

第12回

得する街のゼミナール

大東まちゼミ

2026

開催期間

5.16 SAT ▶ 6.21 SUN

受付開始 5.8 FRI

受講料無料

楽しく学ぼう！プロの技

※材料費などが必要な場合があります



えらべる

趣味
学び

グルメ

美容
健康

ナイト

キッズ
親子

コラボ

56講座

大東まちゼミとは？

2018年から毎年開催している
まちのお店から暮らしに役立つ
プロの技が学べる講座イベントです



ホームページやSNSで
講座情報をCHECK!!



公式ホームページ



インスタグラム



フェイスブック



大東市マスコット
キャラクター
ダイトン

お問合せ 大東まちゼミの会事務局 (大東市産業経済室)

072-870-4013

主催 大東まちゼミの会

後援 大東市教育委員会

協力 大東商工会議所、大東市商業連合会、大東市

講座申込方法

1 講座を選ぶ

受たい講座を選びます。
パンフレットで内容をよく
確認してください。


日程・対象
会場・もちものも
チェックしてね!



2 申し込む

電話または二次元コードから
申し込みます。
講座ごとに申込先が異なるため
ご注意ください!


気になる講座は
早めの申込が
おすすめです!



3 参加する

当日の会場・時間を確認します。
もちものや注意事項も確認してください。
ご不明点は申込先へご連絡ください

ホームページや
インスタグラム
などのSNSも
チェックしてね!



受付
開始

まもってね!

5.8 FRI

大東まちぜミ 参加申込にあたっての注意事項

- ▶受講申込の受付開始日は5/8(金)からです。
受付開始日より以前の受付はできませんのでご了承ください。
- ▶各講座は定員になり次第お申込を締切とさせていただきます。
- ▶会場の場所や駐車場の有無、もちものについての詳細は各店舗に
直接お問合せください。
- ▶お申込後のキャンセルは材料費をいただく場合があります。

大東まちぜミ カレンダー

趣味 学び グルメ 美容 健康 ナイト キッズ 親子 コラボ

日	月	火	水	木	金	土
10	11	12	13	14	15	5/16 5 12 32 33 34 35 36 42 44 46 49 51 55
17 2 3 5 10 25 31 42 45 46	18 17 18 19 20 24 38	19 10 18 26 54	20 9 11 15 18 27 37 43 50 56	21 13 18 29 33 39 53	22 6 18	23 4 10 18 34 41 42 45
24 10 15 18 26 37 42 47	25 24 30 40 42	26 11 13 14 55	27 1 25 27 31 43	28 29 35 48 49 51 53	29 1 6 42 52	30 5 9 12 22 27 30 40 44
31 5 28 38 45 52	6/1	2 14	3 29 37 50 52	4 16 23 39 42 48 53	5 6 9 16	6 4 8 34 36 51
7 2 9 41 47 55	8 15 23 24 26 33 38	9 13 14 17 20 28 54	10 7 43	11 40	12 21 42	13 4 12 25 34 44 45 46
14 3 21 31 46	15 52	16 42 51	17 25 40 42 43	18 29 39 53 56	19 21 31	20 7 11 12
21 11 22 28	22	23	24	25	26	27

講座番号 講座タイトル

講座内容についての説明が
はあります



講座のイメージ写真

日時 開催日時

費用 材料費 飲食費など 対象 受講の対象者
定員 各回の定員 講師 講師のお名前
会場 会場の名称・住所

講座を開くお店・会社の名前

申込 申込方法

定休/定休日
受付/受付時間

申込み
二次元
コード

1 あなたと一緒にイヤコラセ～！ 河内音頭体験

河内音頭や伴奏（太鼓・三味線・ギター・お囃子）等で盆踊りやイベント出演しませんか？
河内音頭の発祥は大東市？
河内音頭や盆踊り文化を次代に！



日時 5/27(水) 13:30-14:30
5/29(金) 20:00-21:00

費用 無料 対象 どなたでも もちもの なし

定員 5名 講師 扇羽祥崇、他 音頭座がらくメンバー

会場 おしゃベリスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

特定非営利活動法人音頭座がらく

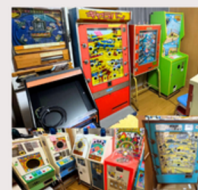
申込 080-3785-0586

定休/なし
受付/10:00-17:00



2 大東の秘密基地で 駄菓子屋ゲームを体験！

こんな場所に！？
駄菓子屋レトロゲーム？
実際にプレイできます。



日時 5/17(日) 14:00-15:30
5/17(日) 16:00-17:30
6/7(日) 14:00-15:30
6/7(日) 16:00-17:30

費用 1回10～100円(プレイ代) 対象 中学生未満の方は保護者同伴 もちもの 小銭

定員 各回6名 講師 鈴木ズッキーニ

会場 Green glass グリーングラス (集合場所)
大東市住道1-4-9 1階店舗

なわてレトロ館

申込 072-812-7518

定休/木曜
受付/10:00-19:30



3 遊びながら脳を活性化 ボードゲーム体験会

ボードゲームで遊びながら集中力・語彙力・視覚認知能力を高めます。たくさんのボードゲームの中からお気に入りを見つけてください。



日時 5/17(日) 10:00-11:00
5/17(日) 13:30-14:30
6/14(日) 10:00-11:00
6/14(日) 13:30-14:30

