



第23回姫路得とくゼミナーハル

開催日時

2026年

2月12日木～25日水

※2月22日(日)を除く

(世界遺産姫路城マラソン2026開催日のため)

受付開始

2026年

2月5日木

※一部、店舗により異なります

申込は各お店へTEL

※一部の店舗では二次元コードからのお申込みの場合がございます。

※「ひめじゼミ申込」とお伝えください。

※各店舗の受付時間内にご連絡ください。

姫路ゼミって？

お店の人がプロの技術や
専門の知識を教えてくれます！
生活に、趣味に、
役立つ情報がいっぱい！

(注)ひめじゼミの受講料は原則無料ですが、材料費や資料費等が必要な講座もございます。

全23
講座



【注意事項】

※二次元コードよりお申込みの場合、受付方法(先着順・抽選など)はネット受付画面にて必ず確認ください。また、お申込みが正しく完了しているかを必ず確認ください。

※各講座定員になり次第、受付終了となります。

※申し込みの際に受講時の持ち物等をご確認ください。

※講座内容により、参加対象者が限定されている場合があります。

※小学生以下の子様は保護者同伴での参加をお願いします。

※記録用として、講座開催の様子を撮影させていただく場合があります。

※都合が悪くなった場合は、必ず速やかに申込店舗へご連絡をお願いします。



※会場と店舗所在地は異なる場合もございます。

講座内容

【作る】作ったり、体験する講座

【料理】飲食に関する講座

【学ぶ】知識や知恵を学ぶ講座

【美容】美容・キレイを追求する講座

MAP
1

中井三成堂(二階町56)
絵てがみを描こう

開催日 2月14日(土)・15日(日)・21日(土)・23日(日)
10:30~18:00

予約不要・当日受付

経験の有無問わず絵てがみを描きたい方へ来店ください。ハガキと画材は用意しています。自由に描いてください。分からないことは訊ねてください。お喋りもOK!

【会場】中井三成堂
【講師】質問があればお店のスタッフへ
【定員】なし
【対象】なし
【持ち物】なし
【材料費】100円(当日徴収)



MAP
2

コワーキング&カフェROBUST(ロバスト)(二階町80)
みんなでDIY冊子「ZINE」を作ろう!

開催日 2月13日(金)・20日(金)
10:00~12:30

皆でお題に沿って感想を綴ったり素材を切り貼りして、最後に好きな方法で製本! ZINE大好きなスタッフがサポートします♪

右記二次元コードからお申し込みください



【会場】コワーキング&カフェROBUST(ロバスト)

【講師】ROBUSTスタッフ

【定員】各日6名

【対象】なし

【持ち物】筆記用具、好きな素材など(A5サイズ内)

【材料費】800円※当日徴収



MAP
3

花そば・料理 ゆう(西二階町36)
利き酒とお蕎麦のおはなし



開催日 2月13日(金)・14日(土)
16:00~17:00

079-285-0888 (受付時間 11:30~22:00/定休日 木曜夜)

健康に良く、食事をさらに美味しいとする酒。利き酒を楽しみ、蕎麦との相性も知っている粋な日本人を目指す会。女性大歓迎!!

【会場】花そば・料理 ゆう
【講師】下村裕司
【定員】各日12名
【対象】20歳以上
【持ち物】筆記用具
【材料費】1,500円※当日徴収
(酒・天ぷら・蕎麦)



MAP
4

こばやし茶店(二階町66)
「お茶しま専科」抹茶の点て方・いただき方

開催日 2月16日(日)
15:00~16:30

23日(月祝)
①10:30~12:00/②14:00~15:30

079-225-0232 (受付時間 10:30~17:30/定休日 火曜)

抹茶をもっと身近に。お家でもできる抹茶の点て方といただく時の簡単な作法を楽しく学ぶ体験講座。

【会場】こばやし茶店
【講師】小林健太郎
【定員】10名
【対象】なし
【持ち物】なし
【材料費】500円※当日徴収(お菓子・抹茶代)



MAP
5

ひめじ官兵衛堂(二階町48 2階)
人生を変えた30秒!天然氷



開催日 2月18日(水)
14:00~15:00

090-6983-1325 (受付時間 10:00~18:00/定休日 月曜・火曜)

人生を変えた30秒。「天然氷」のテレビCM。みんなを笑顔にするかき氷が誕生するまで。できたて天然氷を削って美味しさを体験しよう。

【会場】ひめじ官兵衛堂
【講師】加藤健二
【定員】5~10名
【対象】なし
【持ち物】エプロン
【材料費】500円※当日徴収



MAP
6

杵屋 二階町本店 (二階町95)
～江戸後期の姫路城主酒井家と和菓子のまち姫路～
上生菓子作り体験



開催日 2月12日～25日の月曜・水曜・土曜・日曜

①10:00～11:00 ②16:00～17:00

📞 079-224-8760 (受付時間 10:00～16:00／月～金)

和菓子にまつわる歴史文化に触れながら、職人の手作りの技を体験してみませんか？

【会場】杵屋 二階町本店
【講師】内藤浩一
【定員】各回20名（または10組）
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】500円※当日徴収

