

大分類	小分類	登録内容(見出し)	活動可能な内容	指導可能な時間帯	費用	登録番号	登録者・団体の名前	代表者/号・芸名等	PR、所有資格や経験など	生まれ年	性別	居住地域	講座・教室用プログラム	学習内容1	学習内容2	学習内容3	
01教養	01語学	日本語指導	外国人への日本語指導 及び 文化活動(書道)	応相談	講師謝礼・応相談	A-264	菅沼 洋	菅沼 洋	JICAシニアボランティア日本語教員として、2年間ブラジル派遣、他海外、国内での指導経験	昭和21年	男	—	日本語教室	日本語会話、文化活動	外国籍の小中学生への学習支援		
01教養	01語学	英語・イギリス文化・翻訳	・英語(講義又は英文を書く練習) ・イギリス文化(イギリス文化と歴史について講演) ・翻訳(英語からきちんとした日本語表現にする練習)	随時	実費・資料代 (講師謝礼等応相談)	A-268	金谷 展雄	金谷 展雄	津田塾大学でおおよそ40年間イギリス文化を中心に関連分野を教えてきました。著書「イギリスの不思議と謎」(集英社新書)、訳書「英国の紳士」(晶文社)	昭和15年	男	並木	イギリスについて	イギリス文化と社会の諸相「イギリス紳士の光と影」「紅茶の歴史」など受講生の希望に応じて懇話会講演。	翻訳の理論と実践 英語と日本語の共通点と相違点に注意しつつ、演習として実際に翻訳を行う。		
01教養	01語学	何歳からでも学べる英会話	何歳からでも学べる英語のアルファベット発音練習・初歩的な英会話等です。一緒に楽しく学習しましょう。	水曜日以外 応相談	1回 1,000円/1時間半 時間については応相談(準備運動・発音練習を含む)	A-311	小橋 陽一	小橋 陽一	第18回英語レシテーションコンテスト大学一般の部3位(ジャパンタイムズ社主催) Step英検2級面接委員 高等学校・中学校英語教諭	—	男	—	楽しい英語発音入門 (ABCの歌から始めましょう)	英語発音スタート編 アルファベット・子音・母音 単語の発音	英語発音リズム編 英語のリズムと日本語のリズム	通じる英語発音 初歩的な英会話	
01教養	01語学	英語他 学習支援	2歳～中学生の学習支援(全教科)、外国籍の小中学生の英語での学習支援、私立高校推薦対策、英検対策(面接含)、2～4歳英語のみのレッスン可	応相談	応相談	B-213	田部 井 ゆかり	田部 井 ゆかり	指導歴20年、教員免許(中高英語)、小学校英語指導者資格、小学校・幼稚園英語教諭経験あり、学校生活・体調の相談のります! WEBレッスン+教室レッスン コミュニケーションを大切に、「楽しく学ぶ」がモットーです!	—	女	新所沢	楽しく心の通う学習支援! くハロウィン、クリスマスパーティあり。仮装もOK!	2歳～4歳、英語のみのレッスン (知育・絵本)、算数・国語	小・中学生:定期テスト対策～受験対策	外国籍の小中学生:英語でコミュニケーション取りながらじっくり ゆっくりに楽しく学びましょう!	
