



深草でワクワクを体感!

出会い、学び、体験できる企画がもりだくさん!

ミートアップ

E-TOKO 深草

meetup!



セミナー

今年も深草に「meetup! セミナー」の夏がキター!!

深草エリアの技芸・技能、見識、経験に優れた「プロフェッショナル」が講師となって、地域の魅力や暮らしを豊かにするノウハウを教えてくれる「体験セミナー」が今年も勢ぞろい! お子様から大人の方まで、ご家族やお友達と参加やおひとり様でも♪楽しく学び合える多彩なプログラムをご用意しました。ぜひこの機会に深草の魅力を体感して「深草ファン」の輪を広げよう!



参加方法

1 セミナーを選ぶ

掲載のセミナーから参加したい企画を選んでください。

2 申し込む

必ず事前にそれぞれの出店者に直接お申し込みください。

セミナーによって受付方法、支払方法が異なりますので、詳細をご確認ください。

※お電話の際には「meetup! セミナーへの参加です」とお伝えください。

※メールでの申込みは「セミナー名」「お名前」「メールアドレス」「電話番号」「参加希望日時」「参加人数」を必ず明記ください。出店者からの折り返しの申込完了連絡をもって、予約確定となります。

3 参加する

各セミナーからお伝えする持ち物及び受講料を持参のうえ開始時刻までに開催場所に集合してください。

※やむを得ず欠席をされる場合は必ず前日、または出店者が指示する期日までに出店者に直接キャンセルの連絡を入れてください。**(当日キャンセルや無断キャンセルの場合は原則受講料をお支払いいただきます。)**



開催期間

令和 8年 8月1日(土)~9月30日(水)

申込
期間

7月13日(月)から
各セミナー開催日の3日前まで
※一部例外あり



3つ以上の
セミナーに参加し
アンケートに回答いただいた方の
中から抽選で30名様に

吉兆くん
アクリルスタンドを
プレゼント



深草マスコットキャラ
きっちろう
「吉兆くん」

主催

E-TOKO 深草推進チーム
(一社)京都中小企業家同友会伏見支部
伏見区役所深草支所

詳しくは「デジスタイル京都」内の[E-TOKO 深草]をチェック!

デジスタイル京都 深草 Q で検索





meetup!



セミナー 一覧

お申込みは直接、各セミナーの連絡先まで!



食



くらし



からだ



文化



地域

体験アイコン



親子



大人



どなたでも



Food



1 HOT・ぼっくす

見て楽しい、食べて美味しいお弁当作り教室



普段使っているお弁当箱をご持参いただき彩りよく詰めるコツを伝授します! もちろん詰めたお弁当はお持ち帰りいただき、美味しくお召上がりください。

- 日 時 8月1日(土) 10:00~12:00
- 受講料 800円
- 定 員 6名(小学生以上)
- 会 場 深草西浦町8丁目115武一ビル1階
- 申込 電話:075-647-7055

2

株式会社森野義(きょうのおだし)

夏休みの自由研究はこれで解決!
五感で学ば『削り節とお出汁』の秘密



ワークショップではお出汁のもととなる節原料について学んでいただき、大迫力の工場見学へ。その後、保護者の方へ簡単なお出汁のひき方をお伝えし、皆様でお味噌汁をご試食いただく約2時間のプログラム。

- 日 時 8月5日(水)、6日(木)、7日(金) 10:00~12:00
- 受講料 1組3,000円(税込)
※お土産付き(特撰削り節・削りたての鰹節・テキスト)
- 定 員 各回5組(1組4名まで) ※親子でご参加
- 会 場 深草西浦町7-26
- 申込 Webフォームから(予約受付7月17日13:00~8月4日12:00まで)



3 津乃嘉商店

これであなたも日本酒通! ? きき酒体験



きき酒を通じて日本酒の違いや魅力を知ってみませんか? 日本酒に最近興味がある方、違いがよくわからない方へ、分かりやすく説明いたします!

- 日 時 8月11日(火・祝) 14:00~15:00
- 受講料 1,500円
※利き酒用のお酒代含む
- 定 員 10名(20歳以上)
- 会 場 深草直達橋南1丁目487

申込 電話:075-641-1339

4

アーバンホテル京都×いなり大果園

ホテルで学ぼう、果物のあれこれ



旬のフルーツ食べ放題を楽しみながら、地理や歴史、農業の知識をクイズで学ぶ体験型セミナー。美味しく学べる親子向けイベントで、正解者には嬉しい褒美も用意しています。フルーツ以外にも、美味しいフードメニューも充実。

- 日 時 8月15日(土) 12:00~14:00
- 受講料 120分フードメニュー、フルーツ食べ放題
大人4,500円 子供5~10歳1,000円 4歳以下無料
- 定 員 50名
- 会 場 アーバンホテル京都/深草西浦町4-59
- 申込 電話:075-647-0606(受付最終日8/10まで)

5

おかえりごはん「咲」×株式会社森野義

だしの魔法でつくる! こども和カレー教室



地元の削り節屋「森野義」さんに本物のおだしを学びながら、和カレーづくり。こどもが主役で挑戦し、「できた!」の自信につながる食育体験。小麦・卵・乳製品不使用、ルーなしで安心! 我が子の成長と可能性を感じられる特別な時間を!

