

《 趣 味 》

No.	ジャンル	教えられること	内 容	都合の良い時間	講師料	教材費	交通費
1	手芸・工芸	水引工芸	・水引の結びから、作品の仕上げまでを教える ・季節にあった花や飾り物などを作る	水曜・土曜 他相談	あり	あり	あり
2	手芸・工芸	①木工作 ②出前授業	①木工作全般、木工旋盤を使用したボールペン作り ②「発電のしくみ」の出前授業（模型で説明）	相談	あり	あり	あり
3	手芸・工芸	・木工 ・工芸	廃材、枯れ木を利用した木工品作り	平日	なし	あり	なし
4	手芸・工芸	・手芸、工作 ・アートフラワー ・服飾	・ペットボトルキャップを使った置物、フォトフレーム他 ・季節の飾り物など手作り品（レザークラフト以外） ・季節の花のコサージュ ・ファッションについて講義する	相談	なし	あり	なし
5	手芸・工芸	・つまみ細工 ・蓮紙で作る蓮ワーク	・正方形の小さな布をピンセットで折りたたんで季節の花などを成形し アクセサリや髪飾りを作る ・薄い蓮紙をこより、紙コップの土台に貼って、蓮の花を作る	午後 相談	あり	あり	なし
6	手芸・工芸	手織り	初心者は卓上織機でランチョンマット、テーブルセンター、マフラー、 ストールを織る。上達に合わせてレース織、大型タペストリー、綴れ織 と進む	相談	あり	あり	なし
7	手芸・工芸	プリザーブドフラワーの アレンジ・製作	・生花からプリザーブドフラワーを製作 ・プリザーブドフラワーを使ったフラワーアレンジ （季節の花や器を使いバラエティーに富んだアレンジを楽しむ）	曜日 相談 10時～17時 （日曜・祝日以外）	なし	あり	なし
8	手芸・工芸	・フラワーアレンジメント ・プリザーブドフラワー ・ハーバリウム ・キャンドル	フラワーアレンジメント、プリザーブドフラワー、アーティフィシャルフラ ワー、ハーバリウム、キャンドル（幼児から高齢者まで講習可）	相談	相談	あり	相談
9	手芸・工芸	カラー魚拓の作成	手に入った魚や、木の葉、貝、昆虫等に油絵の具を使って色を付け、 綺麗な色彩魚拓、拓画等を作る （3～4時間で完成）	日曜	あり	あり 用具代 材料代	なし
10	手芸・工芸	切り絵	季節の花の切り絵を色紙の大きさに制作	相談	なし	あり	なし
11	手芸・工芸	折り紙	・折り紙リース作り（子ども） ・くす玉 ・壁面飾り ・ポチ袋	午後	なし	あり	あり

No.	ジャンル	教えられること	内 容	都合の良い時間	講師料	教材費	交通費
12	手芸・工芸	チョークアート	下絵の書いてあるボードに、指を使いオイルパステルで色を重ねてグラデーションをつくり絵を完成させる (完成後はコーティングして持ち帰り可能)	土曜・日曜 11時～16時	あり	あり	あり
13	手芸・工芸	陶芸一般	手びねりからロクロによる制作	金曜・土曜・日曜 他相談	あり	あり	なし
14	手芸・工芸	ひょうたんを使った作品作り	ひょうたんに穴をあけ、切り込み、着色、透かし彫りなどの加工を施しランプ、小物入れ、時計、置物などの制作	相談	あり	あり	なし
15	美術	絵画	・大人の絵画教室 ・子どもの絵画指導(コンクール、宿題対策など)	相談	あり	あり	なし
16	美術	・デッサン ・水彩画 ・油彩画	・基本から講習(初心者歓迎) ・写生会なども開催予定	第2・第4 月曜・金曜 13時～17時	あり	あり	あり
17	美術	・貼絵 ・コラージュ ・絵画(水彩他)	・幼児、小・中学生が対象(幼児は保護者と一緒に描くことも可) ・空想・日常など自由な発想を表現できるよう指導	曜日 相談 15時～16時 16時～17時30分	あり	あり	あり
18	美術	・絵画 ・工作	・粘土や紙、段ボールなどを使った工作 ・水彩絵の具やアクリル絵の具を使った絵画	相談	あり	あり	あり
19	音楽	ピアノ	・ピアノ指導(ソルフェージュ、楽典を含む) ・童話にピアノの生演奏を挿入した独自企画の朗読コンサートを開催	相談	あり	あり	あり
20	音楽	・マリンバ ・打楽器 ・ピアノ	・ボディーパーカッションでリズム遊び、リズムアンサンブル ・マリンバ体験(マリンバの組み立て、演奏) ・“かみしばい”音づくりコンサート	相談	あり	あり	あり
21	音楽	カラオケ	・カラオケ初級から上級まで基礎発声、発音を歌の情感、情景など 作詞の観点から指導する ・発表会、大会に出て歌を楽しむ	曜日 相談 10時～12時 17時～21時	あり	あり	なし
22	音楽	歌のスキルアップ	・カラオケを用いて歌の指導や歌のスキルアップ ・声の出し方 ・発声方法	相談	なし	あり	なし

