



# 津山 まちカレ カレッジ

2024  
5月~6月  
early summer

「まちカレ」は市民のための「学びの総合空間」です。仕事や就職、まちづくりなど多彩なプログラムを提供します。

## イキイキと働く人は知っている！ 「モチベーションコントロール」研修

「働きやすさ」と「働きがい」は異なります。カードゲームを通じて自分の「働きがい」スイッチに気付き仕事に対するモチベーションをコントロールする方法を手に入れましょう。

**6/25 火 13:30~15:00**




▲申込はこちら

受講料	2,000円	定員	20名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	応募締切	6/21(金)

**講師** 株式会社 Canokoto  
代表取締役 中嶋佳乃子

「楽しく働きながら、豊かでしなやかな LIFE を送る人を一人でも増やしたい」という思いを胸に、2022年3月に株式会社 Canokoto 設立。企業向け人材開発・組織開発コンサルティング、個人向けキャリアコンサルティングなど。「課題が何か」を見出し、組織にあったオーダーメイド型の研修を実施。



## DXを加速する！ ローコードツール体験セミナー

企業のDXを加速させるために、プログラミングの知識がなくてもアプリやビジネスプロセスを開発できる「ローコードツール」が注目されています。このセミナーでは、ローコードツールを使ってDXを推進する方法を解説し、参加者の皆さまに実際に体験していただきます。

**5/15 水 10:30~12:00**



受講料	2,000円	定員	6名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	レプタイル株式会社 専任講師

## パソコンをもっと使いたい人向け Word/Excel 基本講座

ワードやエクセルって何ができるんだろう？こんな便利な機能があるんだ！など、知っていればもっと可能性が広がるコツなどお伝えします。

**5/17 金 14:00~16:00**



受講料	2,000円	定員	6名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	専門学校 ビーマックス

## ローカルから新しい価値を生み出そう “地元”創生起業論

＜こんな方におすすめ＞  
・岡山県北地域での起業をお考えの方  
・すでに起業していて事業拡大をお考えの方、社内で新規事業を立ち上げる方  
・ローカルビジネスに興味があり、講師の話をリアルで聞いてみたい方

**5/24 金 18:30~21:00**



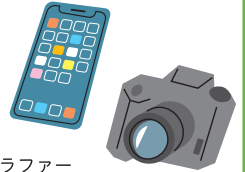
詳細・申込  
こちら▶

受講料	1,000円	定員	20名
会場	INN-SECT 1階	講師	株式会社 一平ホールディングス 代表取締役 村岡浩司

## コツさえ掴めばだれでも素敵な写真が撮れる！ テーブルフォト写真講座

便利な構図や光の使い方などを学び、実際に撮影してみましよう。カメラ、スマホをご持参ください。どんな機種でもOK！

**6/4 火 15:00~16:30**

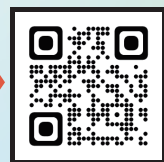


受講料	2,000円	定員	15名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	フォトグラファー 松本紀子

最新情報      講座の様子など配信中      問い合わせ

 公式 HP	 Instagram	 Facebook	 LINE
--	--	---	---

<https://machikare.jp>  
**参加申込み**  
詳しい方法は裏面へ



## 明日も頑張るための 肩こり改善ヨガ

普段あまり運動をしない方やヨガ初心者の方もご安心ください！  
ヨガマットの無料貸出があります。予約時にお申し出ください。

5/12 日 6/9 日 10:30~12:00

受講料	1,000円	定員	各12名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	岡山アーユルヴェーダ SANTOSHA 石尾園



## 一期一会を大切にできる心 - 煎茶で学ぶマナー講座 - 煎茶 de サロン

趣味世界の煎茶から日常生活の煎茶まで、  
ビジネスにも活かせる実践的なマナーを学びます。(服装自由)

5/22 水 6/26 水 13:30~15:30

受講料	2,000円	定員	各6名
会場	INN-SECT 1階	講師	煎茶グループ 西園雅荘 代表 馬田乙世



## 今からでも遅くない！家の不用品がお金に変わる！ メルカリを始めよう

メルカリって怖くない？トラブルに巻き込まれない？発送が大変じゃない？メルカリを始めたいけど始められない方、1から出品のポイントを解説します。LINE が使えれば、メルカリは始められますよ。ぜひ一緒に楽しみましょう。

6/16 日 10:30~12:00

受講料	1,500円	定員	15名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	ノワ・サーージュ 代表 榎本尚子



## どう終わるかではなく、どう活かすか 終活セミナー「人生会議のすすめ」

終活の解説と共に、「人生会議」を実際に体験していただき、その中で感じる、扱いにくい言葉、表現しにくい感情、などの「伝えにくい」言葉の伝え方を学んでいただけます！最後は笑顔でお帰りいただける内容のセミナーです！

6/15 土 10:30~12:00

受講料	無料	定員	15名
会場	津山市立図書館 集会室	講師	メモリアルハウス 寶珠殿



## 小学生対象 ゲームづくりプログラミング講座

6/8 土 6/22 土

第1部 13:30~14:30  
第2部 15:00~16:00

受講料	3,300円	定員	各10名
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	レプタイル株式会社 TTT こどもプログラミング教室講師



▲申込はこちら

## 津山人づくり事業運営委員会連携 第28期 つやま産業塾 (全8回)

津山の豊かな未来を創る優秀な  
リーダーを育てるプログラムです。

6/14~12/13 金  
18:00~20:30

受講料	10,000円 (津山市外に在住・在勤の場合2万円)	定員	20名程度
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター	講師	



▲申込はこちら

求職者限定

厚生労働省 地域雇用活性化推進事業

## パソコンスキルアップ研修

6/4 火  
10:30~12:30

### Excel 基礎

- ・入力方法
- ・書式設定
- ・簡単な計算

6/11 火  
10:30~12:30

### Excel 応用

- ・関数
- ・条件付きの書式設定

6/18 火  
10:30~12:30

### Word 基礎

- ・文書作成
- ・書式設定
- ・設定方法

受講料	無料
定員	各15名 (多数の場合抽選)
会場	アルネ・津山4階 地域交流センター
講師	専門学校ビーマックス



▲申込はこちら

↓ お申込みはこちら ↓

まちカレ運営事務局  
レプタイル株式会社



QRコードから  
まちカレのHPへGO!



ご希望の講座を選択し  
必要事項を入力して送信



メールがきたら申込完了  
(受付内容に間違いがないか  
ご確認ください)



お問合せは  
◀LINEから

(平日10:00~17:00)