- 日 時 8月25日(火) 9:30~12:30/13:00~16:00
- 受講料 1組3,500円(材料費・体験料・削り節のお土産つき)お子さん1人追加につき+500円★事前支払い(支払い方法などはメールでお知らせ)
- 定 員 各回5組(小学生と保護者)
※料理をするのは小学生
- 会 場 (株)森野義 本社3階/深草西浦町7-26
- 申込 Webフォームから



※お電話の際には「meetup!セミナーへの参加です」とお伝えください。

※メールでの申込みは「セミナー名」「お名前」「メールアドレス」「電話番号」「参加希望日時」「参加人数」を必ず明記ください。出店者からの折り返しの申込完了連絡をもって、予約確定となります。

※セミナーは天候などにより変更・中止となる場合があります。その際は出店者からご連絡いたします。

※セミナー実施中に発生した事故などについては、主催者側は一切責任を負いません。

※セミナーの記録や広報用に撮影を行う場合があります。予めご了承ください。

6 宇治茶の大谷茶園

五感を研ぎ澄ませ！茶香服体験。



乾物の茶葉の香りを嗅ぎ、その後実際に抽出された茶を良く観察し4種類の茶葉からどの茶葉かを当てる鎌倉時代からある伝統的な遊びです。茶香服の方法は当日レクチャーします。利き酒ならぬ利き茶です。

- 日 時 8月25日(火)、9月8日(火) 18:00~20:00 ★開始時間厳守
- 受講料 1,500円
- 定 員 各回20名(対象10歳以上) ※最少催行人数5名
- 会 場 京都信用金庫稲荷支店 2Fコミュニティホール／深草稲荷榎木橋町26

申込 Webフォームから



7 餃子の専門店 福吉

餃子の専門店が教える『餃子の包み方体験』!



料理未経験のお子さまも、専門店スタッフが教える『秘伝の包み方』で餃子のプロになってみませんか？
毎年幅広い年齢層の方に利用して頂いております。お友達同士のご参加大歓迎です。

- 日 時 9月5日(土)、12日(土) 14:30~16:00
- 受講料 1,500円
- 定 員 各回10名
- 会 場 深草西浦町5-10

申込 メール(fukuyoshi1123@gmail.com) ▶



8 マルトシ珈琲xメナードフェイシャルサロン京町桜 成宮泉

焙煎士xビューティアドバイザーがお伝えする珈琲と美容コラボ講座



自家焙煎珈琲を飲みリラックスしながら、ビューティアドバイザーから美容のお話を聞いてみませんか？ハンドドリップ珈琲の美味しい淹れ方やメイクのコツを聞き、ハンドマッサージを受けることができる講座です。

- 日 時 9月19日(土) 14:00~15:30
- 受講料 1,000円
- 定 員 6名
- 会 場 深草西浦町一丁目10-17

申込 電話:075-642-4157またはLINE



9 マルトシ珈琲

自家焙煎珈琲で作るオリジナルブレンド体験



1日目は個性豊かな数種の珈琲を淹れ方のコツとお伝えし味わってもらいます。
2日目は学んだ味わいを活かしオリジナルブレンド作りを楽しんでいただきます。
※いずれか一日だけの参加でもOKです。

- 日 時 9月26日(土)、30日(水) 14:00~15:00
- 受講料 2,000円 ※材料費含む
- 定 員 各回8名
- 会 場 みんなのカフェ ちいろば／深草直達橋4-370

申込 電話:075-642-4157またはLINE



10 株式会社 時代屋

“初めて魚をさばけた日”をつくろう



包丁を握るのが不安な方も大丈夫。プロが一から丁寧にサポートし、1尾を自分の手でさばいて料理まで仕上げます。親子でもお一人でも気軽に参加できる安心の内容。『できた!』の達成感と、新しい食の楽しさを体験してください。

- 日 時 9月27日(日) 11:00~13:00
- 受講料 お一人様4,500円／親子で参加(中学生まで)お二人で7,000円(ともに税込) ★事前支払い・魚代込み(魚種未定)
- 定 員 15名
- 会 場 時代屋深草店／深草ススキ町26

申込 メール(jidaiya5195@gmail.com)またはLINEから ▶



私たちがセミナーを担当します! パート1



⑤おかえりごはん「咲」×株式会社森野義

⑩時代屋

くらし Lifestyle



11 マノワxアクセスパソコンスクール

香り初心者さんのための”私だけの香り作り”



やさしい自然の香りがもたらす穏やかな癒しを感じながら、今のあなたに合う香りを簡単なチェックシートで見つけ、あなたオリジナルのアロマスプレーを作ります。作ったスプレーはお持ち帰りいただけます。

- 日 時 8月1日(土)、22日(土) 16:30~17:30
- 受講料 1,000円 ※材料費込
- 定 員 各回3名 ※大人対象
- 会 場 アクセスパソコンスクール／深草飯食町782-12

申込 電話:075-203-4771



E-TOKO 深草

meetup!

セミナー 一覧

12

アクセスパソコンスクール

パソコンで「プログラミング」&
「高速タイピング」を体験しよう!

■ プログラミング体験:ゲームを作りながら、楽しくプログラミングに挑戦!

■ 高速タイピング体験:楽しみながらタイピング力アップ!手元を見ずに打てるコツも学べます。
※1回の体験で両方体験できます。

- 日 時 8月1日(土)、22日(土)、9月5日(土)、12日(土)16:30~17:30
- 受講料 無料
- 定 員 各回6名 (小学生以上)
- 会 場 深草飯食町782-12



申込 電話075-643-6826(日祝休)またはLINEから▶

13

アクセスパソコンスクール

マンツーマンで「マイクラ×英会話」
または「日常英会話」を体験しよう!

