

お店のプロが教えてくれる！
トクする街のゼミナール

ま
ま
ち
ゼ
ミ
ゼ
ミ
参加店

第11回

むつまちゼミ

開催期間 2023. 10/9(月) ▶ 11/30(木)

全38講座
完全予約制

受講料無料

(一部材料費がかかる講座がございます)

お申し込みは
各店へ！

まちゼミの
受講方法

- 1 講座を選ぶ
- 2 お店へ電話予約
- 3 当日はお店へ

電話予約 10/2(月) 受付開始!

*店舗が休日の場合は受付できません

「まちゼミ」とは!?

お店の人が講師になり、プロのコツや専門知識、お楽しみを無料で教えてくれる
少人数制のミニ講座。暮らしを豊かにする、お客様とお店の出会いの場です。

むつ市以外の方も受講できます。また、お店からの販売は一切行いませんので、安心してご参加ください。

- お申し込みは定員になり次第、締め切らせていただきます。なお受付開始前のご予約はできませんのでご注意ください。
- 講座は全て一回完結です。材料費を頂く講座は、金額を記載しています。小学生以下のお子様は、保護者同伴でご参加ください。
- 予約後のキャンセルは、速やかにお店にご連絡ください。直前の場合は材料費を頂く場合もございます。

食・料理

食に関する体験や
知識を学べる講座

1 そば打ち教室

本格手打ちそば作りに挑戦してみませんか？



10/14(土) 10/22(日)
10/15(日) 10/28(土)
10/21(土) 10/29(日)
<各回14:30~16:30>

- 材料費/1,000円(食材代)
- 定員/各回6名
- 持ち物/エプロン、三角巾、タッパー等入れ物

講師/石田照光
そば処 妙見
むつ市横迎町1-9-11

日程相談可

☎0175-23-8741 ■受付/11:00~14:00 ■休日/月曜・火曜

2 美味しいコーヒーの淹れ方

コーヒーを美味しく作るコツと飲み比べ



10/19(木) 14:00~15:00
11/9(木) 10:00~11:00
11/23(木) 14:00~15:00

- 材料費/400円(コーヒー代)
- 持ち物/なし
- 定員/各回4名

講師/コーヒー検定員クリティック 弓暢子

コーヒー通り21
むつ市緑町18-36

☎090-2603-0339 ■受付/10:00~17:00 ■休日/木曜・金曜・日曜

3 奇跡のアピオス健康法

スーパーフードアピオスのパワーをお伝えします



11/13 日 10:00~11:00
11/17 金 18:00~19:00
11/22 水 14:00~15:00
11/26 日 10:00~11:00

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回4名

■講師/峯里砂子

日程相談可

fieldむつつのたね

むつ市海老川町3-15

☎090-4816-6251 ■受付/9:00~19:00
■休日/不定休

4 日本酒で(を)語るべ!

講座と言う名の呑みコミュニケーション(笑)



11/5 日 11/19 日
11/12 日 11/26 日
<各回17:00~18:00>

- 対象/20歳以上
- 材料費/1,000円(日本酒代)
- 持ち物/帰りの足(笑)
- 定員/各回4名

■講師/大平博信

和風ダイニング みつものや。

むつ市上川町2-39(1F)

☎0175-23-2115 ■受付/14:00~20:00
■休日/水曜

5 味噌のはなし

味噌の良さの再発見!



10/23 日 11/13 日
10/30 日 11/20 日
11/6 日
<各回10:00~11:00>

- 材料費/なし
- 持ち物/筆記用具
- 定員/各回5名

■講師/佐々木まき子

日程相談可

自然食品の店 檜葉

会場 海老川コミュニティセンター和室 むつ市緑町3-1

☎090-6459-6334 ■受付/9:00~18:00
■休日/日曜

6 簡単みそ造り!

無添素材で旨み抜群!とにかく作ってみて!



10/18 水 10:00~11:30
11/10 金 10:00~11:30

- 材料費/1,000円(食材代)
- 持ち物/エプロン、バスタオル、三角巾
- 定員/各回8名

■講師/八戸小百合

日程相談可

グリーンマーケット下北店

むつ市小川町2-2-4

☎0175-22-0227 ■受付/10:00~17:00
■休日/土曜・日曜・祝日

7 韓国料理でアンニョンハセヨ!

