



# 第23回 姫路得とくゼミナール

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?

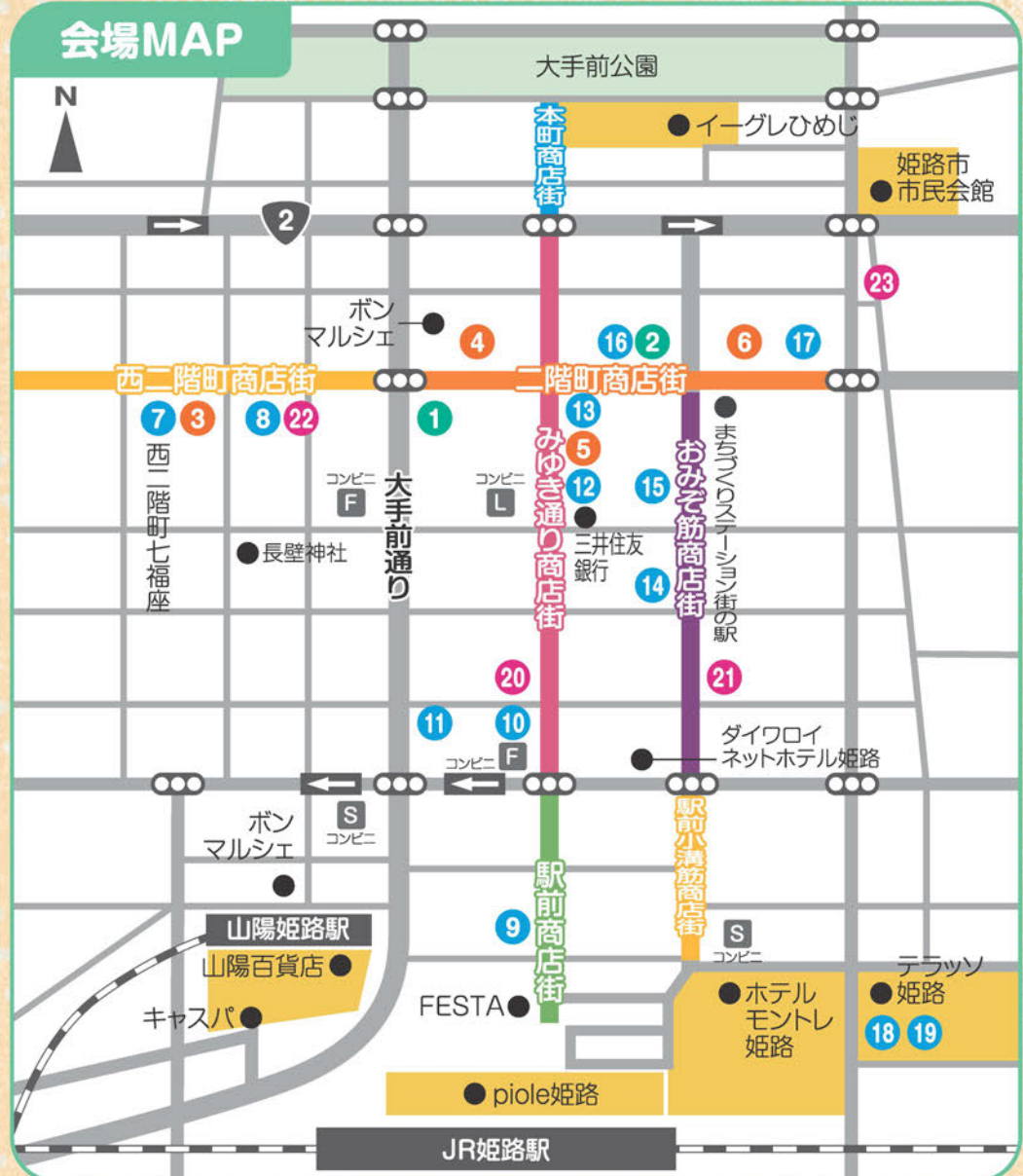
お店の人がプロの技術や  
専門の知識を教えてください!  
生活に、趣味に、  
役立つ情報がいっぱい!

