岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室1】

教室名	空間に[彩]を。初めてのハーバリウム体験教室(2～3本制作)
企業名	株式会社いのうえ(エヴァホール岡山)
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加組数	お1人での参加も可能/15組まで対応可能(相談可能)
参加費用	材料費のみ 1,500円～2,000円(税込) ※親子1組1セット
補足事項	話題のハーバリウムを体験！季節の花、色とりどりの花々を準備しています。オリジナルのハーバリウムを作ってみませんか。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室2】

教室名	眠りの大切さを学ぼう!手作りキッズまくら体験教室
企業名	ふとんのつゆき岡山店
会場	つゆき岡山店であれば開催可能です。 外部会場での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加組数	親子5組まで対応可能(相談可能)
参加費用	材料費のみ 2,000円+税 ※親子1組1セット
補足事項	枕の手作り体験を通じ、眠りの大切さを伝えます。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室3】

教室名	眠りの大切さを学ぼう(講座)+オーダー枕特別予約(希望者のみ)
企業名	ふとんのつゆき岡山店
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	公開講座は約1時間です。
	オーダー希望の方は計測とフィッティングのため、別途1時間ほど必要です
参加人数	20名まで対応可能 / オーダーは10名まで対応可能(相談可能)
参加費用	講座は無料 / オーダー枕受注は医療生協特価20%割引で対応
補足事項	睡眠環境・寝具指導士から、みなさんへ眠りの大切さを伝えます。 オーダー受注は組合員限定。枕本体+ピローケース無+定期メンテナンス付 通常価格:23,000円(税別)→岡山医療生協特価:18,400円(税別)

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL:(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、**37**の教室を開講中！

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室4】

※写真はイメージです。

教室名	世界にひとつ、オリジナルの陶器・食器を作ってみませんか？
企業名	ヘブンパラダイス
会場	玉野市内(開催地は調整が必要です。ご相談ください。)
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	体験は約1～1.5時間の教室です。
参加人数	5～6名まで対応可能(参加人数は相談可能)
参加費用	参加費1,700円～/人(※焼成のため作品は後日引渡しとなります。)
補足事項	転写紙(シール)を用いた食器へのアレンジ(ポーセラーツ)」が楽しめる教室です。日常生活に取り入れられるので愛着もわきますよ！ ※ティッシュペーパーとタオルを必ず持参ください。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室5】

教室名	眼鏡のレンズ、選んでますか？？
企業名	メガネ本舗
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1.5-2時間の教室です。
参加人数	会場規模や設備によりますが20名まで対応可能(相談可能)
参加費用	無料
補足事項	使用用途に応じて、レンズを選ぶことは、目にはとっても大事です。 見え方について知る機会にしてみませんか。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室6】

教室名	耳からはじめる健康づくり
企業名	眼鏡市場
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1.5-2時間の教室です。
参加人数	会場規模や設備によりますが20名まで対応可能(相談可能)
参加費用	無料
補足事項	認知症と難聴の関係についてのお話や、補聴器の選び方など楽しく学びませんか。

組合員以外の方も参加OK!!

＋ 岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室7】

教室名	遺品整理について考えてみよう -遺品整理での現場の声-
企業名	おかやま楽すてかたづけ隊
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1.5-2時間の教室です。
参加人数	会場規模や設備によりますが20名まで対応可能（相談可能）
参加費用	無料
補足事項	ご遺族が遺品整理時に困った！と思った事例の紹介や、 生前整理について学ぶ機会です。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室8】

教室名	すべての子供たちに笑顔を届けよう！「オリジナル紙芝居」
企業名	日本一のだがし売場　株式会社大町
会場	開催地はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間～1.5の開催です。
参加人数	参加人数はご相談ください。
参加費用	無料
補足事項	紙芝居については、組合員の皆さんで実演できます。 開催にあたり事前打ち合わせが必要です。 地域のなかで、子供と大人がともに楽しめる場作りに活かせます。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室9】