01教養	01語学	中国語(おもに北京語)	中国語(主に北京語)の会話や文法を教えます。	月～金(時間帯は応相談)	講師謝礼・応相談	B-223	斉 金英	斉 金英	国際中国語教師資格 高級	昭和60年	女	小手指	中国語で会話ができるように	あいさつから文法まで			
01教養	01語学	英語・フランス語・スペイン語	外国人講師による英会話、フランス語、スペイン語指導とカルチャー紹介	応相談	実費・交通費 講師謝礼:1時間5,000円	C-012	オージー	後藤 アサ	大学・企業・公共施設等でイベント活動、海外での日本語指導やオーストラリアとの交流、ホームステイ受け入れ	—	—	新所沢	—				
01教養	02歴史・民俗	ラテンアメリカの政治・経済・社会	「ラテンアメリカの政治・経済・社会の現状と将来」について講演・講義	月～土 10:00～	無料	A-256	工藤 章	工藤 章	中南米ビジネスを40年、中南米駐在を通算22年の経験を活かし大学や団体などで講義・講演を多数実施している。	昭和22年	男	香妻	ラテンアメリカから日本を考える	ラテンアメリカの現状・将来 ラテンアメリカから日本が学ぶことを知る			
01教養	04パソコン	パソコンの利用	・パソコンのソフト・ハードの設定方法、利用法 ・読むことが不自由な方を対象とする電子書籍・機器の作成、利用法	応相談	実費・資料作成、交通費 講師謝礼:2,000円/2時間	A-003	村島 完治	村島 完治	生涯学習推進センターITボランティア相談員	昭和9年	男	新所沢	—				
01教養	04パソコン	パソコン指導、ビデオ撮影とパソコン編集	・パソコン操作講習(インターネット・メール・office2010/2013/2016) ・ビデオ撮影・パソコン編集 (AdobePremiere 6/power Director 15)	第2土曜日、水・木曜日 /月を除く 9:00～13:00/13:00～17:00可	実費・テキスト代:1団体3,000円 (テキストはメールで送付し受講生が印刷) 講師謝礼:1回5,000円/4時間2単位	A-080	笠原 政男	笠原 政男	1. 市民ビデオカメラマン登録活動中 2. パソコン講習(中央公民館・新所沢公民館)各月2回/計4回担当 3. 生涯学習推進センター IT相談 担当	—	男	—	パソコン教室	パソコン教室 パソコン操作 4時間(2単位)/パソコンテキスト代 3,000円/チーム/5,000円			
01教養	04パソコン	パソコン入門・Adobe・3D入門	・パソコン入門(インターネットの使い方、ワード、エクセルの使い方、フリーソフトで絵を描く) ・Adobeソフトの使い方 ・3D入門	応相談	実費・交通費 講師謝礼:1,000円/1回 応相談	A-319	坪田 伸一	坪田 伸一	専門学校にて講師経験あり	—	男	並木	3D入門編 (3dsMax/MAYA)	キャラクター入門 インターフェイスと機能	キャラクター入門 ポリゴンで作る人体	キャラクター入門 テクスチャを作りマッチング	
01教養	05経営	CSRとSDGs	CSR(企業の社会的責任)とSDGs(持続可能な開発目標)で持続可能な企業になります。	要相談	実費 交通費程度	A-309	大島 浩司	大島 浩司	ソニーマーケティング(株)で約10年環境とCSRを担当する、定年退職後(株)オルタナにてCSR検定サポート事務局メンバーとして活動、環境型会社研究会メンバーとして環境CSRの研究、環境ビジネス総合研究所にて環境ビジネスを学ぶ	昭和28年	男	所沢	CSRとSDGsで接続可能な企業に!	「企業にとってCSRとは」 CSRの基礎を学びCSR検定3級合格を目指す	「SDGsをビジネスに繋げる」 CSRはコストではない、新しいビジネス 社会課題解決から考え、ビジネスに繋げる	「CSR検定でSDGsを学ぶ」 CSR検定3級の試験の学習を通じて、 CSRやSDGsを学ぶ	
01教養	06その他	学習支援(数学)	中学数学、高校数学の指導	火・木・金 10:00～20:00	講師謝礼・応相談	A-315	鳥居 亮	鳥居 あきら	日本数学検定協会認定「数学インストラクター」 学習塾での数学指導(10年間) NPOの学習支援活動に参加 都内の中学で数学検定対策指導	—	男	山口	学習支援(数学)	数学検定対策(対象階級:5級～2級)	数学の教え方講座(学習指導をしている大人向けの講座)		