費用 無料 対象 小学生以上 (小学生のお子様は保護者同伴) もちもの なし

定員 3名または4組 講師 かわばた

会場 ビジョントレーニング教室 べすとびじょん
大東市三住町1-29

ビジョントレーニング教室 べすとびじょん

申込 公式LINE

定休/日曜
受付/9:00-18:00



4 みんなで歌おう♪ エンジョイ・コーラス！

未経験大歓迎！おなかの底から歌って笑って楽しみましょう♪活動中の団員と共に歌いますのでお一人様でも安心して体験頂けます。



日時 5/23(土) 10:00-11:00
6/6(土) 10:00-11:00
6/13(土) 10:00-11:00

費用 無料 対象 成人女性 もちもの なし

定員 10名 講師 李裕瑛(声楽)、永井美穂(ピアノ)

会場 四條囃学園音楽教室
大東市学園町6-45 総合ホール4階

四條囃学園音楽教室

申込 072-879-7231

定休/土曜、日曜、祝日
受付/9:00-17:00



5 沖縄でしか出会えない布で コースター作り

ミンシん！で初めて・お久しぶりの方も大歓迎♪好きな生地と糸でトロピカルなコースター作り。



日時 5/16(土) 13:00-15:00
5/17(日) 13:00-15:00
5/30(土) 13:00-15:00
5/31(日) 13:00-15:00

費用 1枚無料 2枚目～200円 対象 小学生3年生以上 もちもの なし

定員 3名 講師 オキナワ雑貨屋ムームー

会場 オキナワ雑貨屋ムームー
大東市三住町1-27

オキナワ雑貨屋ムームー

申込 090-6495-8609

定休/水曜、第2・3・4日曜
受付/10:00-15:00



6 茶葉から淹れる中国茶 可愛い茶器で楽しんで

香りや味の違いを感じながら、同じ茶葉で複数回味の変化を楽しみます。

※家庭でもできる簡単な淹れ方を学べる体験クラスです。



日時 5/22(金) 10:00-11:00
5/29(金) 13:00-14:00
6/5(金) 19:00-20:00

費用 280円(飲食費) 対象 熱湯を注げる人 もちもの なし

定員 4名 講師 みなか

会場 おしゃベリスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

Time of Tea 清茶居

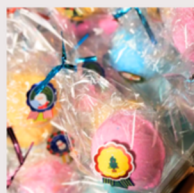
申込 timeoftea2601@gmail.com

定休/不定休
受付/10:00-20:00



7 手作りアロマ教室

アロマグッズをインストラクターのカウンセリングのもと、ご自分で作ってみましょう！



日時 6/10(水) 11:00-12:00
6/10(水) 14:00-15:00
6/20(土) 11:00-12:00

費用 300円(材料費) 対象 どなたでも もちもの 筆記用具 ハンカチまたはタオル

定員 各5組 講師 アロマインストラクター 山田美保子

会場 アロンジェ・アロマーージュ
大東市南津の辺町23-22メソンドクロン 1F

アロンジェ・アロマーージュ

申込 090-4760-8971

定休/水曜、土曜、日曜、祝日
受付/10:00-18:00

8 火おこしチャレンジ！ 火とごはんの防災体験

ワクワクする火起こし体験とアイラップ炊飯で楽しみながら防災に役立つ知識と技術を身につけられる実践型講座です。



日時 6/6(土) 10:00-11:30
6/6(土) 13:00-14:30

費用 無料 対象 小学生以上 ※小学生は保護者同伴 もちもの なし

定員 3組 講師 中西 哲也 (防災士)・安田 剛 他

会場 藤本産業株式会社
大東市南津の里町14-33

藤本産業株式会社

申込 072-877-6005

定休/日曜・祝日
受付/8:30-17:30



9 パーソナル診断で似合う 眼鏡の選び方

自分に似合う眼鏡の種類やタイプってご存じですか？顔の輪郭・ベースカラー・顔のタイプを知って、似合う眼鏡のポイントをお伝えします。



日時 5/20(水) 19:00-20:00
5/30(土) 14:00-15:00
6/5(金) 14:00-15:00
6/7(日) 14:00-15:00

費用 500円(材料費) 対象 どなたでも もちもの なし

定員 3名 講師 アイウェアスタイリスト 関山 聡

会場 Green glass グリーングラス
大東市住道1-4-9 1階店舗

Green glass グリーングラス

申込 072-812-7518

定休/木曜
受付/10:00-19:30



10 こがずに走る電動自転車 を体験してみよう！

話題の特定小型原動機付自転車の知識とルールを学び、簡単な理解度テストを行い体験試乗していただきます。自転車青切符制度の講話もします。



日時 5/17(日) 09:00-10:00
5/19(火) 10:00-11:00
5/23(土) 18:30-19:30
5/24(日) 09:00-10:00

費用 無料 対象 16歳以上の方 もちもの スマートフォン

定員 4名 講師 自転車技士 北野 義晴

会場 サイクルショップ ミラノ
大東市新町16-18

サイクルショップ ミラノ北野

申込 072-875-1820

定休/火曜
受付/10:00-18:30



11 天符経タロットで 自分の可能性が見つかる！

9000年前から地球に存在している81文字の人間完成の法と原理で、本来の私を取り戻して生きるチカラが生まれる変身のチャンス！



日時 5/20(水) 16:00-18:00
5/26(火) 13:00-15:00
6/20(土) 14:00-16:00
6/21(日) 14:00-16:00

