初心者のゴルフ上達

グリーン周りでのアプローチ 手首を使わず 100 切りを目指しましょう!

6/25 7/7 7/26 7/30 10:00-11:00



会場 土浦学園 G、アプローチ場
対象 どなたでも
持ち物 ゴルフクラブ、ウェッジ各種
講師 的場 弘幸

MINORITY(マイノリティ) 受付 | 11:30 ~ 19:00
090-8941-3996

5 アメリカに学ぶ資産運用 コロナ禍の今こそ投資を始めよう

iDeCo? NISA? 401k? なぜか横文字ばかりの資産運用「どうすりゃいいの? 我が家の老後」これならできる! 資産運用始める前の正しい3つのルールを教えます。

6/25 6/26 7/2 7/10 7/23 7/24 7/31 8/6 10:00-12:00



会場 (有)ファミリーライフ クラモチ
定員 1講座あたり3名または3組
講師 大森 健一 (ファイナンシャルプランナー)

(有)ファミリーライフ クラモチ 受付 | 9:00 ~ 17:00
0120-123-065

6 保険なんか知らない 3つの理由をお教えいたします!

日本人の88%以上が加入している生命保険。しかしすべての方に保険は必要なのですか? そんな事はありません。保険なんて必要のない理由をお教えいたします。

6/30 7/6 7/11 7/17 7/30 7/2 10:00-11:30 13:30-15:00



会場 (有)ファミリーライフ クラモチ
定員 1講座あたり6名または3組
講師 柴田 隆治 (ファイナンシャルプランナー)

(有)ファミリーライフ クラモチ 受付 | 9:00 ~ 17:00
0120-123-065

7 ママFPと考える 誰でもできる 「上手なお金の貯め方」講座

「なんとなく将来不安」とお悩みの方。これからのライフイベントや夢、目標を書き出して理想の未来を描こう! そして実現するための「賢いお金の貯め方」を学びましょう!

6/29 7/7 7/16 8/5 10:00-11:30



会場 (有)ファミリーライフ クラモチ
定員 1講座あたり3名または3組
講師 野田 敬子 (ファイナンシャルプランナー)

(有)ファミリーライフ クラモチ 受付 | 9:00 ~ 17:00
0120-123-065

9 建築の歴史を学ぶ (昭和から令和までの日本の住宅)

皆さんが住んでいる住宅はいつ頃の時代に建てられたものですか? 戦後の日本住宅の移り変わり、進化の内容をわかりやすく解説致します。

7/2 7/16 10:00-12:00



会場 (株)エダカワ
定員 1講座あたり5名または5組
講師 武石 祐一、矢口 博幸、枝川 良昌
その他 講義終了後に相談会開きます(参加自由)

(株)エダカワ 受付 | 9:00 ~ 17:00
029-835-3620

10 リフォーム工事! お金のお上手な使い方を建築士が教えます

キッチン・トイレのリフォームポイント。効率のよい収納空間の作り方。屋根外壁のメンテナンスなど。他住まいの質問にお答えします。

6/25 8/10 10:00-12:00



会場 木のこの会
対象 リフォーム工事に興味のある方
定員 1講座あたり1名または1組
講師 矢口 博幸、小野 智孝、高橋 光子、橋本 珠美 他7名
その他 オンライン講座可(zoomでの対応になります)

木のこの会 受付 | 9:00 ~ 17:00
029-835-3620

11 知らないで損!? レトルト食品等の加工食品のいしよ話

生活に欠かせないレトルトや佃煮等の加工食品。添加物や常温・冷蔵流通の条件等、知らないで損なお話してんご盛りです!

6/25 7/2 14:30-15:30



会場 小松屋
対象 一般の方、飲食店の方で通販商品を検討している方も歓迎
持ち物 メモを取られる方は筆記用具(キズは当方で用意します)
定員 1講座あたり5名または3組
講師 柳生 剛

小松屋 佃煮とうなぎ 受付 | 9:00 ~ 19:00
029-821-0373

12 相続した不動産、遊休地、空家などのご処分や有効活用について

利用されていない不動産の売却相談、賃貸で貸したい、相続トラブルがあるなど不動産関係全般の相談を受けております。(土浦市・土浦市周辺の不動産相談を受け付けます)

6/26 6/27 7/17 7/18 9:00-11:00



会場 (株)三栄商事
持ち物 当該住所・広さがわかるもの
定員 1講座あたり2名または1組
講師 山田 哲也

(株)三栄商事 受付 | 9:00 ~ 18:30
029-822-3336

13 夢をかなえる日々の節約術 はじめよう資産形成

楽しい未来を実現させるには、お金があることも大切。人生100年時代を生きる皆様にとって必要なお金について一緒に考えてみませんか?

7/19 7/28 8/3 10:30-12:00



会場 アクサ生命保険土浦営業所
対象 20代~50代
定員 1講座あたり5名または5組
講師 永田 将也 (ファイナンシャルプランナー) AXA-C-220406-355

アクサ生命保険(株)土浦営業所 受付 | 9:00 ~ 17:00
029-822-3972

14 認知症になるとお金が 下ろせなくなるってホント!?

もし認知症になったら...もし入院したら...必要なお金はすぐに用意できますか? そんなお金の「不安」を、ちょっとした工夫で「安心」に変えませんか?