チヂミと秘伝のたれづくり



10/29 日 10:30~11:30
11/26 日 10:30~11:30

- 対象/20歳以上
- 材料費/500円(食材代)
- 持ち物/エプロン
- 定員/各回4名

■講師/傳法明子

スナックぼたん

むつ市大湊新町20-1

☎090-1930-3235 ■受付/10:00~19:00
■休日/無休

8 ポン・サーブのチーズ?

モッツアレラチーズの話 試食も予定



11/22 水 17:00~18:30

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/8名

■講師/原英輔・山本拓也

ミルク工房ボン・サーブ

むつ市田名部内田42-606

☎0175-28-2888 ■受付/10:00~16:00
■休日/無休

知る・学ぶ

お楽しみや
新たな発見、
知識を学べる講座

9 解説!新NISAって、なーに?

今年NISAを始めるべき3つの理由を説明します!



10/18 水 10:30~11:30
10/25 水 10:30~11:30

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回5名

■講師/北沢優・八重樫政幸

青森銀行むつ支店

むつ市本町2-11

☎0175-22-1311 ■受付/9:00~17:00
■休日/土曜・日曜・祝日

10 愛車をセルフチェック!

安全点検して車長持ち!車の疑問も承ります!



10/9 月 14:00~15:00
10/12 水 14:00~15:00
10/14 土 10:00~11:00

- 材料費/なし
- 持ち物/自家用車、車手
- 定員/各回3名

■講師/白浜憲一

協栄石油

むつ市新町10-33

☎0175-22-1750 ■受付/8:30~18:00
■休日/無休

11 織細さんのお話会

HSP織細さんについて学ぼう!話そう!



11/11 土 14:00~15:00
11/25 土 14:00~15:00

- 材料費/なし
- 持ち物/筆記用具
- 定員/各回4名

■講師/心理カウンセラー 菊池如美

mother earth

会場 ライフステージからたち むつ市新町8-7

☎090-4559-4672 ■受付/10:00~16:00
■休日/土曜・日曜・祝日(調整可)

12 祈りのある生活を!

地域のまちづくりの原点は氏神さまのまつりから!



10/11 水 10:00~11:00
① 10/27 金 10:00~11:00
11/11 土 10:00~11:00
② 10/15 日 10:00~12:00

- 材料費/なし ●持ち物/なし
- 定員/各回 ①5名 ②10名

■講師/①渡邊英司 ②新盛組

大覚院熊野神社 むつ市新町3-15

会場 ①大覚院熊野神社 ②新町熊野神社社務所(新町15-3)

☎0175-22-2682 ■受付/9:00~18:00
■休日/無休

13 カラーインクで文学をなぞろう

万年筆のインクで名作の世界に浸りましょう



10/22 日 11:00~12:00
10/24 火 11:00~12:00
10/27 金 11:00~12:00

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回4名

■講師/山本理子

アンエイム東京堂

むつ市中央2-7-1

☎0175-28-3410 ■受付/11:00~19:00
■休日/水曜

■当神社もむつまぢゼミを応援しています■

人生の節目の
お詣りに...



祝祭日には国旗を
掲げましょう

大覚院熊野神社

宮司 渡邊英司

〒035-0051 青森県むつ市新町 3-15 TEL 0175-22-2682

ようこそ大湊へ

旅の思い出に「大湊」の夜をお楽しみください

居酒屋伝ちゃん

むつ市大湊新町20-31 TEL 0175-24-3729

姉妹店

スナックぼたん

むつ市大湊新町20-31 TEL 0175-24-2681



日テレ『秘密のケンミンSHOW』

~平成30年2月15日放送~

青森県民が熱愛する

『貝焼き味噌』特集で紹介されました!

私達はむつまぢゼミを応援しています。

14 家電の理解講座

買い換えと使い方の理解で電気代を節約



10/26 ⑩10:15~11:45
11/8 ⑩10:15~11:45

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回12名

■講師/米澤智憲

東北電力むつ営業所
むつ市小川町2-3-7
☎0175-22-7975 ■受付/10:00~16:00
■休日/土曜・日曜・祝日

15 えんきん、ちゅうきんって何？

見え方の違いを実際に体験してみましょう！



10/18 ⑩11:00~12:00
10/27 ⑩18:00~19:00

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回3名

■講師/1級眼鏡製作技能士 藤谷学

correct megane コレクトメガネ
むつ市金曲1-2-7(若生モール内)
☎0175-31-0768 ■受付/10:00~19:00
■休日/無休

16 基礎から学ぶマネーセミナー

人生100年時代の選択



10/18 ⑩10:30~11:30
11/8 ⑩10:30~11:30
11/15 ⑩10:30~11:30

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回5名

■講師/神山和芳 [日程相談可]