費用 無料 対象 30代40代の男女 もちもの なし

定員 1人20分予約制 1日5組 講師 幸せ配達人 真殿和美

会場 Green glass グリーングラス
大東市住道1-4-9 1階店舗

天符経タロットしあわせ配達人

申込 090-8193-9221

定休/月曜
受付/14:00-18:00



12 あなたのタイプ発見 思考タイプ婚活診断

初めてでも安心。
思考タイプ婚活診断で自分を
知り、婚活がうまくいく伝え方と
関わり方のコツを学びます。

日時 5/16(土) 10:00-12:00
5/30(土) 13:00-15:00
6/13(土) 10:00-12:00
6/20(土) 13:00-15:00

費用 無料 対象 結婚に悩んでいるご本人
ご家族、ご親戚
定員 なし 講師 大石珠花子
会場 株式会社ゲットワークス
大東市曙町3-25



結婚相談所BLANCA

申込 090-2940-4556 または 定休/火曜 受付/11:00-20:00



13 初心者大歓迎！楽しく 学べるメルカリ教室

【不要品は捨てる】←この考え
そろそろ辞めませんか？あなた
が捨てようとするモノを探して
いる人がいるんです。メルカ
リで気軽に断捨離しましょう。

日時 5/21(木) 14:30-15:30
5/26(火) 13:00-14:00
6/9(火) 14:30-15:30

費用 無料 対象 どなたでも
定員 5名 講師 ふじたゆうすけ
会場 おしゃべりスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15



ヘナ職人フリーランス美容師

申込 LINE 定休/月曜 受付/10:00-19:00



14 怒られない！ スマホ・PC用語の説明会

デバイス・認証コード・アカウ
ント・クラウド…スマホやパソ
コンを使うとよく出て来るのに
意味がいまいち分からない。
そんな言葉を優しく解説！

日時 5/26(火) 10:00-11:00
6/2(火) 10:00-11:00
6/9(火) 10:00-11:00

費用 無料 対象 どなたでも
定員 4名 講師 梶山紀子
会場 おしゃべりスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15



システムステラ

申込 090-4903-4317 定休/日曜、祝日 受付/10:00-20:00

15 使い方色々！ YouTube活用セミナー

YouTubeは様々な使い道があり
ます！商品PR・求人・研修など
動画の強みを知り皆様の事業や
生活に役立てて下さい！
実例も紹介します！

日時 ①5/20(水) 13:00-14:00
②5/24(日) 13:00-14:00
③6/8(月) 11:00-12:00

費用 無料 対象 20歳以上 もちもの 筆記用具
定員 10名 講師 井上 史美
会場 ①おしゃべりスタジオ(夢コミ)(大東市住道1-6-15)
②もりねき書店(大東市北条4-3-9)



REFF Create (レフクリエイト)

申込 公式LINE 定休/土曜、日曜、祝日 受付/9:00-17:00



16 スマホで体験♪ わが家の防犯と見守り入門

大掛かりな工事なし！
家庭用カメラやセンサーの上手
な使い方を実際にスマホ画面を
見ながらデモ体験。“スマートホ
ーム”の基本もやさしく解説。

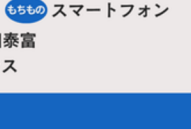
日時 6/4(木) 13:30-15:00
6/5(金) 13:30-15:00

費用 無料 対象 どなたでも もちもの スマートフォン
定員 5名 講師 中山史章、富田泰富
会場 トミタの家づくり舎 モデルハウス
大東市大野1-5-31



富田建設株式会社

申込 072-889-1483 定休/水曜 受付/9:00-17:00



17 投資商品の選び方

健全な投資市場は健全な投資家
から、を合言葉に、投資商品
を選ぶときに知っておきたい事
と一緒に学んでいきます。
投資なんて怖くない。

日時 5/18(月) 10:00-11:30
6/9(火) 13:00-14:30

費用 お気持ち 対象 「投資」に躊躇する方 もちもの なし
定員 5名 講師 松井孝允
会場 おしゃべりスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15



合同会社鹿深野経営研究所

申込 takamitsu_matsui@matsuiconsulting.com 定休/土曜、日曜、祝日 受付/10:00-18:00



18 あなたに合った 証券投資・NISAフル活用

いまから始める方もすでに投資
を始めている方も、分からない
ことやいまだに聞けないことな
んでもご相談して下さい。
上手にNISAを使いましょう。

日時 5/18(月)~5/22(金) 14:00-15:30
5/23(土)~5/24(日) 10:00-11:30

費用 無料 対象 20歳以上 もちもの なし
定員 10名 講師 支店長 田中 恵士
会場 内藤証券株式会社 住道支店
大東市須町9番10号



内藤証券株式会社 住道支店

申込 072-889-5236 定休/土曜、日曜、祝日 受付/8:30-17:00



19 飲食店開業を考える 前の前に考える事とは！

飲食店を開業したいけど、何か
ら始めたら良いか分からない？
まずは、お茶を飲みながらお気
軽にお話しませんか？
簡単なチェックシート付。

日時 5/18(月) 15:00-16:00

費用 無料 対象 どなたでも もちもの なし
定員 6名程度 講師 Cafedepotカフェ depot店長西川房良
会場 おしゃべりスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15



