

津っぱくとは？

風光明媚なリアスの岸べ

白く輝く石灰の山

海風がはこぶ みかんのかおりと

ゆったりさざめく いつもの暮らし

幸せ時間をおすそわけ

今だけ ここだけ あなただけ

暮らすように つくみ旅



参加するには

① 参加するプログラムを見つける

② 予約先 に申し込む

メールまたは、お電話で以下の内容をご連絡ください。

(注意事項や持ち物・服装などをご連絡することがあります/開催日の2日前までに申し込みください)

参加プログラム/ご希望の日時/お名前/参加人数/お電話番号

各プログラムの申し込み先はウェブサイトでも確認できます



③ 当日会場に向かう

会場へは電車・車・連絡船などで直接、向かってください。駐車場は指定があります。

かがやく



姿勢美人の作り方

月に3〜4回ゆるい感じでヨガやピラティス教室を開いています。一緒に運動したい方は是非ご連絡ください。

日時	3/27(金) 13:30-15:00
参加費	¥500 定員 15人
会場	津久見市民会館会議室 【集合場所】 津久見市民会館(津久見市大字津久見浦3825-100) P 施設駐車場をご利用ください

案内人&お申込み ORITAMA
khoikhoy.jyaiyai@gmail.com TEL: 080-9547-3455



めざせ すっぴん美肌

ハーブティを飲みながらみんなでワイワイ楽しくお喋りをして、自分でもできるお肌の「セルフエステ」をしましょう！

日時	3/8(日)、3/18(水)、3/22(日)、4/3(金) 10:00-12:00
参加費	¥1,500 定員 4人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み 松田 もと子
moco7856@gmail.com TEL: 090-9587-6677



アロマテラピー♡ リップクリーム & いい香りのロールオン

精油(エッセンシャルオイル)を使って、リップクリームと持ち歩いていつでもどこでもコロナコ染れるロールオンタイプのトリートメントオイルを作ります。その時の気分や体調に合わせて精油を選んでください。

日時	3/7(土)、3/20(金) 10:00-12:00/13:00-15:00
参加費	¥2,000 定員 4人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み アロマの時間 じゃすみん
jasmine87aroma@gmail.com TEL: 090-8919-5512

いろどる



クラフトバンドで編む 小物&バッグ

牛乳パックなどの再生紙でできている環境に優しいエコな紙紐「クラフトバンド」を使ってバッグと小物を製作！編み方や色選びによって自分だけのオリジナル作品が出来上がります。◎クラフトバンド各種販売・注文も承ります。

日時	①3/10(火) ②3/29(日) ③4/7(火) ①10:00-12:00 / ②③13:00-16:00
参加費	①プレ講座 小さなリボンかご 1,500円 ②小物 ペットボトルホルダー 2,000円 ③あじろ編みバッグ 2,500円 定員 10人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み アトリエ グレイス
a.grace_m@icloud.com TEL: 090-8760-2563



カルトナージュで リポントレイ

カルトナージュは、厚紙を組み立てて布を貼りボックスを作るフランスの伝統工芸です。今回はその中で定番のリポントレイと一緒に作りませんか？きっと愛着のわく作品が出来ますよ。初めての方、どうぞお待ちしております。

日時	3/14(土)、3/21(土) 10:00-13:00
参加費	¥2,000 定員 4人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み Atelier Fioras(アトリエ フィオラス)
fioras.ys168@gmail.com TEL: 090-5944-4698



アロマリウムを 作ろう

アロマタイプのハーバリウムです。とても良い香りがお部屋にたまります。もちろんキャップをはさずさらにインテリアにしてもOKですよ！

日時	3/17(火)、4/4(土) 13:30-14:00
参加費	¥2,500 定員 3人
会場	フローリスト高野 【集合場所】 フローリスト高野(津久見市中央町24-14) P 店舗駐車場をご利用ください

案内人&お申込み フローリスト高野 植田志ほ
TEL: 0972-82-7777

まとう



糸紡ぎと プチ織り体験

一番身近な素材である綿、どうやって布になるかご存じですか？津久見でとれた綿を使って糸紡ぎ。紡いだ糸でプチ織り体験！

日時	①3/15(日) ②3/24(火) ③4/8(水) ①10:00-12:00②18:30-20:30③13:00-15:00/18:30-20:30
参加費	¥1,500 定員 5人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み いまむらゆみ
yumimam64@gmail.com TEL: 090-5641-6182