《 教 養 》

No.	ジャンル	教えられること	内 容	都合の良い時間	講師料	教材費	交通費
1	日本の文化	きもの着付け	・着物についての一般的知識 ・普段着から礼装まで(初伝、中伝、奥伝)	相談	あり	あり	あり
2	日本の文化	香道	香道全般(理論、実技指導)	月曜・火曜 他相談	あり	あり	あり
3	日本の文化	書道全般	・成人: 漢字、ペン習字 ・子ども(小・中学生): 習字、硬筆	相談	あり	あり	なし
4	語学	英会話	・洋画を使って実用的な英会話を学ぶ ・外国人とスムーズに話せるよう学習する ・洋画を100%理解できるように学習する	相談	あり	なし	なし
5	語学	英会話	・子ども向け英会話 ・リトミック(英語) ※2歳～12歳	水曜 10時～11時	あり	あり	なし
6	語学	日本語	外国人に日本語を教える(日常会話・日本語検定)	相談	あり	相談	相談
7	講義・講座	・不登校心理指導 ・基礎学力指導 ・日本語指導	・児童心理指導及び基礎学力指導 ・外国人への日本語指導 ・保護者の悩み相談(教育関係) ・地域活動活性化への指導	相談	なし	なし	なし
8	講義・講座	お口の体操 平家物語の音読	・ふりがなつきのテキストを使用して平家物語の音読 ・音読の間の取り方、漢字、かなの読み方、語句の意味 ・人物のプロフィール、場面の状況、背景についての講義	平日午後 相談	なし	あり	なし
9	講義・講座	児童文学の歴史	近代日本児童文学の歴史(明治～昭和)と、宮沢賢治の童話の特徴などを学ぶ	木曜・金曜・日曜 相談	なし	なし	なし
10	講義・講座	美術の歴史と 学芸員のお仕事	美術作品に隠された意味や学芸員の仕事、展覧会の裏話	相談	なし	なし	なし
11	講義・講座	アロマテラピー講座	様々なシーンで楽しめる香り(アロマ)を使って製作、実習	相談	あり	あり	あり

No.	ジャンル	教えられること	内 容	都合の良い時間	講師料	教材費	交通費
12	講義・講座	楽しく学び直そう 中学社会 -政治編・経済編-	国会、内閣、裁判所、円高、インフレ、デフレ、選挙、憲法、格差、 貧困などニュースに出てくる言葉を「中学社会」で学び直す	相談	なし	なし	なし
13	講義・講座	楽しく学んで歴史入門 ～人類はどこから来て どこに向かう？～	他の動物と比べて人間にしかできないこと、なぜ人間は進化できたの か？どのような進化だったのか？人類はこの先どんな未来を創るのか？ など、歴史を楽しく学ぶ	相談	なし	なし	なし
14	講義・講座	・写真撮影/動画編集 ・パソコン/プログラミング ・情報処理技術者試験対策	・写真撮影に関するレッスン、写真編集、動画編集 ・プログラミング(C言語など) ・情報処理技術者試験に関する個人レッスン	相談	あり	あり	あり
15	講義・講座	スマートフォンの使い方	・スマートフォンの基本的な操作方法(特にiPhone) ・スマートフォンの日常的な使用での困りごと相談 ・SNSの活用方法	平日 相談	あり	あり	あり

《健康・スポーツ・レクリエーション》

No.	ジャンル	教えられること	内 容	都合の良い時間	講師料	教材費	交通費
1	ダンス	フラダンス	・フラストレッチ、ベーシックを身につけて曲の意味を学び、美しいフラ、 心のフラを目標に初歩からゆっくりAlohaの心で指導する ・ハワイアン音楽に合わせたレッスン	月曜・午後	あり	なし	なし
2	ダンス	・フラダンス ・レイ作り	・ハワイアンカルチャー、ハワイアンスピリッツをフラダンスで勉強 ・フラダンスで心のケア、足、腰、脳のトレーニング ・レイなどを生花、造花を使用して製作(無料体験有り)	金曜	なし	なし	なし
3	ダンス	スクエアダンス	初心者に対するスクエアダンスの紹介、指導	火曜・木曜・金曜 午後又は夜間	なし	あり	なし
4	ダンス	フォークダンス	世界各国のフォークダンス(民俗舞踊)、マイム・マイム、 コロブチカ、オクラホマ・ミクサーなど	相談	なし	なし	なし
5	ダンス	・ダンス・バレエ	子ども達の運動不足を解消する他、身体を柔らかくし、 リズム感を養い楽しみながら協調性を身につけられるように指導	土曜・日曜 午前	あり	なし	なし
6	健康	・ヨガ ・ベビーヨガ ・バレエヨガ	・ヨガ、ストレッチ、呼吸法など ・無理せず楽しくヨガを通して自分自身を見つめ、内側から身体を ケアしていくヨガを目指す	土曜10時～11時 水曜14時～16時	あり	なし	なし

No.	ジャンル	教えられること	内 容	都合の良い時間	講師料	教材費	交通費
7	健康	・ヨガ ・ヒップホップダンス	・初心者向けヨガ、シニアヨガ、片鼻呼吸法、タオルストレッチなど ・ヒップホップダンス	相談	あり	なし	なし
8	健康	健康的に過ごすための 基礎運動	健康的に過ごすための基礎運動の指導	相談	なし	あり	なし
9	健康	キネシオテーピングの 効果的な使い方	日常生活で困っている痛み（腰、ひざ、肩、ひじ、手首）やねんざに 対してキネシオテーピングを貼ってその効果を体験する	土曜・午後 日曜	なし	あり	なし
10	健康	・健康太極拳 ・各種気功法	中国四大気功法といわれる①二十四式太極拳②練功十八法（前段） ③八段錦④華佗五禽戯を指導	木曜～日曜 相談	あり	なし	なし
11	健康	・姿勢改善 ・エクササイズ	・体力アップ、姿勢改善等、受講者の希望に沿ったトレーニングの提案 ・ダイエット、体力アップのためのエクササイズ指導	平日 相談	あり	なし	あり
12	健康・ レクリエー ション	・ダーツ ・コアチューニング	・初心者に向けたダーツ教室（本格的なハードダーツ体験） ※コアチューニングという体操を準備運動として組み入れ	相談	あり	なし	あり