7/6 7/13 10:00-11:30 14:00-15:30



会場 (株)常陽銀行 土浦支店
対象 40歳~80歳
持ち物 筆記用具
定員 1講座あたり3~5名
講師 大久保 真弓

(株)常陽銀行 土浦支店 受付 | 9:00 ~ 17:00
029-822-3225

15 大人の浴衣レッスン

ちょっと差がつく浴衣姿を目指しませんか? 浴衣を美しく着るためのコツまでお教えします。

7/16 7/17 10:30-12:00 14:00-15:30



会場 (株)前野呉服店
対象 女性
持ち物 浴衣、半幅帯、腰紐、帯板、タオル 他
定員 1講座あたり3名
講師 前野 有里 (きものコンサルタント)

(株)前野呉服店 受付 | 10:00 ~ 18:00
029-821-0452

16 婚活に関するお悩み相談!

完全予約制で、婚活に関するお悩みをお聞きいたします。ご自身のお悩みでも、お子様のお悩みでも構いません。婚活のプロがお悩み解消にむけ、アドバイスいたします。

6/25 8/10 6/25 8/10 6/25 8/10 6/25 8/10 6/25 8/10



会場 マリッジサポートことぶき
対象 20歳以上 どなたでも
定員 1講座あたり1名または1組
講師 遠藤 広久

マリッジサポートことぶき 受付 | 10:00 ~ 20:00
029-827-3907

17 あなたの保険の内容点検講座

あなたが加入した保険、そのまま放置していませんか? 保険を点検するポイントや最新の保険情報を分かりやすくお話しします。

7/12 10:00-11:30



会場 (株)筑波銀行 本店
持ち物 ご自身の加入中の保険証券(借入保険を除く)
定員 1講座あたり2名
講師 重本 良太

(株)筑波銀行 本店営業部 受付 | 9:00 ~ 17:00
029-821-8111

18 中学制服なんでも相談会

ご自宅でも出来る洗濯の仕方や、簡単にできるお直しの方法など、制服に関する事を実際に制服を見たりさわったりしながらお話ししてみませんか?

7/2 7/3 10:00-17:30



会場 (株)大徳
対象 小学校6年生とご家族様
定員 1講座あたり若干名
講師 尾形 泰久、細沼 京子、宮川 裕香

(株)大徳 受付 | 10:00 ~ 17:00
029-822-0013

19 台風シーズンに備えて! 窓ガラスフィルムの貼り方と対策

台風や竜巻、突風に限らず、地震等の防災対策。窓ガラスの飛散防止フィルムの貼り方講座。住まいの被害を防ぐためのノウハウを教えます。

6/25 7/2 6/29 7/13 16:30-18:00 18:30-20:00



会場 (株)小野工務店
対象 持家の方
持ち物 メモ帳、筆記用具
定員 1講座あたり4名または2組
講師 小野 智孝

(株)小野工務店 受付 | 9:00 ~ 18:00
029-826-3027

20 「@カフェ体験」~キラちゃんバスと 楽しいまち歩き~

60年前の古地図を片手にまち歩き。お寺見学でご朱印をもらったら、最後は喫茶店に立ち寄り、ほっと一息つきましょ!

7/1 8/5 12:50-15:30 13:30-16:00



会場 土浦駅西口 市民ギャラリー入口集合
持ち物 まち歩きできる服装
教材費 500円(バス乗車券・飲み物代含む)
定員 1講座あたり5名
講師 キラちゃん

NPO法人まちづくり活性化土浦 受付 | 9:00 ~ 17:00
029-826-1771

21 名作からの贈り物

名作「わすれられない贈り物」を通して気づく人生の意味。良い時をへて読み継がれてきた作品は本物です。

7/27 7/29 8/5 8/10 10:00-12:00



会場 心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉
対象 18歳以上
定員 1講座あたり4名
講師 酒井 隆 (文学療法(ペルーリダー)、中級カウンセラー)

心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉 受付 | 10:00 ~ 18:00
090-8852-8929

22 DNA 気質コーチング

遺伝子には進化の過程で学んだ行動パターンが刻まれています。期待できない事を自分に期待して悩むより、ラクに生きるヒントを学びます。

6/29 7/2 7/6 7/9 10:00-12:00



会場 心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉
対象 18歳以上
定員 1講座あたり4名
講師 酒井 隆 (発達しょうがいアドバイザー、中級ヘルスクンセラー)

心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉 受付 | 10:00 ~ 18:00
090-8852-8929

23 発達しょうがいコーチング (大人)

大人向け。発達しょうがいについて理解する。気質と症状の違いを学ぶ。本来の自分を活かす。

7/13 7/16 7/18 7/20 10:00-12:00



会場 心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉
対象 18歳以上
定員 1講座あたり4名
講師 酒井 隆 (発達しょうがいアドバイザー、中級ヘルスクンセラー)

心と身体の鍼灸センター 小さな森の泉 受付 | 10:00 ~ 18:00
090-8852-8929

24 徳する相続、得する相続 まあいい相続

徳する(得する)相続とは何だと思いませんか? それは、御先祖様と先代と親族が「笑顔」になることです。明るく未来を創るために、共に学びましょう。

6/25 7/24 7/30 11:00-12:00 13:00-14:00



会場 (株)前野呉服店 (中央2-8-2)
持ち物 必要なのみメモ等
定員 1講座あたり4名
講師 武石 光弘

武石光弘 受付 | 8:30 ~ 18:00
090-2633-5909

留守電マーク
留守電に連絡先を入れてください
折り返し連絡します
施術中などで、予約のお電話にでられない場合がございます。のちほど折り返しおかけしますので、留守番電話にお名前とご連絡先を入れてください。

たべる

1 意外!? 和食にも合う本格中国茶体験
中国茶を焙煎のランチで体験してみよう。代表的な茶葉を3種類用意しました。
6/28 7/7 7/15 7/20 12:00-13:30
会場 昆作
教材費 500円【中国茶・お弁当代】
定員 1講座あたり6名
講師 嶋田 玲子
昆作 受付 | 10:00 ~ 15:00
029-831-7472