かわいいハートの 編み編みチャーム

工作や物づくりの大好きな子 春休みにかわいい作品を作りましょう。ミシンを使用しますので小学生以下のご参加は、保護者同伴でお願いします。※10日前までにご予約いただければ希望の色が選べます。

日時	3/27(金)、3/31(火) 13:30-14:30/15:00-16:00
参加費	バック1,000円 ヘアゴムorチャーム500円 定員 2人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み しとち工房
TEL: 080-1744-0443



春風でふわっと広がる スカート作り

ご自分の体のサイズに合わせたコットンリネンのゴムスカート作りをします。ミシンを使用しますので小学生以下のご参加は、保護者同伴でお願いします。※10日前までにご予約いただければ希望の色が選べます。

日時	①3/13(金) ②3/14(土) ①19:00-20:30 ②10:00-11:30、11:30-13:00、13:00-14:30、14:30-16:00
参加費	ひざ丈3,500円、くるぶし丈4,000円 定員 1人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み Billy
harukabilly@gmail.com



おとも “オカリナを楽しむ会”

「オカリナは初めてだけど、始めたい」、「楽譜は読めないけどやってみたい!」そんな方は、この会でオカリナデビューをしてみませんか。楽器を持ってない方には、レッスン時は無料で会の楽器をお使いいただけます。

日時	3/17(火)、3/24(火) 14:00-15:00
参加費	¥500 定員 5人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み つくみ「音楽友の会」 “おとも”
ototomo293@gmail.com TEL: 090-7386-4835



セメント町のお寺で精神統一！ 竹と竹工芸のお話& 竹編み体験

セメント町のお寺という津久見ならではのロケーションで行われる竹のワークショップです。津久見市出身の竹芸家こじまからがお話を交えつつ参加者を竹編みの世界に誘います。セメント×寺×竹・・・??一体何が起ころのか

日時	3/26(木)、3/28(土)、3/29(日) 13:30-16:00
参加費	1,000円+材料代2,000円 (作らず見るだけの場合材料代不要) 定員 7人
会場	蓮照寺 【集合場所】 蓮照寺(津久見市セメント町3-9) P 施設駐車場をご利用ください

案内人&お申込み つくみ竹工芸サークル(講師こじまから)
ckr4003@gmail.com TEL: 080-3909-3229



バスボム作り

お肌にも環境にも優しいバスボム(入浴剤)作りをします。+お茶タイム

日時	①3/11(水)、3/12(木)、3/13(金) ②3/14(土)、3/21(土) ①10:00-12:00 ②19:00-20:00
参加費	¥1,000 定員 4人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み Le bon heur(ル・ポヌール)
TEL: 080-1722-5521



島歩きと 遠見山 de ランチ

保戸島を散策して、皆で遠見山に登り桜の木の下でゆっくりランチをしませんか？島独自のの〜んびりした雰囲気を経験してみてください。

日時	4/4(土) 9:10-13:45
参加費	¥1,500 (お弁当付き、往復船代は別)
定員	5人
会場	保戸島 【集合場所】 保戸島港やま丸発着場(津久見市中央町760番114) P やま丸発着場駐車場をご利用ください

案内人&お申込み 中村 聖也
htks.zcns62@gmail.com TEL: 080-8579-3134

まなぶ

尺八体験会



尺八の吹き方を習って簡単な曲を吹いてみましょう。初心者でも吹けるように工夫しています。

日時	3/15(日)、3/29(日)、4/5(日) 10:00-12:00
参加費	¥300 定員 3人
会場	津久見市公民館 【集合場所】 津久見市公民館(津久見市セメント町1-26) P 施設駐車場をご利用ください

案内人&お申込み 龍琳会
idogawa2036@gmail.com TEL: 090-5944-5730

ロマン



石カフェ

鉱物や化石に囲まれてゆっくりお茶をしませんか？津久見ならではの石も展示・解説します。お気に入りの石持ち込み大歓迎！蛍石など、石のおみやげ付き！

日時	①3/12(木) ②3/22(日) ③3/25(水) ①③19:00-21:00②10:00-17:00
参加費	¥800 定員 10人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み つくみ観光盛り上げ隊
raimu_pop12345@yahoo.co.jp