アクサ生命保険 むつ分室
むつ市小川町2-11-4 むつ市商工会館2F
☎0176-24-2624 ■受付/9:00~17:00
■休日/土曜・日曜・祝日

17 「好感度アップ！」マナー講座

自分をより輝かせるポイントをアドバイス



11/7 ⑩13:00~14:30
11/8 ⑩13:00~14:30

- 対象/結婚をお考えの方、結婚を後押しされている方
- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回5名

■講師/杉山裕生子 [日程相談可]

結婚相談所 NPO縁 むつ支部
むつ市中央2-9-56
☎070-2028-5110 ■受付/11:00~17:00
■休日/不定休

18 黄昏(たそがれ)ライブ

懐かしのヒット曲を生演奏でお楽しみください



10/14 ⑩19:00~20:30
10/21 ⑩19:00~20:30
10/28 ⑩19:00~20:30

- 対象/16歳以上
- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回8名

■講師/1級眼鏡作成技能士 坪勇一

坪眼鏡店
むつ市柳町1-2-2
☎0175-22-1431 ■受付/10:00~17:00
■休日/ほぼ無休

19 今話題のAI「チャットGPT」

生成AIとは何か実際に使って解説します！



10/9 ⑩18:30~19:30
11/1 ⑩18:30~19:30
11/30 ⑩18:30~19:30

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回4名

■講師/井本貴之

マウスパートナー
むつ市中央2-26-32
☎0175-29-4445 ■受付/9:30~18:00
■休日/日曜・祝日

20 わんこに好かれる人になろう！

わんこに好かれるには嫌われない事が一番大事なんです



10/9 ⑩17:00~17:45
11/4 ⑩17:00~17:45

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回3名

■講師/鳥山智穂

わんこの美容室 はなこ
むつ市金曲1-10-63
☎090-5834-3516 ■受付/9:30~17:30
■休日/月曜・第1日曜 第3火曜

21 斗南丘 開拓からベリー園まで

開拓の話、癒しのベリー茶ベリーアイス



10/9 ⑩13:30~15:00

- 材料費/500円(材料代)
- 持ち物/外を歩ける服装、履き物
- 定員/8名

■講師/原英輔・大平貞伸 [コラボ]

ミルク工房ポンサーブ×ベリーオーチャド下北
会場 ベリーオーチャド下北 むつ市田名部内田42-651
☎0175-28-2888 ■受付/10:00~16:00
■休日/無休

講座アイコンの説明

- コラボ** …コラボ講座
複数の店舗で協力して行う講座です。
- 初めて優先** …初めての方優先講座
できるだけ同店舗での講座の受講が初めての方を優先受付している講座です。(定員に達しやすいため)
- 日程相談可** …日程相談可能講座
記載日程以外でも開催できる可能性がある講座です。お店に直接連絡してご相談ください。

協同印刷工業株式会社

KYODO DESIGN & PRINTING

「ニーズに、応える。」

私達は むつまちゼミを 応援しています。

協同印刷工業(株)は、時代のニーズに合わせ応えるべく様々な取り組みを行い、地域社会に貢献できるよう努めています。




下北ペーパーとは、SDGsの目標につながっている、日本の製紙工場と青森県下北半島の皆様のシュレッター紙とのコラボで生まれた社会・経済・環境を守る当社オリジナルの再生紙です。

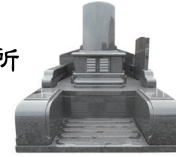
〒035-0041 青森県むつ市金曲1-15-8 TEL 0175-22-2231 FAX 0175-22-0435

お墓と仏壇は心のかたち

お墓や仏壇は過去と現在を結ぶ絆の証



お墓も仏壇も故人との絆を確認できる大切な場所
その大切な場所を 私たちはつくっています



耐震墓石 小田桐石村 むつ市仲町15-8
本店33-3166 大間37-5466
私達はむつまちゼミを応援しています。

畑中歯科医院

むつ市小川町1-17-13
☎23-4338

歯科・歯科口腔外科

◆診療時間

時間	月	火	水	木	金	土
9:00~13:00	●	●	●	-	●	9:00~12:30
14:30~18:00	●	●	●	-	●	14:00~17:00

◆休診日/木曜・日曜・祝日
私達はむつまちゼミを応援しています。

第二田名部小学校 ●



★ 当院

●下北文化会館 4台 P P 6台

作る

作り方を楽しく
学べる講座

22 来年の干支(辰)を作ろう

縁起の良い辰の押絵を作って、新年を迎えましょう



11/13 月 10:00~12:00
11/14 火 10:00~12:00
11/15 水 10:00~12:00
11/16 木 10:00~12:00
11/17 金 10:00~12:00
11/18 土 13:30~15:30