教室名	資産運用セミナー・相続相談会・保険相談会
企業名	おかやま信用金庫
会場	おかやま信用金庫　内山下スクエア（岡山県岡山市北区内山下1丁目7-1）
対応可能日	要相談
時間	要相談
参加人数	要相談
参加費用	無料
補足事項	将来への不安やご自身の相続、契約されている保険の 保障内容の見直しなど、それぞれの悩みやニーズに合 わせたテーマで、各種セミナーや相談会を開催します。

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室10】

教室名	手芸の楽しさをみなさんに！手づくりワークショップ
企業名	手芸マキ(岡山平井店)
会場	班や支部、岡山医療生協のイベントで開催可能です。 手芸マキ平井店(出張ワークショップも相談に応じます)
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	体験は約2時間の教室です。
参加人数	15名まで対応可能(参加人数は相談可能)
参加費用	参加費は要相談(約500～2,000円/人※材料費含みます。)
補足事項	作る喜びや使い続ける楽しみを皆さんに知ってほしい！ わくわくするものづくりの時間を一緒に楽しみませんか？

組合員以外の方も参加OK!!

【教室11】

教室名	旅から「食」を考えよう！バケツ稲づくり体験もあるよ！
企業名	NTOUR 農協観光岡山支店
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	体験は約1．5～2時間の教室です。
参加人数	20名まで対応可能(参加人数は相談可能)
参加費用	参加費200円～1,000円/人※バケツ稲に使用する材料費(土)です。)
補足事項	旅行の専門家だから伝えられる、旅と「地域の食」の関係について。 これから旅行をお考えの方、子どもから大人まで楽しめる教室です。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室12】

教室名	ノルディック・ウォーク体験教室
企業名	岡山県ノルディック・ウォーク連盟
会場	開催地は調整が必要です。ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します
時間	体験は約1.5～2時間の教室です。
参加人数	20名から対応可能(参加人数は相談可能)
参加費用	参加費500円～/人(※参加人数により変動します。)
補足事項	※ノルディックポールレンタル料は別途500円/人です。 ノルディックポールをお持ちでない方は事前にお伝えください。 いま話題のノルディック・ウォークを体験してみませんか。 専門の講師が「歩き方」、「ノルディックポールの使い方」をお伝えします。

組合員以外の方も参加OK!!

※写真はイメージです。

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室13】

※写真はイメージです。

教室名	Let's speak English！～気軽にネイティブ講師と触れ合おう～
企業名	Franklin School(フランクリンスクール) 本部表町校
会場	開催地は調整が必要です。ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	体験は約1～2時間の教室です。 (※開催内容により変動あり)
参加人数	参加人数は相談可能です。
参加費用	参加費500円～/人(※内容や参加人数により変動します。)
補足事項	子供・大人を問わず、英語に興味のある方に、気軽にネイティブ講師と触れ合って頂く機会を提供させていただきます。小さなお子様も楽しんでいただくことのできる教室を開催します！

組合員以外の方も参加OK!!

【教室14】

※写真はイメージです。

教室名	備前焼の歴史も知ろう！備前焼体験①
企業名	備前焼窯元 五郎辺衛窯
会場	備前焼窯元 五郎辺衛窯 (住所:岡山県備前市香登本828)
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	所要時間は約2時間の教室です。
参加人数	参加人数は相談可能です。
参加費用	参加費2,500円～/人(※内容により変動します。)
補足事項	備前の歴史や備前焼の歴史を知り、備前焼体験もできる教室です。親子や友人、班のみなさんで備前焼の美しさや土に触れる楽しみだけではなく、備前の歴史にも触れることのできる内容です。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室15】

※写真はイメージです。

教室名	初めてでも楽しめる！フィットネス体験 他
企業名	フィットネスインストラクター 和田 佳子 他 ※日程や内容により講師は異なります。
会場	開催地は調整が必要です。ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します
時間	体験は約1時間または 1．5時間の教室です
参加人数	参加人数は相談可能です
参加費用	※開催費:約8,000円(1時間)～10,000円(1.5時間)/回 参加が20名の場合、参加費は約400円～500円/人となります。
補足事項	「初めてでも楽しめるリズム体操やエアロビクス」や「リラックスができる、ゆるめる、ほぐす ヨガ・ストレッチ」、「初めてでもできるピラティスや筋トレ」を開催できます。