Cafe depot カフェデポ

申込 06-6454-3006 または 定休/なし 受付/14:00-23:00



20 ぶち開業、その前に

気軽に聞えるぶち開業ですが
開業前に考えなければならない
要素は脱サラ開業と同じです。
開業して、一緒にまちゼミを開
きませんか。

日時 5/18(月) 13:00-14:30
6/9(火) 10:00-11:30

費用 お気持ち 対象 開業したい人 もちもの 筆記具と電卓
定員 5名 講師 松井孝允
会場 おしゃべりスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15



合同会社鹿深野経営研究所

申込 takamitsu_matsui@matsuiconsulting.com 定休/土曜、日曜、祝日 受付/10:00-18:00



21 "好き"からはじめる♪ ちいさなお菓子の仕事

私が踏み出した最初の一步、
形にしていくまでの道のりを、
小さく始めたい方へお届けします。
【特製スイーツセット付き】

日時 6/12(金) 17:00-18:00
6/14(日) 11:00-12:00
6/19(金) 16:00-17:00

費用 1000円(飲食費) 対象 中学生以上 もちもの なし
定員 5名または3組 講師 Baby's Breath 代表 坂井 朝子
会場 ライブラリーBAR昭和Facrory
大東市氷野1-15-6



Baby's Breath ベイブリーズプレス

申込 070-9155-3157 または 定休/不定休 受付/9:00-20:00



22 人生100年時代！ このあとどうしちゃう

本屋さんで本に囲まれて、ドリ
ンク片手に絵本を読みながら、
自分らしい"このあと"を、看護
師と語り合いませんか？

日時 5/30(土) 14:00-16:00
6/21(日) 10:00-12:00

費用 500円(飲食費) 対象 どなたでも もちもの なし
定員 10名 講師 ちえ、えみ、店長
会場 もりねき書店
大東市北条4-3-9



Zibuかふえ実行委員会

申込 Zibuかふえ Instagram DM 定休/不定休 受付/9:00-22:00



23 空き家の悩みを解決する セミナー&相談会

実家が空き家になった
相続した不動産をどうしたらいい
かわからないなど、不動産の
悩みのある方、お気軽にお越し
ください！

日時 6/4(木) 14:00-15:00
6/8(月) 17:30-18:30

費用 無料 対象 どなたでも もちもの なし
定員 6名 講師 宅地建物取引士 有田三千子
会場 株式会社 三住建設
大東市曙町2-6



株式会社 三住建設

申込 072-871-1419 または 定休/土曜、日曜、祝日 受付/9:00-12:00、13:00-17:00



24 要介護高齢者への旅行支援について

大東市で医療介護福祉事業、カフェ運営、旅行業を営んでいます。特に要介護高齢者への旅行支援の現状と課題についてざっくりお話をします。

日時 5/18(月) 15:00-16:00
5/25(月) 15:00-16:00
6/8(月) 15:00-16:00

費用 500円(飲食費) 対象 どなたでも

定員 6名 講師 中川英俊
会場 株式会社メディケア・リハビリ
大東市三住町4-13 Café Unis Unis

株式会社メディケア・リハビリ

申込 072-800-7893

定休/土曜、日曜、祝日
受付/9:00-18:00



もちもの なし



25 はじめてのレイキ 宇宙のエネルギー体験会

レイキ「宇宙エネルギー」であなたの心と体の自然治癒力を高めます。Oリング体験、ハンドケアをします。

日時 ①5/17(日) 14:00-15:00
②5/27(水) 14:00-15:00
③6/13(土) 18:00-19:00
④6/17(水) 14:00-15:00

費用 500円(飲食費) 対象 どなたでも

定員 3名 講師 山本 知津
会場 ①③おしゃべりスタジオ(夢コミ)(大東市住道1-6-15)
②④自宅サロン(大東市御領3-18-39)

靈氣サロン hoccori.

申込 080-3792-0167

定休/不定休
受付/11:00-18:00



もちもの なし



26 『好き』を形に！ プチ収入に繋げよう。

管理栄養士パティシエが作る、添加物フリーのお菓子を食べながら、『好き』を形にしたプチ収入の作り方を考えませんか？

日時 ①5/19(火) 11:00-12:00
②5/24(日) 14:15-15:15
③6/8(月) 15:00-16:00

費用 500円(お菓子代) 対象 どなたでも

定員 6名 講師 Cran-ti たみえ
会場 ①ライブラリーBAR昭和Factory (大東市氷野1-15-6)
②③おしゃべりスタジオ(夢コミ)(大東市住道1-6-15)