- 材料費/1,000円(材料代)
- 持ち物/ハサミ(布用)、ポンド
- 定員/各回3名

ライフステージからたち

日程相談可

むつ市新町8-7

☎0175-22-8848 ■受付/10:00~17:00 ■休日/日曜

23 ありがとうのハガキを贈ろう

「ありがとう」の顔にほっぺやハートを描きたそう



10/19 木 15:00~16:00
10/20 金 10:00~11:00
10/25 水 15:00~16:00
10/26 木 10:00~11:00

- 材料費/500円(ハガキ代)
- 持ち物/なし
- 定員/各回4名

講師/山崎忍・坂井知葉

真心堂

会場 真心堂はやかけホール むつ市大字田名部榎川目23-1

☎0175-30-7000 ■受付/8:00~17:00 ■休日/無休

24 インドリボンで作るパッチンピン

一緒に楽しく作りましょう!



10/14 土 14:00~15:00
10/15 日 14:00~15:00

- 材料費/なし
 - 持ち物/なし
 - 定員/各回2名
- ※針を使います。

講師/藤谷結衣

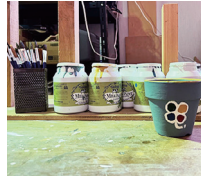
メガネのふじや

むつ市小川町2-4-14

☎0175-22-2932 ■受付/10:00~19:00 ■休日/無休

25 塗料から楽しむDIY講座

安心安全な塗料でオリジナル雑貨を作ってみよう!



10/16 日 17:30~19:00
10/23 日 17:30~19:00
11/2 木 17:30~19:00
11/9 木 17:30~19:00

- 材料費/なし ●定員/各回6名
- 持ち物/汚れていい服装、塗装したい小物(30cm程度のもの)
- ※無い場合は弊社で鉢を用意します。

講師/藤井翔太

フジイ

むつ市旭町13-23

☎0175-24-2998 ■受付/8:00~17:00 ■休日/日曜

26 お寺で和やかな時間過ごしましょう

和柄の折り紙で袋を作り、京の香りを入れます!



11/5 日 14:00~15:00
11/12 日 14:00~15:00

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回8名

講師/石澤早苗

初めて優先

真宗大谷派 憶念寺

むつ市川内町川内97

☎0175-42-4008 ■受付/17:00~20:00 ■休日/無休

健康・キレイ

美容や健康、
ファッションや
体についての講座

27 床バレエストレッチ講座

寝たままバレエ筋を刺激、真似して痩せ体質に!



11/11 土 15:30~16:30

- 材料費/なし
- 持ち物/ヨガマットが大きいもの、バスタオル、飲み物
- 定員/6名

講師/亀田望

Kirari Ballet

会場 むつ来さい館 1F会議室 むつ市田名部町10-1

☎090-4636-0565 ■受付/17:00~21:00 ■休日/不定休

28 お寺でほっこりヨガ

深呼吸♥心も前向き♥体もスッキリ♥



10/15 日 14:00~15:00
10/29 日 14:00~15:00

- 持ち物/ヨガマット(大型バスタオルでも大丈夫!)動きやすい服装で!
- 材料費/なし
- 定員/各回8名

コラボ

講師/ヨガインストラクター 佐々木絵理子

初めて優先

真宗大谷派 憶念寺×ヨガ・ピンクロータス

会場 真宗大谷派 憶念寺 むつ市川内町川内97

☎0175-42-4008 ■受付/17:00~20:00 ■休日/無休

真心堂はむつまぢゼミを応援しています

葬儀会館 真心堂はやかけホール



葬儀会館 真心堂ファミリーホール



むつ下北の葬儀の事なら

有限会社 真心堂

〒035-0021

むつ市田名部榎川目23-5

http://sin-sin-do.com/



事前相談・見積り承ります

お問合せ先/真心堂事務所まで

TEL.0175-30-7000

FAX.0175-30-7003

私の携帯に直接かけてもOKです!