議会って何？

津久見市の政策を決める市議会は、どんなところで行われているのでしょうか？また、どんなことを話しているのでしょうか？議会の役割をわかりやすく説明し、一般質問を傍聴します。

日時	3/10(火)、3/11(水) ※開会予定 9:30-12:30
参加費	¥0 定員 15人
会場	津久見市議会 議場 【集合場所】 津久見市役所玄関ホール(津久見市宮本町20-15) P 市役所駐車場をご利用ください

案内人&お申込み 津久見市議会議会活性化委員会
TEL: 0972-82-9518



男のロマン！ プラモデル作り

プラモデル歴50年。建築の知識を活かし、数多くのプラモデルを作ってきました。その私のプラモデル工房と一緒にプラモデルを作りませんか、プラモデルと道具は揃えていますので手ぶらで参加できます。今回は自動車を作ります。

日時	3/7(土)、3/14(土) 13:00-15:00
参加費	¥2,500 定員 4人
会場	姫野組一級建築士事務所 【集合場所】 姫野組一級建築士事務所(津久見市中央町2-15) P 津久見駅前駐車場をご利用ください

案内人&お申込み 建築業姫野組
TEL: 090-8222-5782

ゆたか



あつというまに1年分の 手前味噌仕込み！ - 合わせ味噌編 -

自宅で5kgのお味噌を仕込むのはちょっと大変。材料を揃えたり、混ぜたり、豆を煮炊きしたり、漬したりと、ひとりで全て行うと時間も手間もかかります。このワークでは混ぜて詰めるだけなので、だれでも気軽に仕込めます。

日時	3/7(土)、3/16(月) 9:00-19:00 (都合の良い30分)
参加費	¥5,800 定員 8人
会場	MI SO BA 【集合場所】 MI SO BA(津久見市徳浦本町9-16) P 店舗駐車場をご利用ください

案内人&お申込み みそソムリエ 美園 穂 薫
info@misoba.jp TEL: 0972-77-5118



ハンドドリップで おいしいコーヒーを 淹れてみよう

コーヒー今までの淹れ方で大丈夫？ハンドドリップで美味しいコーヒーを淹れてみませんか？美味しいお菓子と一緒にコーヒープレイきましょう！

日時	3/8(日) 13:00-15:00
参加費	2,000円(コーヒー豆のお土産、お菓子付)
定員	6人
会場	コンテナ293号 【集合場所】 コンテナ293号(津久見市港町4142-153) P つくみん公園駐車場をご利用ください

案内人&お申込み masuyaworks
inoue@masuyaworks.com TEL: 090-5084-1438

がんばる



保戸島を歩きつくせ！！ 食べつくせ！！

毎回好評な島さんぽシリーズ。今回はハード編！時間がゆるす限り保戸島を隅々まで歩きつくします。お昼ご飯は保戸島名物ひゅうが丼をいただきます。(歩きやすい靴、服装をお願いします)

日時	4/5(日) 9:10-13:45
参加費	3,000円(昼食代込み、往復船代は別)
定員	5人
会場	保戸島 【集合場所】 保戸島港やま丸発着場(津久見市中央町760番114) P やま丸発着場駐車場をご利用ください

案内人&お申込み 穂門ノ郷
tairaku8@gmail.com TEL: 090-4475-4699



I love 網代島

2億4千万年前の宇宙塵が眠る神秘の島「網代島」にも、世界各地で大きな問題となっている海洋プラスチックごみが大量に漂着し、景観や自然環境を台無しにしています。そんな網代島のごみ拾いをやります。

日時	3/20(金) 10:00-11:00
参加費	¥300 定員 10人
会場	網代島(津久見市網代1564) 【集合場所】 日代中学校網代島地層見学者臨時駐車場(津久見市大字網代153番地の2) P 日代中学校網代島地層見学者臨時駐車場をご利用ください

案内人&お申込み つくみ観光盛り上げ隊
atatsuya2222@gmail.com TEL: 090-1163-0942