Cran-ti ~添加物フリーをめざした洋菓子店~

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/10:00-17:00



もちもの なし



27 コストコ商品の食べてみたかった！試食会！

コストコで販売されている人気商品、食べてみたかった！試して楽しい！試食会。5品目以上ご用意してお待ちします。

日時 5/20(水) 14:00-15:00
5/27(水) 14:00-15:00
5/30(土) 14:00-15:00

費用 300円(飲食費) 対象 どなたでも

定員 10名 講師 黒田
会場 Bear Cosco
大東市氷野1-16-1 西側

Bear Cosco

申込 072-300-2112

定休/月曜、日曜
受付/12:00-18:30



もちもの なし

28 発酵食を日常に！ ①ご飯編 ②お酒編

発酵食育伝道師*がお伝えしたいこと
①簡単だけど手抜きじゃない発酵3皿ご飯でお金と時間を節約(ランチ付き)
②びっくり！発酵食とお酒のペアリングを楽しもう

日時 ①5/31(日) 12:00-13:30
①6/9(火) 12:00-13:30
②6/21(日) 19:00-20:30

費用 ①500円 ②2000円 対象 どなたでも

定員 4名 講師 発酵食育伝道師* 木村 晋代子
会場 Green glass グリーングラス
大東市住道1-4-9 1階店舗

雨のち晴れ

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/随時



もちもの なし



29 正しい洗顔で美肌へ

正しいクレンジング、ウォッシングの泡だて、ローションのコットの使い方をマスターして美しいお肌をめざしましょう。

日時 5/21(木) 10:00-11:00
5/28(木) 10:00-11:00
6/3(水) 10:00-11:00
6/18(木) 10:00-11:00

費用 無料 対象 どなたでも

定員 5名 講師 五十嵐初美
会場 メナード野崎統轄販売株式会社
大東市深野4-5-66

メナード野崎統轄販売株式会社

申込 072-871-1090

定休/日曜、祝日、第2・第4土曜
受付/9:00-17:00



もちもの タオル、筆記用具

30 あなたの魅力をひらく 効き顔レッスン

自分に似合うメイクを知り、魅力をひらく効き顔チェックと似合わせヘアメイクのコツを学ぶ体験講座です。明日からすぐ実践できます。

日時 5/25(月) 10:00-11:00
5/30(土) 10:00-11:00

費用 600円(材料費) 対象 どなたでも

定員 8名 講師 魅力をひらく美容の魔法使い カジマリ
会場 来ぶらり四条
訪問なので店舗なし

訪問美容師かじまり

申込 公式LINE

定休/なし
受付/9:00-18:00



もちもの 顔全体が映る鏡、お使いのメイクポーチ(お持ちの方のみ)



31 よもぎ足蒸し体験 & アロマでハンドケア

もぐさ状のよもぎとマコモで足蒸し体験&お悩みに応じたアロマでハンドケアを体験出来ます。巡りを促す事で不調を改善し、心地よい癒やしをご提供。

日時 5/17(日)、5/27(水)
6/14(日)、6/19(金)
①11:00-12:00 ②11:00-12:00
③14:30-15:30 ④16:00-17:00
⑤17:30-18:30

費用 1200円 対象 どなたでも

定員 各1名 講師 アロマセラピスト
会場 木葉花~kyoka~
大東市赤井1-5 ラプラス住道401

木葉花~kyoka~

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/11:00-20:00



もちもの フェイスタオル1枚



32 耳つぼと 身体の繋がりで整う

自分と向き合う時間。自分の身体の不調を耳から分かる耳ほぐしで免疫力を上げよう。

日時 5/16(土) 13:00-14:30

費用 300円(飲食費) 対象 7歳以上

定員 4名2組 講師 柴田久美子
会場 サロンkafuu
大東市三住町1-23

サロンkafuu

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/平日19:00~、土日10:00~



もちもの 筆記用具



33 誰でもできる！初めてのペンジュラム

もう迷わない〜心の声(潜在意識)を聴いてみよう〜
本当の自分、私らしい生き方&未来へ……自分軸を整える☆タロットワークショップメッセージ付き

日時 5/16(土) 16:00-17:00
5/21(木) 13:00-14:00
6/8(月) 13:30-14:30

費用 無料 対象 どなたでも

定員 4名程度 講師 水月佳那 (みづきかな)
会場 おしゃべりスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

「福音明輝」水月佳那 (みづきかな)

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/10:00-20:00



もちもの ペンジュラム(貸出可)



34 運動不足を気軽に解消！

超初心者さんも大歓迎！ストレッチからはじめ、簡単な振り付けで踊っていきましょう。5月はバレエ、6月はジャズダンスです。

日時 5/16(土) 10:00-11:00
5/23(土) 10:00-11:00
6/6(土) 10:00-11:00
6/13(土) 10:00-11:00

費用 無料 対象 女性

定員 10名程度 講師 中才貴恵
会場 ダンススタジオT-style
大東市赤井2-2-1(立山工業株式会社内)

ダンススタジオT-style

申込 090-9877-6372

定休/土曜、日曜、祝日
受付/10:00-17:00



もちもの 動きやすい服、飲み物、タオル



35 あなたの肩こり 何タイプ？姿勢編

繰り返す肩こり、、、姿勢をチェックしてあなたに合うケアで変化を体感しませんか？

日時 5/16(土) 10:30-11:30
5/28(木) 10:30-11:30
5/28(木) 19:30-20:30

費用 無料 対象 どなたでも

定員 3名 講師 前田 亮人
会場 あすへのチカラ整体院
大東市新町10-2-10A

あすへのチカラ整体院

申込 090-2948-6898

定休/火曜、第1・3月曜
受付/9:00-19:30



もちもの なし



36 おなかスッキリ♪ 40代からの腸活講座

40代からの腸の不調に合わせて、腸の簡単知識と便秘解消のコツを楽しく学び、毎日の腸ケアに役立てます♪



日時 ①5/16(土) 11:30-12:30
②6/6(土) 15:00-16:00

費用 ①フンドリンク ②無料 対象 40代以上の女性 持ちもの なし
定員 3名 講師 池原 忍
会場 ①もりねき書店 (大東市北条4-3-9)
②おしゃべりスタジオ(夢コミ)(大東市住道1-6-15)