英語が苦手でも大丈夫!大人気Minecraftを通して英語への抵抗感を減らし「英語って楽しい!」を引き出すマイクラ×英会話コースまたは外国人講師とリアルタイムで楽しく会話しながら学べる日常英会話コースをお選び頂けます。

- 日 時 8月1日(土)、22日(土)、9月5日(土)、12日(土)16:30~/17:00~/17:30~
- 受講料 無料
- 定 員 各回3名
- ※マイクラコースはマイクラ経験者のみ ※参加は1回のみ
- 会 場 深草飯食町782-12



申込 電話075-643-6826(日祝休)またはLINEから▶

14

ふかふか家

親子で学ぶ!手しごと&カフェで知る福祉のおしごと



親子で福祉を学ぼう!好きな布を選んでくるみボタンのマグネットを2個手づくりした後は、手作りシフォンケーキとドリンクを楽しみながら、就労継続支援事業所の利用者さんのお話を聞いて、障害のことを学べる特別な体験教室です。

- 日 時 8月4日(火)14:00~15:30
- 受講料 1,000円 ※材料費、ケーキドリンク代含む
- 定 員 10名程度(小学生くらいの親子連れ対象)
- 会 場 深草直違橋2-435-3

申込 電話:075-634-9655または店舗(店舗は平日のみ)

15

訪問おかたづけサポート まるっとおかたづけ

2学期までに!親子でお道具箱のおかたづけ!



親子で楽しくお片付け♪整理収納アドバイザーと一緒に、お道具箱を整理します。大人もお家のおかたづけに役立つ内容です。2学期は“出しやすく戻しやすい”お道具箱で学校へ♪

- 日 時 8月6日(木)、8月20日(木) 10:00~11:30/13:30~15:00
- 受講料 1組1,000円 ※前半の講座受講料と実践のサポート費用 ★事前支払い
- 定 員 各回2組(小学生と保護者)
- 会 場 大亀谷内膳町
- (詳細はお申込み頂いた方に個別にお伝えします)



申込 LINE※公式LINEに友達追加後、「お道具箱」と送信して下さい

16

inote+P

【ウワサノタシカサ?】メディアってなんだろう?



そのウワサってほんとなのかな?情報の見方、聞き方、伝え方について、みんなでお話するワークショップです。

- 日 時 8月7日(金)15:00~16:00
- 受講料 無料
- 定 員 10名(小学1年生~6年生)
- 会 場 タカギヒロバ/深草直違橋2丁目429



申込 Webフォームから▶

17

株式会社都ハウジング

「正直すぎる不動さん」と学ぶ!終活セミナー!



「正直すぎる不動さん」といっしょに、皆様の終活にとって大事な不動産相続のかんたんな3択クイズなどを通して土曜日午後のカフェタイムを学びの時間にしませんか! (お菓子・ドリンク付き)

- 日 時 8月8日(土)13:30~15:00
- 受講料 無料
- 定 員 20名
- 会 場 深草第3市営住宅 集会場/深草西伊達町1

申込 当日受付(先着順)

18

FUKAKUSA BASE/希望結社ツクルム

Roblox World Making Jam



開発中のRobloxワールドをみんなで完成させるチーム開発体験です。ゲームのコンセプトを自分なりに解釈、3DCGソフトでモノの質感をデザイン。あなたのつくったモノがワールドの一部に。世代を超えてつくってみよう!

- 日 時 8月20日(木)14:00~17:00
- 受講料 3,000円(税込)
- 定 員 8名(小学校4年生~)
- 会 場 タカギヒロバ/深草直違橋2丁目429



申込 Webフォームから▶

19

わくわくリサイクル アールイー

ミライの発明家たちへ。家電を分解してみよう!



家電の中身はどうなっているのかな?分解してみたいけどおうちのものでは怒られるし...でもジャンク家電ならやりたい放題!リパースエンジニアリングとリサイクルについて学べるワクワク企画です。

- 日 時 8月9日(日)、16日(日)、23日(日)、30日(日)14:00~15:00
- 受講料 無料
- 定 員 各回3名(小学生) ※付き添いは人数に含まれません
- 会 場 深草柴田屋敷町23-124

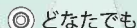


申込 Webフォームから▶

●お申込みは直接、各セミナーの連絡先まで！



●体験アイコン……



20 ぶっくりん

光と影のふしぎラボ～超！寒天あそび～



寒天やさまざまな素材を使って、光と影のふしぎな世界を楽しめます。
ライトテーブルで色や形の変化を楽しんだり、影あそびや工作に挑戦したり…もりだくさん！
幼児さんから小学生まで一緒に空間で楽しめます。

- 日 時 8月21日(金) 10:30～12:00／13:00～14:30
- 受講料 1組2,000円(材料費込)※兄弟追加1人につき+500円
- 定 員 各回親子10組(1歳くらいから)
- 会 場 アーバンホテル京都／深草西浦町4-59

申込 Webフォームから▶



21 伏見いどり保育園

保育士体験会



小学生から大学生までを対象に、保育園で実際に子どもと関わりながら、遊びや生活援助など保育士の仕事を体験します。保育の楽しさや専門性に触れ、将来を考えるきっかけや夏休みの自由研究にも活用できます。

- 日 時 8月1日から31日の中の平日で調整の上決定します。
※日程によりお受け入れできない日もあり。
- 受講料 300円(給食費として)
- 定 員 1日あたり2名(小学生～大学生対象)全体受入定員10名
- 会 場 墨染町720かのこビル2階