(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。

### 【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ご確認ください。また、お申込みが正しく完了しているかを必ずご確認ください。
- ※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。
- ※小学生以下のお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。

全23  
講座



※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日土 21日土 23日月  
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ご来店ください。ハガキと画材画題は用意しています。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くする酒。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日土 15:00~16:30  
23日土 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・いただき方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日土 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。できたら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



主催:姫路商業まちづくり協議会(姫路商工会議所・姫路市)、姫路市商店街連合会



**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  
①10:00～11:00②16:00～17:00

**☎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  
【材料費】 1,500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 13:00～14:00 16日 11:00～12:00  
※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!プロの音楽家・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  
【材料費】 500円※当日徴収(ボール・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 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。サツ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】 垣内睦彦  
【定員】 5名  
【対象】 なし  
【持ち物】 なし  
【材料費】 無料



**MAP 9** ぼろしや薬局(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 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「心臓細動」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】 ぼろしや薬局  
【講師】 ぼろしや薬局スタッフ  
【定員】 12名(予約制)  
【対象】 なし  
【持ち物】 なし  
【材料費】 無料



**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 11:00～17:00 17日 11:00～17:00 25日 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せんか?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  
【材料費】 無料



**MAP 11** 播陽証券株式会社(亀井町53)  
**貯蓄から投資へ 日本株・米国株の入門講座**

**開催日** 2月13日 13:30～14:30  
**☎079-223-8251** (受付時間 8:45～17:30/定休日 土曜・日曜・祝日)  
株式投資の入門講座。本格的に貯蓄から投資の時代へ。気になる日本株、米国株の基礎知識、選定方法をわかりやすく解説します。

【会場】 播陽証券株式会社  
【講師】 戸田涼介  
【定員】 20名  
【対象】 なし  
【持ち物】 なし  
【材料費】 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 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  
【材料費】 500円※当日徴収



**MAP 13** 呉服 岩井屋(二階町44)  
**「着物ってよくわからない」を解決します!**

**開催日** 2月12日 13:30～14:30 13日 13:30～14:30  
**☎079-222-1680** (受付時間 10:30～18:00/定休日 火曜、第2・3水曜)  
人生で着物と出会う場面が何度もあります。身につけておきたい「着物のいろは」(着物の種類、コーディネート、保管の仕方等)をお教えいたします。※今回の講座では着付けはいたしません。

【会場】 岩井屋  
【講師】 岩井智隆  
【定員】 各日5名  
【対象】 なし  
【持ち物】 なし  
【材料費】 無料



**MAP 14** Small Animal Cafe ふわり(呉服町23)  
**ウサギ・モルモットの爪切り講座**

**開催日** 2月20日 14:00～15:00 21日 14:00～15:00  
**☎080-8501-0310** (受付時間 11:00～18:00/定休日 火曜)  
おうちで出来るウサギ・モルモットの爪切りのコツや注意を実践しながら説明します。※今回の講座では爪切りの体験はできません。


【会場】 Small Animal Cafe ふわり  
【講師】 角北迅  
【定員】 各日8名(または4組)  
【対象】 なし  
【持ち物】 なし  
【材料費】 無料



**MAP 15** パソコン教室D.St@tion姫路教室(二階町34アモール二階町1F)  
**ネットの罠を華麗に回避!安全活用術**

**開催日** 2月14日 11:00～12:00 18日 11:00～12:00 21日 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  
【材料費】 無料



**MAP 16** さり studio ゆう(二階町79 レクルー姫路二階町ビル2F)  
**とっても簡単!手織体験**

**開催日** 2月12日 10:30～13:15 13日 13:15～14:15 16日 10:30～13:15 18日 10:30～13:15  
**☎079-240-6853** (受付時間 10:00～16:00/定休日 火曜)  
とっても簡単!さりを織りは自由で楽しく織る手織。好きな色の糸を選んで20cm巾のコースターを織ります。約30分であなたのオリジナル作品が完成です。

【会場】 さり studio ゆう  
【講師】 さり studio ゆうスタッフ  
【定員】 各回3名  
【対象】 5歳以上 【持ち物】 なし  
【材料費】 800円※当日徴収(さをり糸代)



**MAP 17** ニューロン姫路校(二階町102)  
**ニューロン麻雀教室**

**開催日** 2月12日 12:00～20:00 13日 12:00～20:00 16日 12:00～20:00 18日 12:00～20:00 21日 12:00～20:00 25日 12:00～20:00  
**☎079-281-9838** (受付時間 12:00～20:00/定休日 なし) **1時間無料体験**  
頭の体操・認知症予防に!!麻雀は何歳からでもできます。麻雀プロに優しく学び、人生に新しい楽しみを取り入れてみませんか?