01教養	06その他	漢文・古文・ことわざ・慣用句等の指導	漢文「老子・孟子・論語」、古文、ことわざ、慣用句等の講義式講座	火・水・金・土の午後2時間程度	実費・交通費 講師謝礼:1回5,000円～	A-316	古茂田 彰男	古茂田 彰男	「漢文読んで老い知らず」をテーマに音読を中心の参加型講座です。漢文音読の会代表、先生がよい大学講師、県内公民館講座講師等	昭和28年	男	—	漢文・古文・一般常識等	文学講座・漢文入門「孟子を読む」	漢文入門「漢詩を読む」～詩の世界 旅行へようこそ～	ふれあい講座「ことわざ」一般教養	
01教養	06その他	司馬遼太郎 作品解説	作家 司馬遼太郎の作品(小説・エッセイ)の解説	応相談	実費・配布資料代(コピー代) 講師謝礼・応相談(1回1万円程度)	A-307	小名 泰裕	小名 泰裕	埼玉県県民活動総合センター市民講師	昭和38年	男	志木市	文学講座 作家・司馬遼太郎の世界	二十二歳の自分への手紙 司馬遼太郎が小説を書くきっかけ 1時間30分～2時間	「竜馬がゆく」の世界 「竜馬がゆく」のあれこれ 1時間30分～2時間	エッセイ・講演録の世界 司馬遼太郎の作品から考える宗教・歴史 1時間30分～2時間	
01教養	06その他	いのちの話	誕生学®という「いのちの話」を通して自己肯定感を高め、保護者には性はなしのポイントを伝えます。	随時	講師謝礼:10,000円～15,000円程度	B-180	久保木 裕子	久保木 裕子	誕生学アドバイザー 保護者向け講座では「誰も教えてくれなかった、もっと早く知りたかった」などの感想をいただきます。 活動ブログ: http://tanjou.blog.fc2.com/	—	女	—	誕生学～家庭で伝えるいのちのはなし～	家庭でのいのちの話をする理由 いのちのはなし、性のこと、おうちで伝えていく意味を知る 90分～120分	おうち性教育 幼児期に伝えたい「性」のはなし 思春期までに伝えたい「性」のはなし		
01教養	06その他	不登校・発達障害(かもしれない方)の学習支援(全教科)	・不登校・発達障害(かもしれない方)の学習支援(全教科) ・2歳～小中学生(学校生活相談・英検対策・進学相談・個別学習・団体学習可)	応相談	応相談	B-214	田部 井 ゆかり	田部 井 ゆかり	指導歴20年、教員免許(中高英語)、小学校英語指導者資格、小学校・幼稚園英語教諭経験あり 自身の子育ての経験を活かし、学校生活・体調の相談にもります! コミュニケーションを大切に、「楽しく学ぶ」がモットーです。保護者の方との面談も大切にします。	—	女	新所沢	2歳～6歳、英語のみのレッスン (知育・絵本)楽しく、テンポある飽きないレッスンをします!	小学生:全教科 楽しくやる気のある授業を目標とします。学校の相談にもなります。	中学生:全教科の定期テスト、受験対策、英検対策他、休んでいる間の学校との関わり方などを一緒に考えます。		
01教養	06その他	詩の教室「初めての作詞教室」	作詞教室	木曜日午後1時30分～3時	無料	B-228	坂下 紀子	山中 茉莉	詩人、エッセイスト、シナリオライターとして執筆活動実績あり。	—	女	—	初めての作詞教室	それぞれの想いを言葉にして書いてみましょう	作曲家に曲もつけてもらえるかも		
01教養	06その他	家庭教育	家庭教育についての講座講演会、電話・出張による子育て相談	水～金 10時～15時	原則無料	C-008	所沢家庭教育研究所	上竹 宏依	日本家庭教育学会会員、28年間の活動実績	—	—	—	家庭教育でのお母さんの役割	子どものやる気を育てるには	伸ばせば伸びる子どもの能力		
01教養	06その他	素読	論語 他の「素読」の普及と講師紹介、派遣	毎月第3土曜日午後2時～	500円/1回 派遣の折衷費(資料代)	C-052	素読の会所沢	那須 恵真	論語 他の素読、解説、漢文検定(漢詩・論語)にも挑戦可	—	—	三ヶ島	生涯学習として素読を学ぶ	論語を学ぶ	菜根譚を学ぶ	言志録を学ぶ	