申込 Webフォームから▶



22 深草子ども食堂

深草子ども食堂キッズスタッフ体験会



3期目となる今年も、深草子ども食堂キッズスタッフの研修を行います。企画期間の子ども食堂実施日に参加し、研修を受けることで、今後子ども食堂スタッフとして一緒に活動できます。

- 日 時 8月、9月の日曜日(※申込み者に後日日程お知らせ)
- 参加料 2,000円 ※保険料含む
- 定 員 各回4名(小学校高学年・中学生)
2回続けて参加していただける方
- 会 場 みんなのカフェ ちいろば／深草直達橋4-370

申込 メール(torimoto@kusabi.online)
またはWebフォームから▶



23 ベビーサイン教室NicoNicoHouse × 伏見の写真館これから

ベビーサインと写真で見つける 親子の“やりとり”の時間 ～写真館で楽しむ親子コミュニケーション体験～



ベビーサインの歌遊びや絵本の読み聞かせを親子で楽しく体験します。体験中はフォトグラファーが親子のやりとりや表情を撮影し、後日写真データをお渡しします。写真を見ながら、親子の関わりの豊かさや成長の瞬間を見つける時間も設けます。ベビーサインと写真を通して、親子のコミュニケーションを深める体験型ワークショップです。

- 日 時 9月5日(土) 10:30～12:00
- 受講料 1組2,500円 ※記念写真付き
- 定 員 5組(0歳から2歳頃までのお子様と保護者)
- 会 場 伏見の写真館これから／深草北新町641-2

申込 メール(kana.matsumoto.business@gmail.com)
またはLINEから▶



24 税理士法人京都経営ネットワーク

学んでみよう！～相続について～



「相続が起こったらどうすればいい?」「相続税って自分にも関係あるの?」「遺言書はあった方がいいの?」とお悩みの方へ。基礎から学んで、不安を解消しませんか? 気になる方は是非ご参加ください!

- 日 時 8月22日(土) 13:30～15:00
- 受講料 無料
- 定 員 9名
- 会 場 北鍵屋公園交流施設／深草北鍵屋町990-3

申込 Webフォームから▶



25 Mamo Heart

世界の子育てでラクになる子育て



世界の子育ての考え方や習慣をヒントに、頑張りすぎない育児のヒントを学びます。産後の過ごし方や離乳食の進め方、パートナーシップや家族との関わり方など、日常にすぐ活かせるヒントをお届けします。

- 日 時 8月29日(土) 11:00～12:00
- 受講料 1組1,500円 ※テキスト・お菓子など含む
★8月28日までに事前支払い
- 定 員 10組(未就学児のママ・パパ)※家族参加歓迎
- 会 場 アーバンホテル京都／深草西浦町4-59

申込 LINEから▶



26 けいちん塾

子どもの自信を育てる!「びっくりの魔法」講座



子どもを褒めたいけど、うまく褒められない…そんな悩みをお持ちの方必見です!元小学校教員けいちん先生が編み出した、子どもの自信を育む「びっくりの魔法」を伝授致します!笑顔あふれる講座です!ご参加お待ちしております!

- 日 時 8月30日(日) 10:00～11:30
- 受講料 無料
- 定 員 20名 こどもの自信のつけ方を学びたい保護者の方、教育関係者などぜひご参加下さい。
- 会 場 アーバンホテル京都／深草西浦町4-59

申込 Webフォームから▶



27 数秘LIFE講座

誕生日で本当の自分を知り心が軽くなる講座



誕生日から導かれる3つの数字を図にあるバランスボックスに当てはめて友達や親子の相性・違いを読み解いてみましょう。数字を活かして人間関係や心が軽くなるお話を数秘LIFE研究家「かずみ」がお伝えします。

- 日 時 9月12日(土) 11:00～12:00
- 受講料 500円(乳幼児は無料) ※プチお土産付き
- 定 員 20名(対象年齢なし)
- 会 場 アーバンホテル京都／深草西浦町4-59

申込 LINEから▶





E-TOKO

meetup!

セミナー

一覧

28

有限会社コーチおん

職場の人間関係こまっていますか。
「人との関わり方教室」

座学の勉強ではありません。
相手を変えようとしなくてもいい。
自分を変えようとしなくてもいい。
変えるのは、その間にあるコミュニ
ケーション。

- 日 時 9月20日(日) 10:00~11:30
- 受講料 無料
- 定 員 20名
- 会 場 アーバンホテル京都/深草西浦町4-59

申込 Webフォームから ▶



29

すみぞめピッコロ×EQ絵本講師®ナース吉田

室内遊び場開放&子どもの頭と心が育つ絵本講座



絵本でIQとEQ(心)を育むコツをお伝え!
大人も子どもも楽しめる、絵本時間のヒ
ントが詰まった体験型セミナー。絵本講座終
了後は室内遊び場「にこにこひろば」を開
催します♪

- 日 時 9月13日(日)10:30~15:00※絵本講座は11:30頃まで。以降は室内遊び場開放
- 受講料 絵本講座1組500円 11:30からの室内遊びは無料
- 定 員 絵本講座:先着10組(年齢制限なし、大人のみも歓迎)
室内遊び場:定員なし(未就学児とその親、きょうだい)
- 会 場 北鍵屋公園交流施設/深草北鍵屋町990-3

申込 Webフォームから ▶



30

ふかふか家

楽しくかこう!絵手紙体験



花や果物など、素直に思いを込めて、貴方
だけの1枚をかいてみませんか?
絵手紙の概要や描き方などを学び、魅力
を知って体験いただきます!
初心者大歓迎!