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL:(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室16】

教室名	備前焼登り窯見学　～土づくりから成形、発色の不思議まで～
企業名	窯元　柴岡陶泉堂
会場	窯元　柴岡陶泉堂（住所：岡山県備前市伊部669）
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します
時間	約1時間の見学・教室です
参加人数	参加人数は相談可能です
参加費用	無料
補足事項	備前焼の登り窯見学の貴重な機会です。 親子や友人、班のみなさんで備前焼の製作工程のとともに、土づくりや成形、発色の不思議まで詳しい説明とともに知ることができます。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室17】

※写真はイメージです。

教室名	クレイアート＋アートクレイシルバー教室
企業名	クミコアートフローラル
会場	開催地は調整が必要です。ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します
時間	体験は約1．5～2時間の教室です。
参加人数	10名まで対応可能（参加人数は相談可能）
参加費用	参加費は要相談（約2,800円～/人※材料費含みます。）
補足事項	現代手工芸作家協会常任理事が講師をつとめる教室です。 クレイ（アート用の粘土）やアートクレイシルバー（アート用の銀粘土）を使ってオリジナルのアクセサリーなどを作ることができます。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室18】

教室名	備前焼の歴史も知ろう！備前焼体験②
企業名	陶芸　伊勢崎　創
会場	住所：岡山県備前市伊部2207
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	所要時間は約2時間の教室です。
参加人数	参加人数は相談可能です。
参加費用	参加費2,500円～/人（※内容により変動します。）
補足事項	備前の歴史や備前焼の歴史を知り、備前焼体験もできる教室です。 親子や友人、班のみなさんで備前焼の美しさや土に触れる楽しみだけではなく、備前の歴史にも触れることのできる内容です。

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室19】

ココピア

教室名	ラクしてスッキリ！人生をととのえる生前整理セミナー
企業名	株式会社ココピア
会場	岡山県内全域対応可能です。お気軽にご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	参加人数5名から開催可能です。
参加費用	無料
補足事項	これから先の人生を軽やかに暮らすためにお片付けを始めませんか？家族に負担をかけず、自分の大切なものとゆっくり向き合う方法を、実例を織り交ぜながらお伝えします！少人数での開催(5名～)が可能です。当日は気軽にご質問ください。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室20】

※写真はイメージです。

教室名	肺がん患者会「ライオンハート岡山」の取り組みのご紹介
企業名	ブックカフェ栞日・肺がん患者会「ライオンハート岡山」 代表/田中 勇
会場	開催地は調整が必要です。ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1～2時間の教室です。
参加人数	参加人数は相談可能です。
参加費用	開催費は要相談です。
補足事項	「ライオンハート岡山」とはまちなかがんサロンを兼ねたブックカフェ栞日の店主 田中 勇さんが代表を務める、肺がん患者会の名称です。田中代表ご自身も肺がんステージⅣを宣告され、現在では克服し治癒された経験をもたれています。肺がん患者会を通しての自身の経験やその家族との交流の話からより良い「生き方」を見つめる教室です。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室21】

※写真はイメージです。

教室名	パーソナルカラー診断教室～自分をもっと素敵に魅せる色を探そう～
企業名	眼鏡市場
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1.5-2時間の教室です。
参加人数	会場規模や設備によりますが20名まで対応可能（相談可能）
参加費用	無料
補足事項	私に似合う色って他にあるのかな？好きな色が増えると毎日の生活が少し楽しくなる。新しい自分にきっと出会える笑って楽しめる教室です。

組合員以外の方も参加OK!!

＋ 岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室22】

教室名	八百屋一筋25年！目利きのプロが選ぶ野菜・果物の目利き教室
企業名	八百屋三代目 池田促成青果ラボ
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1-2時間の教室です。（旬の野菜・果物の即売会あり）
参加人数	参加人数は相談可能です。
参加費用	開催費は要相談です。
補足事項	創業70年老舗の八百屋さんです。講師は八百屋一筋25年の目利きのプロが務めます。皆様へ旬の野菜・果物を見極めるコツをお伝えします。当日は、旬の野菜・果物の即売会も開催します。お楽しみに！

組合員以外の方も参加OK!!

