



阿南市

うみてらすだより Vol.33

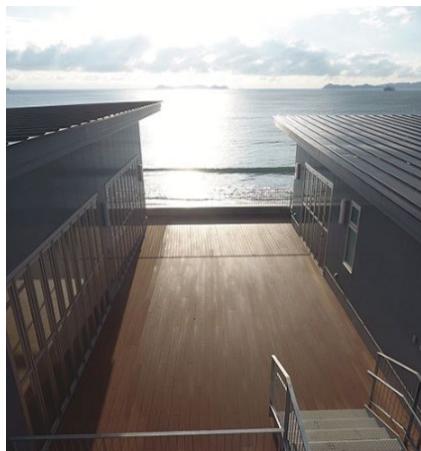
2026年1月号

「うみてらす北の脇」情報

■指定管理者■ (株)linkworks (リンクワークス)



海の見える 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）

海の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。



イベント情報



参加費無料 場所:うみてらす北の脇

漂着ごみ専用ごみ箱「B&G拾い箱」お披露目式開催！！

阿南市は公益財団法人B&G財団と連携し、漂着ごみ専用ごみ箱「B&G拾い箱」を設置しました。設置を記念して、お披露目式ならびにビーチクリーンイベントを実施します。

2026年2月8日（日）10:00～お披露目式 10:30～ビーチクリーン

ホットドリンク・ゼンざいを無料でご用意しております。
また、海のクラフト体験も無料で実施します。

参加費無料 場所:うみてらす北の脇

ママハグ beautymarché

詳細はママハグInstagramをチェック

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。施術で癒された後は可愛い雑貨を見たり美味しいものでホッと一息。日頃の疲れを癒しに来てください♪

2026年2月18日（水）10:00～15:00

託児スペースがあるので、ママもゆっくり楽しめます！【託児要予約】お子様1人につき¥500/約1時間
楽しいイベントも開催予定です！託児予約、施術事前予約はママハグInstagramのDMにて受付中！

★こたえは、うらめんにあるよ！

① 1月頃に旬を迎える海産物「牡蠣（かき）」。とても栄養豊富なことから「海の〇〇〇」と呼ばれています。〇〇〇に入るのはなんでしょうか？

1. レモン 2. ミルク 3. カルビ

こたえ

② 次のうち、実在するイカはどれでしょうか？

1. オノイカ 2. ヤリイカ 3. カタナイカ

こたえ

③ 每年1月7日には1年の無病息災を祈って野菜が入ったおかゆを食べます。
野菜の種類はいくつでしょうか？

1. 3種類 2. 7種類 3. 16種類

こたえ



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。脳内ハワイツアーやを楽しみましょう♪

日時	1月10日(土)・2月14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タジオ講師



【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	1月・2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	1月12日(月・祝)・2月7日(土) 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	1月28日(水)・2月25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



 もんだいのせいかいはこちら！ 

①2. ミルク

牡蠣は別名「海のミルク」と呼ばれています。理由は2つあり、一つは牛乳と同じで身の色が乳白色をしていること。もうひとつは牛乳と同じく栄養が非常に豊富で「完全栄養食品」と言われているからです。

②2. ヤリイカ

ヤリイカは1月に旬を迎えるイカであり、姿が槍に似ていることが名前の由来です。昔から刺身や寿司ネタとして人気がありました。

③2.7種類

7種類の野菜のことを「春の七草」と言い、この七草で作ったおかゆを「七草がゆ」と言います。七草は「せり・なずな・ごぎょう・はごべら・はとけのざ・すずな・すずしろ」の7つです。
毎年1月7日には、1年の無病息災を祈って七草がゆを食べます。

 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

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)