- 日 時 9月28日(月) 14:00~16:00
- 受講料 1,100円 ※1ドリンク付き、材料費含む
- 定 員 10名
- 会 場 深草直違橋2-435-3

申込 電話:075-634-9655 または店舗(店舗は平日のみ)

私たちがセミナーを担当します!パート2



©すみぞめピッコロ×EQ絵本講師®ナース吉田

★からだ
Health

31

POLA×アーバンホテル京都

プロ直伝!『スキンケア講座&マッサージ体験』



お肌は年齢や環境で変化する!!『自分の肌に
合うケアがわからない』『セルフマッサージで疲
れを取りたい』など、楽しく学んで未来を見据え
て夏バテしないお肌作りをしませんか?

- 日 時 8月1日(土)、9月3日(木) 10:30~12:00/13:00~14:30
- 受講料 990円 ※材料費込、お土産クリーム付
- 定 員 各回6名(18歳以上の方)
- 会 場 アーバンホテル京都/深草西浦町4-59

申込 電話:075-254-7088またはWebフォームから ▶



32

TOMO DANCE STUDIO

プロが教えるみんなで楽しむワクワクダンス講座



素敵な曲に合わせて楽しく丁寧にダンス
レッスンをします。お友達と!親子で!笑顔
いっぱい健康的に楽しい時間を過ごして
いただきます。

- 日 時 8月4日(火)、21日(金)13:00~14:00
- 受講料 800円
- 定 員 各回20名(お子様も大人の方も大丈夫です)
- 会 場 京阪藤森駅西すぐローズマンション2階集会室

申込 電話:090-8149-3562
メール(uati4185@yahoo.co.jp)またはLINEから ▶

33

ボーラ伏見桃山店×みんなのカフェいろいろ

あなたに合った眉の書き方をプロに
教わってみませんか?

だれでも一度はつまずく眉のメイク。基本の眉
の書き方や似合う眉のアドバイスをさせてい
たできます。その他のメイクのご相談もお受けして
います。皆さまのご参加お待ちしております。
※眉カットなどは行いません。

- 日 時 8月5日(水)、9月11日(金) 11:00~12:00
- 受講料 3,300円 ※教材費、資料代含む
- 定 員 各回5名
- 会 場 みんなのカフェ いろいろ/深草直違橋4-370

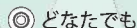
申込 電話:075-612-7220またはLINEから ▶



●お申込みは直接、各セミナーの連絡先まで！



●体験アイコン……



34 ActiveLife整体院

足で変わる身体の使い方講座



足に関する簡単な座学と足のセルフケア前後で体感が変わる実体験や歩き方指導など2部に分けて行います。あなたの不調の原因に気付けるかも。

- 日時 8月8日(土)、22日(土)、9月5日(土) 14:00~16:00
- 受講料 小中高生は500円(保護者同伴の場合、保護者様の1000円のみ)、大学生以上の大人の単身参加は1000円
- 定員 各回5名 ※お子さん連れのママさん(お子さんも)からご高齢の方までどなたにも大切な内容です。
- 会場 深草西浦町8丁目38
- 申込 電話:075-777-9570またはLINEか店舗から ▶



35 墨染まちとくらしセンター

子育て介護応援ヨガ&すっきりピラティス



日頃、子育てや介護などでお忙しい方、ヨガやピラティスでリラックスしませんか？抱っこや介助で疲れやすい体をケア。子育てや介護で負担のかかる腰・膝を守るため、毎日続けやすい運動や姿勢を楽しく学びます。

- ※抱っこや介助時の負担軽減方法
- ※正しい姿勢と呼吸法
- ※自宅のできる簡単ストレッチ
- ◎託児あり。
ミニマルシェ、オリジナルおにやんま
キーホルダー作りも同時開催
- 日時 8月22日(土)【ゆったりヨガ】10:00~10:40
【すっきりピラティス】11:00~11:40
- 受講料 無料
- 定員 ゆったりヨガ、すっきりピラティス共に10名 ※片方だけの参加も可
- 会場 深草石橋町18-1
- 申込 Webフォームから ▶



36 Japan Egyptian Dance Academy Chika Class Kyoto

初めてのベリーダンス



エジプト発祥、世界最古の踊りとも言われているベリーダンス。ベリーダンスは心身ともに女性を解放させるダンスです。エキゾチックな音楽に合わせて女性らしいしなやかで美しい動きを身につけましょう。

- 日時 8月30日(日)、9月23日(水・祝) 11:00~12:00
- 受講料 1,500円
- 定員 各回10名(女性限定)
- 会場 レンタルスタジオStars/
深草極楽町767-1GOKURAKUビルディング3階
- 申込 メール(chicacouleur@gmail.com)
またはInstagram、DM(@chikabellydancefairty)



37 Mamo Heart

外国人ファミリーのリアル 日本での妊娠・出産と私たちにできること



外国人ファミリーが日本で出産・子育てをする中で、どんな困りごとがあるのか？リアルな話をもとに、身近にできる関わり方のヒントを学びます。

- 日時 9月11日(金) 11:00~12:30
- 受講料 1,500円 ※テキスト・お菓子含む★9月10日までに事前支払い
- 定員 20名(支援者・地域の方・関心のある方)
- 会場 アーバンホテル京都/深草西浦町4-59
- 申込 LINEから ▶