MAP
9

ぼうしや薬局 (駅前町259)
測ってみよう！心電計付き血圧計＆握力計



開催日 2月12日木 13:00～15:00

📞 079-223-0133 (受付時間 10:00～16:00／定休日 なし) 平日のみ受付

年齢と共に「心房細動」のリスクは増加します。血圧や心臓のリズムを確認してみましょう。握力計測定も同時に実施するので、筋力チェックもできます。（1人10分程度）

【会場】ぼうしや薬局
【講師】ぼうしや薬局スタッフ
【定員】12名（予約制）
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料

MAP
12

はまもとコーヒー (二階町49)
コーヒーに関する雑学



開催日 2月24日火 14:00～15:00

📞 079-282-2233 (受付時間 7:00～17:00／定休日 木曜) 2/6～受付

インスタントからレギュラーコーヒーまで、コーヒーについての雑学をお話します。くれぐれもたて方の教室ではありません。ご注意ください。

【会場】はまもとコーヒー
【講師】濱本卓弥
【定員】5名
【対象】なし
【持ち物】筆記用具
【料金】500円※当日徴収

MAP
15

パソコン教室D.St@tion姫路教室 (二階町34アモーレ二階町1F)
ネットの罠を華麗に回避！安全活用術♪



開催日 2月14日木～18日水～21日木 11:00～12:00

📞 079-287-6061 (受付時間 13:30～19:00／定休日 日曜・祝日)

ネット詐欺に騙されないコツを教えます！今すぐできる簡単安全対策を楽しく実践でマスターしましょう♪ お子様もご一緒にいかがですか？

【会場】パソコン教室D.St@tion姫路教室
【講師】長尾信二
【定員】各日3組
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料

MAP
18

グラビティサーチ姫路・好日山荘 (駅前町27 テラッソ姫路3階)
親子でボルダリング体験



開催日 2月14日木～15日金～21日木～23日土 ①16:00～②17:00～

📞 079-280-7520 (受付時間 13:00～21:00／定休日 不定期)

「ボルダリング」は自分の手足のみで、壁や岩を登るスポーツです。はじめてでも大丈夫！講師の先生に教わりながら、親子そろってボルダリングを楽しもう！

【会場】グラビティサーチ姫路
【講師】担当者
【定員】各回8名（または4組）
【対象】小学生以上
【持ち物】動きやすい服、靴下、うわばき
【料金】3,000円※当日徴収（親子ペア料金）

MAP
21

hairsalon 采 aya (亀井町86)
正しいシャンプーの仕方



開催日 2月12日木～25日水 10:00～11:00

📞 079-224-8214 (受付時間 8:00～18:00／定休日 月、第2・4木曜)

かゆみ・ぬけ毛・ふけ・根元のボリュームアップなどのお悩みを解決！

【会場】hairsalon 采 aya
【講師】養畠采
【定員】各日6名
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】500円※当日徴収

MAP
7

辻音楽教室 (西二階町72)
大人のリトミック



開催日 2月13日金 13:00～14:00 16日月 11:00～12:00

📞 079-285-1115 (受付時間 10:00～15:00／定休日 日曜)

※留守番電話の場合は、お申込の方の電話番号もお伝えください

音楽に合わせて脳トレ！プロの声楽家・リトミック講師とクラシック＆歌謡曲で身体・頭を元気に整える。

【会場】七福座 (西二階町37)
【講師】伊藤典芳
【定員】各日8名
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】500円※当日徴収（ポール・ひも・設営費）

MAP
8

カキウチ人形店 (西二階町17)
おひなさまの飾り方



開催日 2月16日月 14:00～15:00

📞 079-284-3332 (受付時間 10:00～17:00／定休日 木曜) 2/6～受付

お子様がすこやかに育つように願って飾るおひなさまを、見栄えよく飾るワンポイントをご説明します。サッと片付けるポイントもお知らせします。

【会場】カキウチ人形店
【講師】垣内陸彦
【定員】5名
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料



ぼうしや薬局 (駅前町259)
測ってみよう！心電計付き血圧計＆握力計



開催日 2月12日木 13:00～15:00

📞 079-223-0133 (受付時間 10:00～16:00／定休日 なし) 平日のみ受付

年齢と共に「心房細動」のリスクは増加します。血圧や心臓のリズムを確認してみましょう。握力計測定も同時に実施するので、筋力チェックもできます。（1人10分程度）

【会場】ぼうしや薬局
【講師】ぼうしや薬局スタッフ
【定員】12名（予約制）
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料

MAP
12

はまもとコーヒー (二階町49)
コーヒーに関する雑学



開催日 2月24日火 14:00～15:00

📞 079-282-2233 (受付時間 7:00～17:00／定休日 木曜) 2/6～受付

インスタントからレギュラーコーヒーまで、コーヒーについての雑学をお話します。くれぐれもたて方の教室ではありません。ご注意ください。

【会場】はまもとコーヒー
【講師】濱本卓弥
【定員】5名
【対象】なし
【持ち物】筆記用具
【料金】500円※当日徴収

MAP
15

パソコン教室D.St@tion姫路教室 (二階町34アモーレ二階町1F)
ネットの罠を華麗に回避！安全活用術♪



開催日 2月14日木～18日水～21日木 11:00～12:00

📞 079-287-6061 (受付時間 13:30～19:00／定休日 日曜・祝日)