【会場】 ニューロン姫路校  
【講師】 高山プロ・酒井プロ  
【定員】 各日28名  
【対象】 18歳以上  
【持ち物】 なし  
【材料費】 無料



**MAP 18** グラビティリサーチ姫路・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 16:00～17:00 15日 16:00～17:00 21日 16:00～17:00 23日 16:00～17:00  
**☎079-280-7520** (受付時間 13:00～21:00/定休日 不定休)  
「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】 グラビティリサーチ姫路  
【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  
【材料費】 3,000円※当日徴収(親子ペア料金)



**MAP 19** アースシネマズ姫路(駅前町27 テラッソ姫路4階)  
**早朝映画館見学会**

**開催日** 2月21日 8:15～9:00  
**☎079-287-8800** (受付時間 10:00～18:00/定休日 なし)  
映画を上映する為に必要な映写機を使用して、映像が映るまでの過程を見て頂きます。更に、特別な映像・音響体験して頂きます。

【会場】 アースシネマズ姫路  
【講師】 担当者  
【定員】 20名(または10組)  
【対象】 小学生以下のお子様とその保護者  
【持ち物】 なし  
【材料費】 無料



**MAP 20** コトブキヤクラブ(亀井町65)  
**パーソナルカラー診断**

**開催日** 2月15日 11:00～12:00 18日 14:00～15:00 19日 15:00～16:00 20日 17:00～18:00  
**☎079-282-0037** (受付時間 10:00～19:00/定休日 なし)  
ドレープを用いて、生まれながらにもっている自分の肌の色・髪の色・瞳の色などと調和する色を診断し、あなたにぴったりな色やメイクの方法をご提案します。

【会場】 コトブキヤクラブ  
【講師】 資生堂パーソナルビューティーパートナー  
【定員】 各回1名  
【対象】 女性限定・18歳以上  
【持ち物】 なし  
【材料費】 550円※当日徴収(スポンジ代)



**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 10:00～11:00 13日 10:00～11:00 16日 10:00～11:00 18日 10:00～11:00 21日 10:00～11:00 25日 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】 養畑采  
【定員】 各日6名  
【対象】 なし  
【持ち物】 なし  
【材料費】 500円※当日徴収



**MAP 22** サロン・ド・エルフ(西二階町15つみ木ビル2階)  
**むくみスッキリ!あご下が変わるセルフケア**

**開催日** 2月16日 14:00～15:00  
**☎079-222-5270** (受付時間 10:00～18:00/定休日 月曜)  
年齢とともに気になりやすい口元のゆるみとあご下のたるみに変化をもたらすテクニックをお伝え致します。大人のための小顔セルフケアとハーブの力のお話。

【会場】 サロン・ド・エルフ  
【講師】 小池恭子  
【定員】 5名  
【対象】 なし 【持ち物】 なし  
【材料費】 2,000円※当日徴収(ハーブティー)



**MAP 23** POLA姫路駅前店(綿町153マンエイビル1階)  
**透明感あふれる美肌へ極上の癒しエステ体験**

**開催日** 2月13日 12:30～14:00 18日 15:00～16:30 21日 12:30～14:00 25日 15:00～16:30  
**☎079-288-6002** (受付時間 11:00～19:00/定休日 火曜)  
ハリのなさが気になる方や肌悩みとしっかり向き合いたい方、癒されるような時間を過ごしたい方にフェイシャルエステ体験を受けていただきます。

【会場】 POLA姫路駅前店  
【講師】 POLAビューティーディレクター  
【定員】 各回2名  
【対象】 女性限定  
【持ち物】 普段使用しているメイク用品  
【材料費】 3,300円※当日徴収