38 足育ラボBebe x Mamo Heart

強い体を作る0歳からの足育講座



最近、足の変形や転びやすいお子さんが増えています。原因は合わない靴や運動不足とも言われます。正しい靴選びと幼児期に必要な運動を知り、健やかな足を育てましょう。

- 日時 9月18日(金)10:00~11:00
- 受講料 1組1,500円 ※テキスト代を含む ★事前支払い
- 定員 15組(乳幼児期のママ・パパ)※家族参加歓迎
- 会場 アーバンホテル京都/深草西浦町4-59
- 申込 Webフォームから ▶



39 女性からだラボ x Mamo Heart

はじめての尿もれ骨盤底筋講座



尿もれ・頻尿、臓器下垂感、ぽっこりお腹にお悩みの方へ。骨盤底筋の正しい知識とやさしいトレーニングで、楽しく学びながら女性特有のお悩み改善を目指します。

- 日時 9月18日(金)13:00~14:00
- 受講料 1,500円 ※テキスト代を含む ★事前支払い
- 定員 20名(20~50代 女性・産後のママ、関心のある方)
- 会場 アーバンホテル京都/深草西浦町4-59
- 申込 Webフォームから ▶



40 京都砂川少年剣道錬成会

剣道ってどんなことをするの？初めての剣道体験教室



現在5歳から中学3年生までが通っている道場です。元気よく大きな声で頑張っている子供達と一緒に剣道体験いかがですか？

- 日時 9月20日(日) 9:00~10:00
- 受講料 無料
- 定員 10名程度(5歳~12歳対象)
- 会場 警察学校体育館/深草塚本町官有地
- 申込 電話:090-5128-0175

私たちがセミナーを担当します！パート3



©ぶっくりん

**E-TOKO****meetup!****セミナー 一覧****41 京都医療センター****手術室で手術道具を触ってみよう**

実際の手術室で、本物の手術器具を触って、手術の様子を体感して頂きます。また、手術ロボットダビンチを用意し、実際に動いているところを見て頂きます。

●日 時 8月1日(土)、8日(土)、30日(日)、9月13日(日)
9:30~10:30~/11:30~/13:00~/14:00~

●受講料 無料

●定 員 各回10名 ※小学生以下は保護者同伴

●会 場 京都医療センター内/深草向畑町1-1

申込 Webフォームから ▶

**42 京都医療センター****人生100年これからゲーム**

専門看護師と一緒に「人生会議」を体験してみませんか? 参加者同士で交流しながら、カードゲームを通して人生の最期に「大切にしたいこと」を見つめるきっかけづくりを行います。

●日 時 8月4日(火) 9月1日(火) 10:30~12:00

●受講料 無料

●定 員 各回16名(高校生以上)

●会 場 京都医療センター多目的ホール/深草向畑町1-1

申込 Webフォームから ▶

**43 京都医療センター****腸からはじめる健康習慣**

腸の働きや健康との関係を知り、セルフチェックで生活習慣を振り返ります。オートミールを活用した食のヒントや簡単な試食、腸を動かす体操を通して、今日から無理なく続けられる健康習慣を楽しめます。

●日 時 8月30日(日) 14:00~15:00/受付は13:30から

●受講料 無料

●定 員 30名(どなたでも歓迎)

●会 場 京都医療センター附属京都看護助産学校内/深草向畑町1-1

申込 電話:075-641-9191、
メール(kmc_pr@kamibu.co.jp) Webフォームから ▶

**44 京都医療センター****いのちの現場を体験しよう!
産婦人科医・助産師のお仕事**

現役の産婦人科医・助産師と一緒に、分娩室や手術室を特別に見学! リアルな赤ちゃん人形で抱っこや沐浴(お風呂)のケアも体験できます。お産のお仕事の現場から、命のキセキに触れて見ませんか?

●日 時 8月1日(土)、22日(土) 10:00~12:00

●受講料 無料

●定 員 各回5組10名程度 ※小学生以下は保護者同伴

●会 場 京都医療センター内/深草向畑町1-1

申込 Webフォームから ▶

**私たちがセミナーを担当します! パート4**

⑩inote+P



⑫けいちゃん塾

⑮訪問おかたづけサポート
まるっとおかたづけ

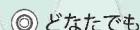
⑫伏見いろどり保育園

⑯Japan Egyptian Dance
Academy Chika Class
Kyoto⑬ベビーサイン教室NicoNicoHouse × 伏見の
写真館これから⑬ベビーサイン教室
NicoNicoHouse × 伏見の
写真館これから

●お申込みは直接、各セミナーの連絡先まで！



●体験アイコン……



文化
Culture



46 韓国語翻訳・通訳 SOON

韓国文化理解：ハングル文字の不思議発見！



K-POP、韓ドラ、韓国料理など楽しんではいけど、物足りなさを感じることはありませんか。その裏側をのぞいてみるチャンスです！韓国語翻訳・通訳のプロがハングルのしくみと奥深い文化について話します。

- 日時 8月11日(火・祝)、12日(水)、19日(水)、26日(水) 13:30～15:00
9月2日(水)、9日(水)、16日(水) 13:30～15:00
- 受講料 2,000円 ※資料代、お菓子代含む
- 定員 各回8名(高校生以上)
- 会場 ムーラン墨染店 2階ラウンジ/深草墨染町686番地