ネット詐欺に騙されないコツを教えます！今すぐできる簡単安全対策を楽しく実践でマスターしましょう♪ お子様もご一緒にいかがですか？

【会場】パソコン教室D.St@tion姫路教室
【講師】長尾信二
【定員】各日3組
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料

MAP
18

グラビティサーチ姫路・好日山荘 (駅前町27 テラッソ姫路3階)
親子でボルダリング体験



開催日 2月14日木～15日金～21日木～23日土 ①16:00～②17:00～

📞 079-280-7520 (受付時間 13:00～21:00／定休日 不定期)

「ボルダリング」は自分の手足のみで、壁や岩を登るスポーツです。はじめてでも大丈夫！講師の先生に教わりながら、親子そろってボルダリングを楽しもう！

【会場】グラビティサーチ姫路
【講師】担当者
【定員】各回8名（または4組）
【対象】小学生以上
【持ち物】動きやすい服、靴下、うわばき
【料金】3,000円※当日徴収（親子ペア料金）

MAP
10

garden姫路 (亀井町48)
ジュエリーリフォーム・修理相談会



開催日 2月13日金～25日水 11:00～17:00

📞 079-280-3684 (受付時間 11:00～17:00／定休日 なし)

お家で眠っているジュエリーはありますか？ジュエリーの修理・リフォーム相談会。気になる費用面やデザインについてなど、お気軽にご相談ください。（1回30分程度）

【会場】garden姫路
【講師】garden姫路スタッフ（ジュエリーアドバイザー）
【定員】各日7組
【対象】なし
【持ち物】相談したいジュエリーがあればお持ちください
【料金】無料

MAP
12

はまもとコーヒー (二階町49)
コーヒーに関する雑学



開催日 2月24日木 14:00～15:00

📞 079-282-2233 (受付時間 7:00～17:00／定休日 木曜) 2/6～受付

インスタントからレギュラーコーヒーまで、コーヒーについての雑学をお話します。くれぐれもたて方の教室ではありません。ご注意ください。

【会場】はまもとコーヒー
【講師】濱本卓弥
【定員】5名
【対象】なし
【持ち物】筆記用具
【料金】500円※当日徴収

MAP
15

パソコン教室D.St@tion姫路教室 (二階町34アモーレ二階町1F)
ネットの罠を華麗に回避！安全活用術♪



開催日 2月14日木～18日水～21日木 11:00～12:00

📞 079-287-6061 (受付時間 13:30～19:00／定休日 日曜・祝日)

ネット詐欺に騙されないコツを教えます！今すぐできる簡単安全対策を楽しく実践でマスターしましょう♪ お子様もご一緒にいかがですか？

【会場】パソコン教室D.St@tion姫路教室
【講師】長尾信二
【定員】各日3組
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料

MAP
18

グラビティサーチ姫路・好日山荘 (駅前町27 テラッソ姫路3階)
親子でボルダリング体験



開催日 2月14日木～15日金～21日木～23日土 ①16:00～②17:00～

📞 079-280-7520 (受付時間 13:00～21:00／定休日 不定期)

「ボルダリング」は自分の手足のみで、壁や岩を登るスポーツです。はじめてでも大丈夫！講師の先生に教わりながら、親子そろってボルダリングを楽しもう！

【会場】グラビティサーチ姫路
【講師】担当者
【定員】各回8名（または4組）
【対象】小学生以上
【持ち物】動きやすい服、靴下、うわばき
【料金】3,000円※当日徴収（親子ペア料金）

MAP
21

hairsalon 采 aya (亀井町86)
正しいシャンプーの仕方



開催日 2月12日木～25日水 10:00～11:00

📞 079-224-8214 (受付時間 8:00～18:00／定休日 月、第2・4木曜)

かゆみ・ぬけ毛・ふけ・根元のボリュームアップなどのお悩みを解決！

【会場】hairsalon 采 aya
【講師】養畠采
【定員】各日6名
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】500円※当日徴収（親子ペア料金）

MAP
15

パソコン教室D.St@tion姫路教室 (二階町34アモーレ二階町1F)
ネットの罠を華麗に回避！安全活用術♪



開催日 2月14日木～18日水～21日木 11:00～12:00

📞 079-287-6061 (受付時間 13:30～19:00／定休日 日曜・祝日)

ネット詐欺に騙されないコツを教えます！今すぐできる簡単安全対策を楽しく実践でマスターしましょう♪ お子様もご一緒にいかがですか？

【会場】パソコン教室D.St@tion姫路教室
【講師】長尾信二
【定員】各日3組
【対象】なし
【持ち物】なし
【料金】無料