【教室23】

※写真はイメージです。

教室名	「音にふれよう！楽しもう！」音楽体験教室
企業名	音楽講師　生田　智子
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	1.5時間の教室です。
参加人数	会場規模や設備によりますが20名まで対応可能（相談可能）
参加費用	参加：500円/人　※楽器搬入費用などを含みます。
補足事項	日々の生活の中で音楽にふれる機会は減ってきていませんか？歌を楽しむ、打楽器をたたく、リズムで体を動かすなど、みんなで「音」を楽しむ教室です。音楽が苦手な方も大歓迎！気持ちも体も健康になりましょう！

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室24】

岡本製甲株式会社
OKAMOTO SEIKOU

教室名	自分の足を知ってもっと健康に！靴選びのコツ＆足袋シューズ体験会
企業名	岡本製甲株式会社
会場	岡山県下全域での開催
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1～1.5時間の教室＆体験会です。
参加人数	10～20名程度を目安にお申込み下さい。
参加費用	無料
補足事項	自分自身の足の左右差がどれくらいあるか知っていますか？ まずはそこからはじめましょう。セミナーでは、専用の器具を使用し、専門のスタッフが測定します。足にやさしい靴選びのコツやポイントをみんなで学ぶことで、靴選びがもっと楽しくなりますよ。 岡本製甲最新の足袋シューズも体験できるのでお楽しみに！

組合員以外の方も参加OK!!

【教室25】

※写真はイメージです。

教室名	あなたが起点でつながる世界！SDGsってなんだろう。
企業名	合同会社OFFICE HIT-LAB（代表　横山 三樹生）
会場	岡山市内であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1.5時間の教室です。
参加人数	事前にご相談ください。
参加費用	参加：3,000円/人～
補足事項	岡山医療生協をはじめ、様々な国や団体・企業が取り組み始めたSDGs。 そもそもSDGsってなんだろう。私に関係あるのかな、できることなのかな。 SDGsを身近なテーマとして触れ、私と環境、私と世界のつながりを実感し SDGsの本質を理解してみませんか？

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室26】

教室名	「岡山の魚（とと）を食べよう！」～地域の食文化を残すために～
企業名	「お魚かたりべ」 おかとと(岡山水産物流通促進協議会） 森下 倫年
会場	①講演のみの開催と、②料理教室の開催が選択できます。
	岡山市内で開催可能です。
	※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	①講演は1時間の教室です。
	②料理教室は約1.5時間です。
参加人数	事前にご相談ください。
参加費用	①講演開催の際は、無料です。
	②料理教室開催の際は、会場費・食材費など開催内容ごとに要相談です。
補足事項	味や調理法を広めて普及に貢献したとして、水産庁から県内初の「お魚かたりべ」に選ばれた森下倫年さんが講演します。低利用魚の魅力発信に尽力され、「地域の食文化を残すためにも低利用魚の魅力を伝え、魚と食卓をつなぐ」活動を聞くことのできる貴重な機会にしませんか。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室27】

教室名	「聴くチカラって？」 みんなで学ぼう！聴こえの仕組み、聴こえの大切さ。
企業名	メガネ本舗
会場	岡山市内であれば開催可能です。
	※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1.5-2時間の教室です。
参加人数	事前にご相談ください。
参加費用	無料
補足事項	聴く力が衰えたらどうすれば良いの？ 自分自身の聴く力って知ってる？ 補聴器を通し「聴こえ」の大切さ、楽しさを知る教室です。 講師は株式会社スリーエムメガネ本舗の認定補聴器技能者 取締役部長 岩田邦夫さんが講演します。 まずは気軽に気楽に、「知る」ことからはじめてみませんか。