Salon Shiil サロンしえる

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/10:00-18:00

39 chatGPTの活用で 治癒力を知ろう!

chatGPTを使って、治癒力を確認しながら、自身の健康管理を構築する



日時 5/21(木) 10:00-11:00
6/4(木) 10:00-11:00
6/18(木) 10:00-11:00

費用 500円(資料代) 対象 どなたでも 持ちもの なし
定員 4名 講師 自然療法師 治癒力 名窪 緑子
会場 宝石岩盤浴元氣快福サロン
大東市野崎1-6-25 シティエイト観音坂701

宝石岩盤浴元氣快福サロン

申込 070-5430-7980 または LINE

定休/不定休
受付/10:00-20:00

37 血糖値コントロールで、 10年後も健康に!

血糖値が気になるけど、甘い物が好き! お腹いっぱい食べた! 家族が糖尿病で食事に困っているなど。血糖値に関する食事のお悩みを共有しませんか。



日時 ①5/20(水) 11:00-12:00
②5/24(日) 13:00-14:00
③6/3(水) 13:00-14:00

費用 500円(資料代) 対象 血糖値が気になる方 持ちもの なし
定員 6名 講師 管理栄養士 たみえ
会場 ①ライブラリー-BAR昭和Factory (大東市水野1-15-6)
②おしゃべりスタジオ(夢コミ)(大東市住道1-6-15)

美味しい糖尿食ケア

申込 公式LINE

定休/不定休
受付/10:00-17:00

38 <巻き爪・陥入爪>で お悩みの方へ

爪のトラブルは切り方、靴の履き方で決まります。正しくは?



日時 5/18(月) 10:00-11:00
5/31(日) 10:00-11:00
6/8(月) 10:00-11:00

費用 無料 対象 どなたでも 持ちもの なし
定員 4名 講師 川口 勇男
会場 平和鍼灸整骨院
大東市住道1-1-4

平和鍼灸整骨院

申込 072-812-5435

定休/月曜、日曜、祝日
受付/9:00-12:00、17:00-19:00

40 長生きするなら知っとこう MCIのこと

物忘れの裏にあるフレイルやMCI(軽度認知障害)に早く気づけば未来は変えられます。



日時 5/25(月) 10:15-11:15
5/30(土) 10:00-11:00
6/11(水) 15:15-16:15
6/17(水) 18:00-19:00

費用 無料 対象 どなたでも 持ちもの なし
定員 10名 講師 上田 美里、野間 麻子
会場 川村義肢株式会社ショールーム
大東市御領1-12-1

川村義肢株式会社ショールーム

申込 072-875-8037 または 申込フォーム

定休/日曜、祝日
受付/9:30-17:00

41 介護前! 準備講座 一親と話すこれから

介護は突然ではありません。元気な親も少しずつ老いに向かっています。親との対話に悩んだ看護師が向き合い方のヒントをお伝えします。



日時 5/23(土) 14:00-15:00
6/7(日) 14:00-15:00

費用 無料 対象 40、50代の方 持ちもの なし
定員 5名 講師 藪内 加奈子 (まちの看護師)
会場 ライブラリー-BAR昭和Factory
大東市水野1-15-6

藪内加奈子(フリー看護師)

申込 申込フォーム

定休/不定休
受付/すべて二次元コード先で対応

42 手作り体験 スタンドグラスぶどうのランプ

スタンドグラスを使ってかわいい葡萄ランプを作ってみませんか? ガラスの切断からハンダ付けまで体験できます。



日時 5/16(土) 5/17(日) 5/23(土)
5/24(日) 5/25(月) 5/29(金)
6/4(木) 6/12(金)
6/16(火) 6/17(水)
全日曜 14:00-17:00
第2部 18:00-20:00 ※日曜のみ2部なし

費用 1700円(材料費) 対象 小学3年生から 持ちもの なし
定員 3名 講師 植村
会場 ものづくりレンタル工房 (駐車場3台あり)
大東市北条1-3-4

ものづくりレンタル工房

申込 090-3487-9684

定休/月曜、日曜
受付/10:30-17:30

43 障害福祉の仕事をやりたい

福祉の仕事これから始めたい方、興味がある方、起業したい方など、講義ではなくお茶を飲みながら気軽に話しませんか?



日時 5/20(水) 19:00-20:00
5/27(水) 19:00-20:00
6/10(水) 19:00-20:00
6/17(水) 19:00-20:00

費用 無料 対象 どなたでも 持ちもの なし
定員 3名 講師 吉田
会場 発達支援ルームゆあーず
大東市赤井1-15-1大東ビル4F

発達支援ルームゆあーず

申込 公式LINE

定休/月曜、木曜
受付/10:00-19:00

44 親子でラーメン職人体験

プロのてぼ(振りザル)で湯切り体験! 自分好みのトッピングでラーメンを完成させよう。完成後はみんなで食べよう!