申込 Webフォームから ▶



48 株式会社伏見上野旭昇堂

うちわやさんが教える、『都うちわ』手作り体験



うちわやさんが、日本三大うちわの一つ「都うちわ」の作り方を伝授します！一緒に手作り体験をしてみませんか？

- 日時 9月5日(土) 10:00～12:00/13:30～15:00
- 受講料 4,000円 ※うちわ二本持ち帰り
- 定員 各回10名(小学生以上)※低学年は保護者同伴
- 会場 深草西浦町2-66

申込 メール(yuuko@fushimi-ueno.co.jp)

50 深草郷子供神輿会&伏見～るかるた事務局

ワクワク体験！子供神輿と伏見～るかるた



毎年5月5日に藤森神社から神輿渡御を行う深草郷子供神輿の担ぎ体験と、伏見～るかるたで遊びながら、深草郷や伏見の歴史・文化を親子で楽しく学べる交流セミナーを開催します！

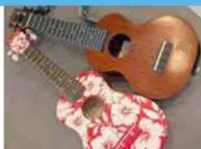
- 日時 9月26日(土) 13:00～14:30
- 受講料 無料
- 定員 40名(小学生)
- 会場 藤森神社/深草鳥居崎町609

申込 Webフォームから ▶



45 北鍵屋公園運営委員会

初心者向けウクレレ体験会 つながレ



ウクレレの音色に癒されてみませんか？弾けた！が嬉しい。簡単なコードでウクレレが弾き語れます。ミニ演奏もあります。お子様連れも大歓迎です。ウクレレがあればお持ち下さい。

- 日時 8月1日(土)、9月6日(日) 10:00～11:30/13:00～14:30
- 受講料 300円
- 定員 各回10名程度(小学生以上)※小学生は保護者同伴
- 会場 北鍵屋公園交流施設/深草北鍵屋町990-3

申込 メール(meguminamake@yahoo.ne.jp) または電話:080-3801-3660

47 藤森太鼓保存会

初めてでも打てる！響き合う！和太鼓体験会



たくさんの和太鼓を使って、幼児から大人まで、幅広い年齢の方々に、和太鼓の楽しさや、全身を使って打ち込む和太鼓の響きを体験しましょう。【午前の部】幼児・低学年：親子で笑顔になれる和太鼓遊び【午後の部】小学生～大人：1曲完成を目指す本格体験レッスン

- 日時 8月30日(日)【午前の部】10:00～12:00【午後の部】14:00～16:00
- 受講料 800円(現金のみ、午前の部は親子それぞれ必要)
- 定員 【午前の部】40名(幼児・小学校低学年と保護者)※親子同伴必須【午後の部】30名(小学生～大人)

●会場 藤森神社/深草鳥居崎町609

申込 メール(taikoseminar@gmail.com)から ▶



49 西岸寺

写経体験



お寺の本堂で写経体験をしてみませんか？心静かに字を書くことで、日頃見落としていたものに気がつくことがあります。

- 日時 9月30日(水) 14:00～15:30
- 受講料 1,000円 ※お茶菓子を含む
- 定員 10名(椅子に座って字を書ける方)
- 会場 西岸寺本堂/深草直違橋2丁目438-1

申込 電話:075-641-5501

私たちがセミナーを担当します！パート5



②数秘LIFE講座



④ActiveLife整体院

**E-TOKO** 深草**meetup!****セミナー****一覧****地域**

Fukakusa

**51 深草アーカイブ実行委員会****みんなで知ろう! 深草の今とむかし**

「かるた・巨大すごろく・絵合わせ」ゲームで記念品ゲット! 昔と今の写真を使って大学生が作ったオリジナルゲームにみんなで挑戦! 親子での参加也大歓迎! 見慣れたまちの風景が違って見えると自由研究のネタが見つかるかも!?

- 日 時 8月8日(土) 13:00~15:00
- 受講料 無料 ※記念品あり
- 定 員 20名(小学生以上)※低学年は保護者同伴可
- 会 場 龍谷大学 和顔館B110/深草塚本町67

申込 Webフォームから ▶

**52 酒匠・米匠さんばやし酒店with深草竹やすらぎの会****深草の竹を使った竹とんぼづくりPart3**

竹林の生態系や成長の仕組み、また竹林整備の取組みを通して竹とんぼを作りながら深草の竹が守られている事を親子で学んでもらいます。

- 日 時 9月22日(火・祝) 10:00~11:30
- 受講料 1組500円(お二人で1組)
- 定 員 親子5組(小学校3年生以下対象)
- 会 場 タカギヒロバ/深草直達橋2丁目429

申込 メール(sanba@kpe.biglobe.ne.jp)またはLINEから ▶

**53 活いき生活応援センター うふふ♥****大人も子どももみんなで深草の昔を知ろう!**

「サロンdeうふふ」でゆっくりお茶をしながら、深草の昔話を語ってみよう、聞いてみよう!

- 日 時 8月28日(金)13:00~14:30
- 受講料 500円(ドリンク代含む)
- 定 員 12名(小学校高学年~大人対象)
- 会 場 タカギヒロバ/深草直達橋2丁目429

申込 電話:090-3628-9970

54 深草・竹やすらぎの会**散歩が楽しくなる! 深草の歴史を知ろう!**

深草界隈の歴史的遺跡をご案内、また深草の竹で作ったベンチでひと休み!約1時間程度の散策の後、みんなのカフェちろろばでティータイム♪

- 日 時 9月19日(土)10:00~12:00
- 受講料 500円(ドリンク代含む)
- 定 員 8名
- 集 合 タカギヒロバ/深草直達橋2丁目429

申込 電話:090-3628-9970

私たちがセミナーを担当します! パート6

②⑦ Mamo Heart



⑤⑨ 深草郷子供神輿会 & 伏見〜かるた事務局



②⑧ 女性からだラボ x Mamo Heart



④⑧ 足育うがBebex Mamo Heart

参加者アンケートにご協力をお願いいたします!