090-2451-3841

お気軽にお問い合わせください!

遺言書の作成支援

相続手続きは、お任せください

成年後見 建設業許可、経審等

補助金申請支援 農地転用手続き

産廃業許可等各種許可申請手続き

私達は、むつまぢゼミを
応援しています。

赤松行政書士事務所

TEL:0175-34-0725

むつ市新町8-22(2F)

赤松行政書士事務所

検索



株式会社 未来保険センター

Youtubeは
こちらから



ホームページは
こちらから



時代は
ペーパーレスやで



TEL : 0175-31-0155 住所 : 青森県むつ市新町 28-17

営業時間 : 9:00 ~ 17:30(残業無し) 土日祝日休日(ホワイト企業)

29 禅語・坐禅とお茶を点てる体験

自由に楽しく気軽に一服



10/26 水 10:00~12:00
10/26 水 13:00~15:00

- 材料費/300円(材料代)
- 持ち物/なし
- 定員/各回8名

コラボ

■講師/大安寺茶友会・大安寺 副住職 長岡俊成 **初めて優先**

曹洞宗 円祥山 大安寺×大安寺茶友会

会場 曹洞宗 円祥山 大安寺 むつ市大畑町本町80

☎080-1809-7287 ■受付/8:00~19:00 ■休日/無休

30 心やすらぐ写経体験

手ぶらで!気軽に!自分時間



11/17 金 10:00~11:30
11/17 金 13:00~14:30

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回8名

■講師/大安寺副住職 長岡俊成 **初めて優先**

曹洞宗 円祥山 大安寺

むつ市大畑町本町80

☎080-2042-8337 ■受付/8:00~19:00 ■休日/無休

31 大人水泳教室

今からでも遅くない!大人のための水泳教室



10/11 水 18:30~19:15
10/18 水 18:30~19:15
10/25 水 18:30~19:15

- 材料費/なし
- 持ち物/水着、キャップ、ゴーグル(水泳道具一式)
- 定員/各回10名

■講師/濱中

スイミングアローズむつ

むつ市十二林4-1

☎0175-23-3045 ■受付/13:00~20:00 ■休日/月曜・不定休

32 ボディメイク攻略講座

痩せたい人、筋肉をつけたい人の知識講座です



10/11 水 13:45~14:30
10/22 水 13:45~14:30
10/23 月 13:45~14:30
10/28 土 13:45~14:30

- 材料費/なし ●持ち物/なし
- 定員/各回10名

■講師/ボディメイクインストラクター 近江宏紀

むつ市ウェルネスパーク

むつ市真砂町8-8

☎0175-28-4341 ■受付/9:00~20:30 ■休日/木曜

33 ストレッチ&水中ウォーキング

泳げなくても大丈夫!楽しみながら体をほぐそう★



10/27 金 10:30~11:30
11/6 月 13:45~14:45
11/15 水 10:30~11:30

- 材料費/なし ●定員/各回10名
- 持ち物/バスタオル、スイムキャップ、水着、Tシャツ(ストレッチ時に水着の上に着用)

■講師/田中亜由美

むつ市ウェルネスパーク

むつ市真砂町8-8

☎0175-28-4341 ■受付/9:00~20:30 ■休日/木曜

34 楽しくビジョントレーニング

遊びを通して『見るチカラ』を育てよう



10/9 日 13:30~15:00
11/3 金 10:00~11:30

- 対象/親子(大人のみ参加可)
- 材料費/なし
- 持ち物/動きやすい服装、飲み物
- 定員/各回6名

■講師/秋山真由美

下北トータルビジョントレーニング教室からふる

会場 海老川コミュニティセンター むつ市緑町3-1

☎070-4100-4912 ■受付/12:00~21:00 ■休日/不定休

35 初めての補聴器

補聴器と集音器の違い



10/11 水 10:00~11:00
10/18 水 10:00~11:00

- 材料費/なし
- 持ち物/なし
- 定員/各回2名

■講師/坪良子

坪眼鏡店

むつ市柳町1-2-2

☎0175-22-1431 ■受付/10:00~17:00 ■休日/ほぼ無休

36 簡単きれいな『お太鼓結び』

紐一本できれいな帯山作れます



10/11 水 14:00~15:30
10/18 水 14:00~15:30
10/25 水 14:00~15:30

- 対象/女性 ●材料費/なし
- 定員/各回2名
- 持ち物/袋帯又は名古屋帯、帯板、帯揚、帯メ、帯枕、紐3本、洗濯/バサミ2個

■講師/掛端英理子・小柳享子

小柳呉服店

むつ市新町11-2

☎0175-22-7011 ■受付/10:00~16:30 ■休日/日曜・祝日

37 超初心者向け♪きものレッスン

着物の着方について学んで見ませんか?