日時 5/16(土) 15:00-16:00
5/30(土) 15:00-16:00
6/13(土) 15:00-16:00

費用 500円(飲食費) 対象 小学生とその家族 持ちもの 動きやすい服装(長ズボン)と靴
定員 2組 講師 下山 浩太郎 店長
会場 小麦の星
大東市浜町8-20 八高ビル 1階

小麦の星

申込 Instagram DM

定休/なし
受付/15:00-17:00

45 つくってあそぼう! へんしんおもちゃ

牛乳パックや画用紙など、身近な材料で作れる「へんしんおもちゃ」あなただけのオリジナルおもちゃを作ってあそぼう!



日時 5/17(日) 13:00-16:00
5/23(土) 13:00-16:00
5/31(日) 13:00-16:00
6/13(土) 13:00-16:00

費用 無料 対象 だれでも 小学生以下は保護者同伴 持ちもの なし
定員 10名程度 (親子参加は5-6組) 講師 くまさん
会場 カフェやすらぎハウスくまさん家 (ち)
大東市谷川2-3-1

カフェやすらぎハウスくまさん家 (ち)

申込 072-381-0507

定休/火曜、水曜、祝日
受付/8:00-17:00

46 つくってあそぼう ～なにをやねん～

粘土を使って、自由に楽しく自分だけのオリジナルキャラクターを作ります♪ 出来上がったらみんなで撮影会をしましょう!



日時 5/16(土) 10:00-11:30
5/17(日) 14:00-15:30
6/13(土) 14:00-15:30
6/14(日) 10:00-11:30

費用 500円(材料費) 対象 親子連れ歓迎 持ちもの エプロン
定員 6人 講師 イラスト、ミニドールメーカー 藤本麻依
会場 Green glass グリーングラス
大東市住道1-4-9 1階店舗

ハッピー&スマイルまい工房

申込 072-812-7518 または Instagram

定休/木曜
受付/10:00-19:30

47 ダンスの楽しさ 一緒に感じよう!

お家や幼稚園・保育園で踊ることが好き! だけどこのスタジオがいの? ダンスを始めるきっかけをゆっくり楽しく私たちが作りませんか?



日時 5/24(日) 11:00-11:45
5/24(日) 12:00-12:45
6/7(日) 11:00-11:45
6/7(日) 12:00-12:45

費用 無料 対象 3歳～小学3年生 持ちもの 飲み物
定員 5名 講師 anne (アン)
会場 From Earth Kids
大東市膳福1-12-12

にこにこダンススタジオ

申込 080-3845-9247

定休/なし
受付/16:00-21:00

48 身体に障害のある お子様への東洋医学的講座

パラリンピック陸上日本代表の元トレーナーによる自宅でできる東洋医学的 hands-on 講座。マッサージュやストレッチなどを実際にうけて頂きながら教えます。



日時 5/28(木) 11:30-13:00
6/4(木) 11:30-13:00

費用 無料 対象 身体に障がいのあるお子様 もちもの タオル
定員 親子3組 講師 前田 為康
会場 大阪 前田鍼灸院
大東市曙町2-8

大阪 前田鍼灸院 (旧 前田針灸接骨院)

申込 072-873-7171 または公式LINE 定休/水曜 受付/9:00-18:00

51 ☆今夜の星で キャラクターを描こう☆

今夜の星座のお話を聞きながら好きな星座を選んであなたが思い浮かんだキャラクターを描いてみましょう。描いた絵は持って帰れます☆



日時 5/16(土) 13:00-14:00
5/28(木) 10:00-11:00
6/6(木) 20:00-21:00
6/16(火) 20:00-21:00

費用 200円(材料費) 対象 10歳未満は保護者同伴 もちもの なし
定員 5名または3組 講師 いまざと まりな
会場 おしゃベリスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

ミカゲデザインラボ

申込 フォーム

定休/土曜、日曜、祝日 受付/9:00-17:00

49 基礎なしでもすぐできる! 1日バンド体験

「自分にも楽器できるかな...?」はい、できます!! いろんな楽器を試して即席バンドデビュー! プロによるミニライブ付き♪



日時 5/16(土) 14:30-15:30
5/28(木) 19:00-20:00

費用 無料 対象 どなたでも もちもの なし
定員 5名 講師 大東まちゼミバンド特別講師陣
会場 おしゃベリスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

十川ももこ & 中村 加那美

申込 072-812-2187 または公式LINE 定休/不定休 受付/9:00-21:00

50 推しカラーキーホルダーを 作ろう!

デザインとハンドメイドのコラボで推しカラーのシャカシャカキーホルダーを作ろう! お好きな文字を入れて作れます!