大分類	小分類	登録内容(見出し)	活動可能な内容	指導可能な時間帯	費用	登録番号	登録者・団体の名前	代表者/号・芸名等	PR、所有資格や経験など	生まれ年	性別	居住地域	講座・教室用プログラム	学習内容1	学習内容2	学習内容3	
02くらし	02中高年	中高年の健康、生きがいづくり	・健康・生きがいづくり、地域参加、サークル運営・その留意点 ・イベント企画・立案、企業ライフプランセミナー ・認知症模実習体験から学ぶ等各種ワークショップ	応相談	講師謝礼・応相談	A-050	磯 竹栄	磯 竹栄	健康、生きがいづくり、地域活動と仲間づくりを中心とした講座やセミナー、スポーツ指導について相談可	昭和14年	男	新所沢	中・高年の健康生きがいづくり	健康セミナー 自らのからだは、自ら守ろう 1. 中高年を取り巻く環境 2. 身体に関する基礎知識 3. 経体操の実践 社会参加とサークル活動 ①社会参加の現状 ②なぜ社会参加、意義？ ③サークル活動を通しての仲間づくり	企業ライフプランセミナー ～退職後のソフトランニング～ 1. 退職前の準備 2. 退職後の地域活動への参加 3. 自分の生きがい発見 4. ボランティア活動 など	シニアのためのセカンドライフ ～生きがいを見つけよう～ 1. 高齢化の現状 2. 生きがいは地域参加 3. 生きがいの見つけ方 4. グループワーク	
02くらし	02中高年	中・高年の健康生きがいづくり	・講座・講演の各種講師派遣 ・健康・生きがいづくり、地域参加、サークル運営・留意点、イベント企画・立案 ・企業ライフプランセミナー等各種のテーマ相談可 ・体育指導・用具貸与 ・ニュースポーツ「ディスコン」の指導	応相談	実費、講師謝礼・応相談	C-006	ときめきライフ埼玉	磯 竹栄	健康、生きがいづくり、地域活動、仲間づくりを中心とした講座、ワークショップ等に講師を派遣、相談可	—	—	新所沢	中・高年の健康生きがいづくり	健康生きがい講座 1. 中高年を取り巻く環境 2. 身体に関する基礎知識 3. 経体操の実践	企業ライフプランセミナー ～退職後のソフトランニング～ 1. 退職前の準備 2. 退職後の地域活動への参加 3. 自分の生きがい発見	シニアの地域デビュー応援講座 1. 高齢化の現状を把握 2. 生きがいの地域参加 3. グループワーク	
02くらし	03福祉・介護	福祉、介護に関する相談	福祉、介護に関するあらゆる相談(24時間365日、電話無料相談)	随時	実費・資料代、交通費 講師謝礼	C-057	NPO法人 プーゲンピア	泉 志津子	24時間365日、電話無料相談をしています。HPあり	—	—	吾妻	介護保険について学ぼう	介護保険とは			
02くらし	04遺言・相続	暮らしの相談(遺言・相続・成年後見等)	行政書士による遺言・相続・終活・成年後見などのセミナー開催と相談	年中無休(要事前予約) 10:00～20:00	実費・資料代 応相談	A-233	塩月 正高	塩月 正高	50回以上のセミナー実施の実績 セミナー後の個別無料相談の開催	昭和39年	男	松井	遺言・相続・終活・後見(一般の方向き)	やさしく、わかりやすい相続の話 基本的な考えと具体的な方法について 遺言の基礎とつくる際においておいた方がよい情報	遺言を作る前に知っておいた方がいい話 遺言の基礎とつくる際においておいた方がよい情報	相続を争族にしないために 原因と対策 争族～原因と対策～	
02くらし	04遺言・相続	遺言・相続・経営	・遺言作成や相続問題に関するセミナー ・中・小規模経営者の事業継承セミナー ・中小企業金融円滑化法の出口対策に関するセミナー	月～金(土・日は応相談) 10:00～21:00	実費・交通費・資料代1回300円～500円、 講師謝礼・経営者向けセミナーのみ1回5,400円	A-258	牛尾 邦治	牛尾 邦治	1. 経験を生かした実践的セミナーを実施 2. ホームページ http://www.usbio-keiei.jp/	昭和30年	男	小手指	中高年向け講座 「事業継承と相続」	遺言作成と相続問題 相続トラブルを回避する遺言作成	金融円滑化法終了と銀行折衝 リスク対策と経営改善計画の策定の仕方について	熟年起業の勧め 地域密着と地域デビュー、起業目的、事業計画策定等	
