



阿南市

うみてらすだより

Vol.31

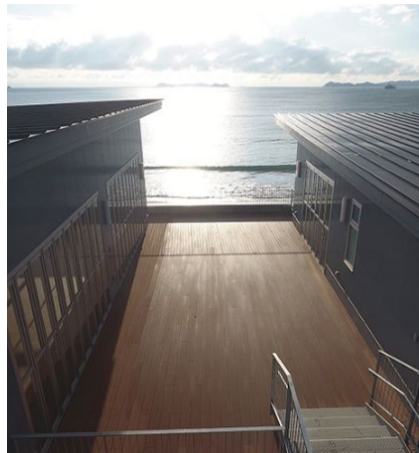
2025 年 11 月号

「うみてらす北の脇」情報

■指定管理者■ (株)linkworks (リンクワークス)



海に見える 研修室 (机と椅子 40席までセットできます)



研修室の横はうみてらす展望台 (屋外 多目的スペース)

海に見える研修室を利用できます！

小さなイベントやライブの開催、ダンスや楽器の練習など、様々な用途で利用できます♪



【日時】

毎週火曜日～日曜日

9:00～17:00

※1時間単位でご利用できます。

【料金】

1時間 500円 (税込)

(但し、冷暖房付の場合は

1時間1,000円)

また、市外の方は20%増しになります。

【予約制】

お電話でご予約をお願いします。

【期間限定！】クリスマスリースをつくろう！

どなたでもご参加ください。低年齢のお子様は保護者と一緒に作ってください。

日程 11月23日(土)～12月21日(日) (休館日を除く)

時間 午前10:00～午後4:00 30分～1時間程度で作れます♪
(日時を決めてお電話にてご予約をお願いします。)

費用 1個 600円 (税込)



【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

紅葉の秋もんだい

★こたえは、うらめんにあるよ！



① 秋になるとイチョウの木にできる実はなんとよばれているでしょうか？

1.アーモンド 2.ピスタチオ 3.ギンナン

こたえ

② 秋にみかけるドングリですが、大昔の人はどんなふうにして食べていたでしょうか？

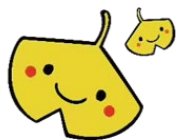
1. ケーキ 2. クッキー 3. アイス

こたえ

③ 秋にキレイな色になるモミジには人間と同じように何があるでしょうか？

1. かみの毛 2. 血液型 3. 歯

こたえ



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	11月1日(土)・12月6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	11月8日(土)・11月22日(土)・12月13日(土)・12月27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】

海氣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	11月22日(土)・12月27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	11月・12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	11月9日(日)・12月14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、コロナもカラダもリセットしませんか?

日時	11月26日(水)・12月24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