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室28】

健康にアイデアを meiji

教室名	1歳からの幼児期の栄養
企業名	株式会社明治
会場	会議室・教室等をご用意ください。
対応可能日	平日で希望の候補日をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	20名様以上を目安にお申込み下さい。 目安に満たない場合もご相談に応じます。
参加費用	無料
補足事項	1歳～3歳の幼児期は、成長が著しく、栄養が特に重要な時期です。 幼児期に必要な栄養のポイントを栄養士がお話しします。 1歳～3歳に不足しがちな栄養。なんと、1歳～3歳の2人に1人が「鉄」不足、「カルシウム」不足(※)の状態です。 いつ、どんな栄養のある食事を摂れば良いか学びませんか？ 不足しがちな栄養をまとめてサポートしてくれる幼児用商品のサンプルもご用意します。 (※)「日本人の食事摂取基準(2020年版)」の推奨量(12～36ヵ月)と「国民健康・栄養調査(平成28年)」の摂取量中央値(12～36ヵ月)の比較参照 あわせて、鉄チェック活動(ヘモグロビン測定※)も実施可能です。 測定器を準備しますので、ご希望の際はお伝え下さい。 (※)鉄チェック活動(ヘモグロビン測定)は、測定器のクリップを指先へ挟み、指先に通る血液の濃度を計測します。 痛みなしで体重10kg以上から計測可能です。 1～6歳未就学児対象とさせていただいています。 お気軽にお問合せ下さい。組合員以外の方も参加OKです。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室29】

補聴器センター辻 TSUJI HEARING AID CENTRE

教室名	補聴器で自分らしい生活を！
企業名	補聴器センター辻
会場	※都度ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	10名様以上を目安にお申込み下さい。
参加費用	無料
補足事項	補聴器技能者によるセミナーが開催出来ます。 ご希望に合わせた内容が可能です。ご相談ください。

組合員以外の方も参加OK!!

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生活協同組合

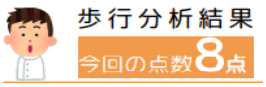
岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室30】



※写真はイメージです。

教室名	「身体の傾き」あなたはどっち？　姿勢の歪み測定会
企業名	フレアス在宅マッサージ岡山東区施術所・倉敷施術所
会場	岡山市内であれば開催可能です。（一部地域除く） ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	10名より開催可能です。
参加費用	無料
補足事項	筋力の衰えや生活習慣から、知らず知らずに姿勢は歪み、肩こり、腰痛関節痛は起こります。 わずか5メートルの歩行で、あなたの姿勢の歪みを測定。 国家資格を持ったマッサージ師が、あなたに最適な運動を、指導いたします。 いつまでも健康に！自分の足で歩く為に

組合員以外の方も参加OK!!

【教室31】

教室名	次亜塩素酸水の使い方をもっと知ろう！
企業名	株式会社アイプランニング
会場	岡山市内であれば開催可能です。（一部地域除く） ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	10名より開催可能です。
参加費用	無料
補足事項	次亜塩素酸水は主に除菌や消臭のために活用します。 でもね、、、それってもったいない！もっと使い方はあるんですよ。 セミナーでは皆さんに次亜塩素酸水入りのスプレーボトルをお渡ししますので、様々な使い方を体験・体感してください！

組合員以外の方も参加OK!!

＋ 岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室32】

教室名	初心者のための油絵入門教室
企業名	脇本　明（岡山県美術家協会会員）
会場	岡山市中区周辺であれば開催可能です。 ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約2時間の教室です。
参加人数	5名程度まで開催可能です。
参加費用	参加：500円/人～（材料代として）
補足事項	岡山県展 県展賞受賞（洋画）、高砂市美術展 大賞受賞（洋画）、 美作市バレンタイン美術展 バレンタイン賞受賞（洋画）など 受賞歴のある講師の教室です。 汚れてもいい服で参加ください。材料は全て講師が準備します。 オリジナルの作品を完成させ、持ち帰ることができます。 脳活のためのスケッチ、子どもの夏休み課題応援などいかがですか。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室33】

