



阿南市

うみてらすだより

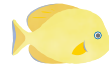
Vol.30

2025年10月号



「うみてらす北の脇」情報

■指定管理者■ (株)linkworks (リンクワークス)



10月末まで!



【海のアクティビティ体験】

要予約:電話予約OK!
(天候により当日中止となる場合があります)

アクティビティ名	人数	所要時間	価格(税込)	年齢
SUP 体験 3名以上の申込みで1名2,500円 (90分)でご体験いただけます!	1名	90分	3,500円	小学5年生～
BIG SUP 体験	1名	60分	1,000円	小学5年生～
カヤック体験	1名	90分	2,500円	小学5年生～
*2人乗用 カヤック体験	2名	90分	3,500円	小学5年生～
上記から2種類体験できます! Mix 体験	1名	120分	3,500円	小学5年生～

実施時間 午前の部 10:00～ / 午後の部 13:00～

※小学4年生以下のお子様も保護者同伴で参加が可能です。(カヤック2人乗り・BIG SUP)

【バーベキューできます♪】

・1グループ(6名まで) 1回 500円(税込)～

*バーベキューセットレンタルあります(別途レンタル費用が必要です)

10月末まで!

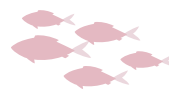


【イベント情報】ママハグ beautymarché 【日時】11月12日(水)10:00～15:00

海が見える癒しの空間で、美容のプロが集うビューティーマルシェ。
ママも託児スペースがあるのでゆっくり楽しめます。

10:00からお菓子投げも開催予定!

【託児要予約】お子様1人につき¥500/2時間 ※託児予約はママハグInstagramのDMにて



Instagram

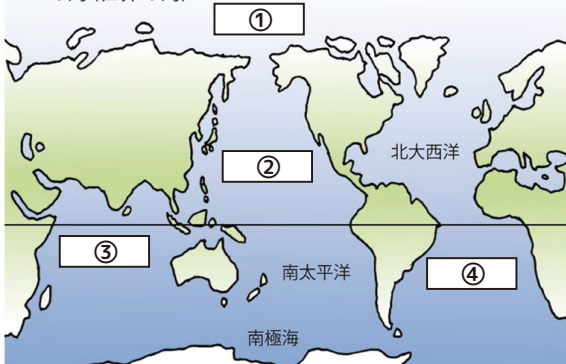


もんだい

世界の7つの海ってどこなの?

★こたえは、うらめんにあるよ!

7つの海(世界の海)



左の絵の①～④の海の名前を下の四角の中から選んでください。

- ①【 】 ②【 】
- ③【 】 ④【 】

・明石海峡・インド洋・日本海・南大西洋・瀬戸内海
・北太平洋・紅海・紀伊水道・地中海・北極海



お申し込み・ご予約はこちら



■発行 阿南市 うみてらす北の脇 (B & G 海洋センター複合型施設) ■指定管理者 (株)linkworks

電話:0884-28-9933 徳島県阿南市中林町原23-1

アクセス:見能林駅から2.3km 駐車場あり(北の臨海水浴場第1駐車場をご利用ください)

営業時間:火曜日～日曜日 9:00～17:00 / 休館日:毎週月曜日(月曜祝日の場合は営業し、翌火曜休館)



うみてらす北の脇イベント情報

【うみてらすハワイアンダンス教室♪】

うみてらす北の脇で、汐風を感じながらハワイアンダンスを楽しみませんか。脳内ハワイツアーを楽しみましょう♪

日時	10月4日(土)・11月1日(土) 午前10:00～11:00
場所	うみてらす北の脇 2階研修室(室内シューズ持参・運動できる服装で集合ください。)
対象	どなたでもご参加できます。
参加費	お一人様 600円(税込)
講師	わけべのりこフラススタジオ講師



【おとな英会話教室】

日時	10月11日(土)・10月25日(土)・11月8日(土)・11月22日(土) 午後2:00～3:00
場所	うみてらす北の脇 2階海が見える研修室
対象	どなたでもご参加できます。(筆記用具をお持ちください。)
参加費	お一人様 500円(税込) 予約制:お電話にてご予約お願いします。
講師	MexEnglish 英会話講師 Natsumi



【海と風を感じるリラックスヨガ】

海気浴を行いながらゆっくりした動きで、リラックスしましょう。

日時	10月25日(土)・11月22日(土) 午前10:00～11:00
場所	うみてらす北の脇 2階研修室(ヨガマットを持参ください。バスタオルでもOKです。)
対象	どなたでもご参加できます。定員10名(お電話にてご予約お願いします。)
参加費	お一人様 1,000円(税込)
講師	ホリスティックラボ Mariastell ヨーガ療法師 澤野まり



【海のクラフト体験】

浜辺で拾った貝殻で、自分オリジナルの作品をつくろう!

日時	10月・11月(月曜休館) 午前9:00～午後5:00 20分程度で製作できます。
場所	うみてらす北の脇
対象	どなたでもご参加できます。(お電話にてご予約お願いします。)
参加費	①貝殻のキーホルダー 400円(税込) ②小さな瓶の砂浜 500円(税込) ③海のフォトフレーム 600円(税込)



【PUSHコース(簡易心肺蘇生講習)】

胸骨圧迫(心臓マッサージ)とAEDを学ぼう!

日時	10月12日(日)・11月9日(日) 午前10:00～11:00 60分程度です。
場所	うみてらす北の脇
対象	定員10名 どなたでもご参加できます。(お電話にてご予約お願いします。)
参加費	無料
講師	応急手当指導員、NPO法人徳島PUSHネットワーク会員、救急救命士 國方 識盟



【肩・腰・足スッキリ!リセットストレッチ講座】

ひとりでは続かないストレッチもみんなと一緒に楽しく気持ちよく! 海辺の空間で、ココロもカラダもリセットしませんか?

日時	10月22日(水)・11月26日(水) 午前10:00～11:00
場所	うみてらす北の脇 2階研修室(水分およびヨガマットを持参ください。)
対象	どなたでもご参加ください。定員10名(お電話にてご予約お願いします。)
参加費	お一人様 500円(税込)
講師	Mon&Bボディリセット Risa