日時 5/20(水) 11:00-12:00
6/3(水) 11:00-12:00

費用 500円(材料費) 対象 どなたでも もちもの なし
定員 5名 講師 Miria、あいら
会場 おしゃベリスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

おしゃベリスタジオ(夢コミ)

申込 072-812-2187 または公式LINE 定休/不定休 受付/9:00-21:00

52 運動をはじめよう! ストレッチ・ダンス

初心者大歓迎! はじめての方も楽しく参加できる運動クラス。簡単にできるストレッチ・ダンス・バレエを取り入れた丁寧にご案内します。



日時 5/29(金) 10:00-11:00
5/31(日) 14:00-15:00
6/3(水) 10:00-11:00
6/15(月) 10:00-11:00

費用 500円(材料費) 対象 どなたでも もちもの お着替え・水分
定員 5名 講師 上田 由樹、池原 杏、吉崎 聡子
会場 +13
大東市錦町7-5

+13 (ぶらすじゅーさん)

申込 公式LINE

定休/なし 受付/9:00-21:00

53 アロマを使った チェアヨガ

アロマとヨガで呼吸を深め、血流アップ! 心身を整えリフレッシュできます。日々の運動習慣を取り入れるきっかけに♪



日時 5/21(木) 5/28(木)
6/4(木) 6/18(木)
各日ともに
15:00-15:40または
16:00-16:40

費用 500円(材料費) 対象 どなたでも もちもの 動きやすい服装、水分
タオル
定員 6名 講師 花村 今子、田中 マミ
会場 大東市立生涯学習センターアクロス4階キッズルーム
大東市末広町1-301

マミヨガ

申込 080-3800-6567 または公式LINE 定休/なし 受付/15:00-21:00

54 管理栄養士あゆか 「煮る」試食会&演奏会

ハープ弾き歌いTomokoとフェリーチェピアノサロン加那美によるミニコンサート。おぼんざい立ち飲み煮るの試食付きで美味しく楽しく交流。



日時 5/19(火) 19:00-20:30
6/9(火) 19:00-20:30

費用 1000円(飲食費) 対象 どなたでも もちもの なし
定員 10名 講師 中村真年三姉妹!?
会場 おしゃベリスタジオ(夢コミ)
大東市住道1-6-15

おしゃベリスタジオ(夢コミ)

申込 072-812-2187 または公式LINE 定休/不定休 受付/9:00-21:00

55 誰かの役に立つ セラピスト入門お話し会

セラピストに興味ある方、自宅サロンの手技を増やしたい・悩みのある方同志集まってお茶をしながら交流しませんか?



日時 ①5/16(土) 10:00-11:00
②5/26(火) 19:00-20:00
③6/7(日) 11:00-12:00

費用 ①アドリンク代 ②300円(飲食費) 対象 男女・年齢こだわりなし もちもの なし
定員 3名 講師 m's まき、Shiil のぶ
会場 ①もりおき書店 (大東市北条4-3-9)
②③おしゃベリスタジオ(夢コミ)(大東市住道1-6-15)

手技と癒し・KODAWARIの手

申込 Instagram DM

定休/不定休 受付/随時

56 人と人を繋ぐ大東タイム 愛読者ミーティング

大東タイム掲載店のカフェで編集部と誌面のアイデアを出し合って楽しめる街づくりをしましょう。あなたのご意見が誌面に反映されるかも!?



日時 ①5/20(水) 14:30-16:00
②6/18(木) 14:30-16:00

費用 1000円(飲食費) 対象 DAITOTIME読者 もちもの なし
定員 6名 講師 阿部 美紀
会場 ①Cafe UnisUnis (大東市三住町4-13)
②café M (大東市野崎1-3-8 2階)

DAITOTIME編集部

申込 申込フォーム

定休/土曜、日曜、祝日 受付/10:00-17:00

ホームページやSNSで
まちゼミ最新情報をCHECKしよう!



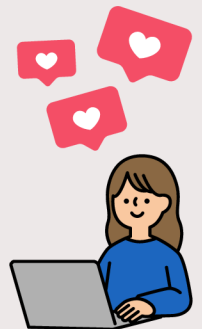
公式ホームページ



インスタグラム



フェイスブック

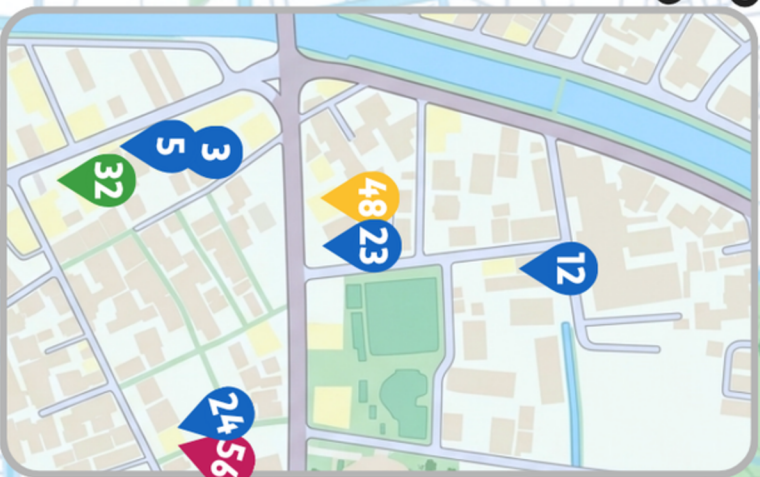


大東まちゼミ

講座マップ



- 趣味
学び
- グルメ
- ナイト
- 美容
健康
- キッズ
親子
- コラボ



ライブラリーBAR
昭和factory

21	26
37	41

おしゃべりスタジオ(夢コミ)

1	6	13	14	15	17
19	20	25	26	33	36
37	49	50	51	54	55

Green glass
カーンガラス

もりねき書店

15	22
36	55