02くらし	04遺言・相続	終活関連セミナー	相続の基礎知識、遺言の書き方と効能、成年後見制度、民事信託、尊厳死宣言書について等のセミナー	随時	実費・資料代 講師謝礼:無料	A-263	田中 諭	田中 諭	行政書士登録、2級ファイナンシャル・プランニング技能士、宅地建物取引主任者、資金業務取扱主任者 http://www.ivy-g.com/	昭和43年	男	—	終活セミナー	相続の基礎知識、相続税や贈与税について	遺言書の書き方、効能	成年後見制度についての解説	
02くらし	04遺言・相続	相続・遺言相談 他	相続・遺言相談、会社設立等相談、NPO法人設立相談	月～金 10:00～17:00 他 応相談	実費・資料代 講師謝礼:1回5,000円～応相談	B-193	村野 直美	村野 直美		昭和41年	女	富岡	遺言の必要性	遺言書の必要性 後で後悔しない為の予備知識(2時間)	エンディングノートを作ろう 一緒にノート作成(2時間)		
02くらし	04遺言・相続	相続(成年後見・遺言・相続)セミナー	相続に関する正しい知識を知っていただくため、セミナー等の出張講師派遣及び相談会を実施	月～金(土・日は応相談) 10:00～17:00	実費:300～500円 講師謝礼:1回5,000円程度、応相談	C-063	所沢くらしとビジネスを支援する会	牛尾 邦治	行政書士、司法書士、税理士、土地家屋調査士、弁護士等の異業士の任意団体	—	—	小手指	知っておきたい遺言・相続・成年後見について	徳川家に学ぶ正しい相続 史実に基づく正しい相続を学ぶ 1時間～、無料	家康に学ぶ正しい遺言 史実に基づく正しい遺言を学ぶ 1時間～、無料	徳川家に学ぶ正しい成年後見 史実に基づく正しい成年後見を学ぶ 1時間～、無料	
02くらし	05心理・カウンセリング	カラーセラピー	色彩心理を用いたコミュニケーション法、カウンセリング、コーチング、メンタルケア、メンタルトレーニング	応相談	実費:(例)教材、アドバンスカラーセラピーカード他(1人600円) 講師謝礼:応相談	B-027	荒岡 真由美	荒岡 真由美	癒しの先の「前進」に目を向けたアドバンスカラーセラピー開発者、ColorPresents(アドバンスカラーセラピー本部代表) アドバンスカラーセラピーは資格取得者300人以上、教育機関や大手企業研修に導入されています。 http://www.color-presents.com	—	女	入間市	心を元気にする「色のチカラ」でコミュニケーションUP	相手と距離を縮めるコツ1 相手も自分も認めるプラスのコミュニケーション術(色彩心理を活用)	相手と距離を縮めるコツ2 価値観の違いを理解して受け入れるコミュニケーション術(色彩心理を活用)	相手と距離を縮めるコツ3 自分の心を整えるメンタルコントロール(色彩心理を活用)	
02くらし	05心理・カウンセリング	セルフ・カウンセリング 講座	セルフ・カウンセリング講座「書くことから始める一人で行える自己発見法」	随時	実費:交通費、教材費、講師謝礼:応相談	C-014	生涯学習セルフ・カウンセリング学会	森下 文子	講師はカルチャーセンター、教育委員会、自治体等で講座を担当 HP http://www.self-c.net	—	—	神奈川県	セルフ・カウンセリング体験会	セルフ・カウンセリングを通して自分を 知る 講義と実習、1～2時間			
02くらし	05心理・カウンセリング	子ども達の睡眠改善、発達障害・自己肯定感等の子育てアドバイス	子ども達の睡眠改善方法講座、子育て講座(発達障害・自己肯定感等)	平日10:00～19:00(土日は応相談)	講師謝礼:1回5,000円(活動により無償～応相談)	B-227	山田 典子	山田 典子	子ども睡眠カウンセラー協会マスター講師、 日本心理学会認定心理士	—	女	小手指	日本の子どもの睡眠の現状、世界一悪いって知ってますか?	今の日本の子どもの睡眠の現状と簡単改善法	子どもの自己肯定感の高め方	発達障害のこどもの理解	