教室名	いつまでも元気で、健康な毎日のために～フレイルを予防しましょう～
企業名	株式会社明治
会場	会議室・教室等をご用意ください。
対応可能日	平日で希望の候補日をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	20名様以上を目安にお申込み下さい。 目安に満たない場合もご相談に応じます。
参加費用	無料
補足事項	㈱明治では、「食と栄養」に関する研究と実践、商品開発をもとに、 食と栄養に関するセミナーを多数ご用意しています。 健康寿命の延伸に向けた食事や、フレイル予防について学びませんか？ セミナー開催時、骨の健康チェック体験や商品の試食・試飲もご用意できます。お気軽にお問合せ下さい。

組合員以外の方も参加OK!!

健康にアイデアを meiji

開催についてや質問のお問い合わせ先

岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880

岡山医療生活協同組合

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室34】

健康にアイデアを meiji

教室名	カラダは食べた物からできている～元気な人生100年のためのヒント～
企業名	株式会社明治
会場	会議室・教室等をご用意ください。
対応可能日	平日で希望の候補日をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	20名様以上を目安にお申込み下さい。 目安に満たない場合もご相談に応じます。
参加費用	無料
補足事項	健康寿命を延ばすために、今からできることは何でしょうか？ ”元気な人生100年”のカギとなる「栄養・運動・口腔ケア」を㈱明治が蓄積してきた実例と体験を交え考えます。 セミナー開催時、骨の健康チェック体験や商品の試食・試飲もご用意できます。お気軽にお問合せ下さい。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室35】

教室名	片付け代行・ゴミ屋敷清掃の業者が見た現場のお話
企業名	株式会社いろは
会場	岡山市東区のみで開催可能（瀬戸内市・赤磐市・備前市） ※そのほかの地域での開催はご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	20名様以上を目安にお申込み下さい。
参加費用	無料
補足事項	片付け代行・ゴミ屋敷清掃・不用品回収・生前整理・遺品整理・・・。 お家のこといつも後回しにしていませんか？現場で経験した様々な実例や紹介写真を通して、もっと清掃・整理について考えてみませんか？

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生協 組合員カード提携店 体験型教室

2025年6月1日現在、37の教室を開講中！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS 世界を変えるための17の目標

組合員カード提携店と連携した、「楽しめる体験型教室」を紹介します。
社会参加・運動・栄養が大切だとされているフレイル予防。
岡山医療生協では、様々な方の「社会参加」につながる体験型の教室が揃っています。
誰もが楽しみ、学べる教室を通じ、いつまでも健康で住み続けられる「まちづくり」を目標にしています。

【教室36】

ECOL

教室名	現在の福祉用具や住宅改修についてもっと知ろう
企業名	日本基準寝具株式会社
会場	岡山県下全域 ※都度ご相談ください。
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間の教室です。
参加人数	10名様以上を目安にお申込み下さい。
参加費用	無料
補足事項	福祉用具の選び方？介護保険を使って購入できる福祉用具は？ 介護保険を使った住宅改修工事って？ オムツの選び方や当てかたについて。 介護シューズと歩行の関係や、杖と歩行の関係？ 最近の様々な商品を体感したい！ あなたの歩行レベルを採点・測定してみよう！ 様々な疑問やご要望に沿えるセミナーが満載です。 体験型の歩行状態の測定もオススメですよ。

組合員以外の方も参加OK!!

【教室37】

教室名	行列のできるファイナンシャルプランナーによるお金のセミナー
企業名	東京海上日動グループ(東京海上日動火災保険株式会社)
会場	岡山県下全域での開催
対応可能日	希望日の候補をあげてください。調整します。
時間	約1時間～1時間30分の教室です。
参加人数	10名様以上を目安にお申込み下さい。
参加費用	無料
補足事項	相続・贈与、老後資金対策、家計の見直し、NISA、iDeCoについて、 セミナーや相談会を開催致します！

組合員以外の方も参加OK!!

岡山医療生活協同組合

開催についてや質問のお問い合わせ先
岡山医療生活協同組合健康まちづくりセンター
〒703-8288 岡山市中区赤坂本町2番20号
TEL：(086)271-7880