参加していただいた方にアンケートを実施しています。
ご協力をよろしくお願いいたします。



こちらの
二次元コードから
アンケート
フォームへ!

3つ以上のセミナーに参加し
アンケートに回答いただいた方
の中から抽選で30名様に

吉兆くん
アクリルスタンドを
プレゼント



開催日カレンダー

気になるセミナーはいつ開催されるかな?



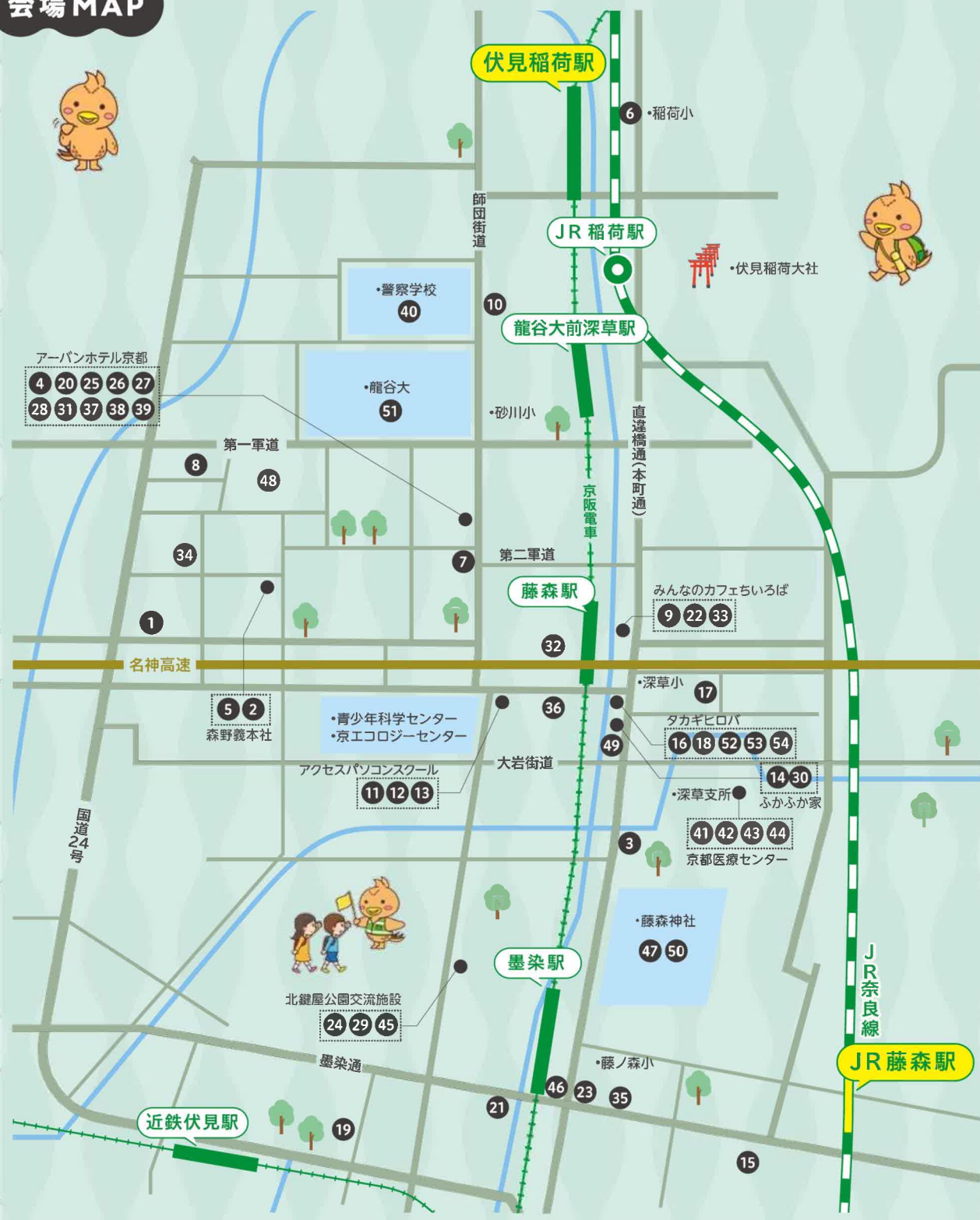
8	月	火	水	木	金	土	日
						1	2
					11 12 13 31 41 44 45		
3	4	5	6	7	8	9	
	14 32 42	2 33	2 15	2 16	17 34 41 51	19	
10	11	12	13	14	15	16	
	3 46	46		4	19		
17	18	19	20	21	11 12 13 24 34 35 44	19	22 23
24	25	26	27	28	29	30	
31	5 6	46		53	25	19 26 36 41 43 47	

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

※MAPとカレンダーの番号は、各セミナーの番号を示しています。

※①、②のセミナーの開催日については、出店者まで直接ご連絡ください。

会場MAP



※MAPとカレンダーの番号は、各セミナーの番号を示しています。