10/21 土 10:00~11:30
10/27 金 14:00~15:30
10/28 土 10:00~11:30
11/2 水 14:00~15:30

- 材料費/なし ●定員/各回3名
- 持ち物/あれば着物一式(無ければ貸出)

■講師/後藤真理子・白取文代・後藤憲和 **日程相談可**

きもの後藤

むつ市金谷1-14-19

☎0175-22-2647 ■受付/10:00~18:00 ■休日/水曜

38 タンスの着物を着ましょう♪

ママ振袖から着物リメイクまで活用アドバイス



10/21 土 16:00~17:00
10/27 金 16:00~17:00
11/2 水 16:00~17:00

- 材料費/なし
- 持ち物/相談したい着物や帯
- 定員/各回2名

■講師/後藤憲和・白取文代・後藤真理子 **日程相談可**

きもの後藤

むつ市金谷1-14-19

☎0175-22-2647 ■受付/10:00~18:00 ■休日/水曜

次回まちゼミ 参加店募集!!

あなたのプロのお話で
お客様にお楽しみと幸せを!

お問い合わせ先 むつまちゼミの会

☎0175-22-2647

受付担当/副会長 後藤憲和(きもの後藤)

✉ info@mutsuzemi.com

まずはお気軽にお問い合わせください!



むつまちゼミ



LINE公式アカウント
友だち募集中

開催中の講座情報や次回開催予定をお届けします!



友達追加画面でQRコードを
スキャンしてご登録ください。

ID: @648rvyhe

希望の羽 世界へ届け むつの光 ※「夜景キャッチコピー」優秀賞作品

むつ商工会議所は、釜臥山展望台から望む夜景を
滞り型観光資源として活かすため取り組んでいます。

むつ商工会議所

〒035-0071 むつ市小川町二丁目11-4 TEL 0175-22-2281 / FAX 0175-22-0167
URL : http://www.mutsucci.or.jp/ 私達はむつまちゼミを応援しています。

第11回 むつまちゼミ講座開催カレンダー (全講座1回完結)

10月	
1 (日)	
2 (月)	電話予約受付開始!
3 (火)	
4 (水)	
5 (木)	
6 (金)	
7 (土)	
8 (日)	
9 (月)	10 19 20 21 34 まちゼミスタート!
10 (火)	
11 (水)	12 31 32 35 36
12 (木)	10
13 (金)	
14 (土)	1 10 18 24
15 (日)	1 12 24 28
16 (月)	25
17 (火)	
18 (水)	6 9 15 16 31 35 36
19 (木)	2 23
20 (金)	23
21 (土)	1 18 37 38
22 (日)	1 13 32
23 (月)	5 25 32
24 (火)	13
25 (水)	9 23 31 36
26 (木)	14 23 29
27 (金)	12 13 15 33 37 38
28 (土)	1 18 32 37
29 (日)	1 7 28
30 (月)	5
31 (火)	

11月	
1 (水)	19
2 (木)	25 37 38
3 (金)	34
4 (土)	20
5 (日)	4 26
6 (月)	5 33
7 (火)	17
8 (水)	14 16 17
9 (木)	2 25
10 (金)	6
11 (土)	11 12 27
12 (日)	4 26
13 (月)	3 5 22
14 (火)	22
15 (水)	16 22 33
16 (木)	22
17 (金)	3 22 30
18 (土)	22
19 (日)	4
20 (月)	5
21 (火)	
22 (水)	3 8
23 (木)	2
24 (金)	
25 (土)	11
26 (日)	3 4 7
27 (月)	
28 (火)	
29 (水)	
30 (木)	19 まちゼミ終了!

リサイクル燃料の貯蔵を通じて、かがやく未来のゆたかな暮らしに貢献します。

RFS リサイクル燃料貯蔵株式会社

〒035-0022 青森県むつ市大字関根字水川目596番地1
 TEL.0175-25-2990 FAX.0175-25-2991 <http://www.rfSCO.co.jp>

私達はむつまちゼミを応援しています。