02くらし	06健康	つぼ健康法	つぼ健康法	第一、三水曜(土・日は応相談) 14:00～16:00	実費:資料代200円、講師謝礼:1回3,000円	A-187	倉本 嘉昭	倉本 医風	ツボ手当、家庭医を指導します	—	男	松井	人間のツボで健康に	人体のツボの探し方 ツボ押し棒を使って、肩こり・腰痛の改善法	人体ツボの見分け方	家庭の中のいやし効果	
02くらし	06健康	表情筋トレーニング(フェイスストレッチング)	表情筋トレーニング(フェイスストレッチング)	応相談	実費:あり、講師謝礼:応相談	B-079	荒岡 真由美	荒岡 真由美	Color Presents代表、フェイスストレッチングインストラクター、心理カウンセラーの視点からコミュニケーション術もお伝えしています。 http://www.color-presents.com	—	女	入間市	心からの笑顔を手に入れる! 表情筋トレーニング	表情を豊かにする。 表情の重要性、心との関係を理解し、実際に表情筋の動かし方を練習する。			
02くらし	06健康	めん棒セルフケア講座	木のめん棒を使用した全身のセルフケア運動(めん棒で足裏を刺激し、リンパを流し血流をUP、内臓諸機能の改善を図ります)	月(火・木は応相談) 90分、月1回～	実費:めん棒代350円 講師謝礼:参加費として1回ひとり1,500円	B-224	後藤 由布子	後藤 由布子	めん棒ダイエットインストラクター クリニックゾーンセラピーマスターコース修了	昭和45年	女	新所沢	めん棒セルフケア講座「100歳まで歩ける私」	足裏→足首とめん棒でアプローチ 最後に指圧で足裏をアプローチ	ふくらはぎをめん棒でアプローチ 膝周りをめん棒+指圧棒でアプローチ	全身の中で一番筋肉量の多い太ももにアプローチ	
02くらし	06健康	オーラルフレイル予防、くちびるディンギング選手権指導、アロマセラピー、健康管理	オーラルフレイル予防、くちびるディンギング選手権指導(オーラルフレイル予防個人競技)、アロマセラピー、健康管理	毎月第3、第4週で応相談	講師謝礼:1回5,000円(応相談) 資料代実費	B-226	関戸 美恵子	関戸 美恵子	高齢者等のオーラルフレイル(口から始まる衰え)予防として、食べる・笑う・つどう力を引き出す活動です。健康管理士一般指導・aea認定アロマセラピスト、くちびるディンギング個人競技認定トレーナー	—	女	三ヶ島	いきいき健康学習会	オーラルフレイルとは お口の健康、飲み込む力	体内リズムを知らず 体を一定に保とうとする力	触れ合って免疫力を高めよう 人の免疫システムとハンドトリートメント	
02くらし	06健康	口の健康	口についての健康教室、講演会等	応相談	無料	C-038	社団法人所沢市歯科医師会	浜島 拓也	歯科医師免許	—	—	松井	高齢者の歯ケア 要介護者へのケア講習	成人の歯ケア 歯周病予防、口の中からの介護予防	子どもの歯ケア 歯の健康、食生活指導、スポーツドリンクの飲み方		
02くらし	06健康	ハンドセラピー	・ハンドセラピーの体験、ふれあい講座 ・ハンドセラピー養成講座	午前10時～ 午後4時	体験は無料 ふれあい講座1回5,000円(30名まで)	C-071	ハンドセラピー彩・所沢支部	上野 節子	手のぬくもりをととした癒しのケアで、道具を使わずに着衣の上からできる簡単な方法をお伝えします。心と体のリラックスが体験できます。英国赤十字社由来です。老人福祉センター等で地域ふれあい講座の講師経験あり	—	—	新所沢	ハンドセラピーふれあい講座 ・ハンドセラピー養成講座 Aコース(90分) 首と肩のハンドセラピー Bコース(90分) 手と腕のハンドセラピー	基本手技及び実施手順等を説明	実技実習		
02くらし	06健康	寝たきりにならない体操	寝たきりにならない体操(ペットボトル1分間体操10種)	第2・4、水、14:00～16:00	実費:資料代200円、講師謝礼:1回3,000円	C-073	元気で百歳生きる友の会	倉本 嘉昭	寝たきりにならない体操で元気で百歳!	—	—	松井					

大分類	小分類	登録内容(見出し)	活動可能な内容	指導可能な時間帯	費用	登録番号	登録者・団体の名前	代表者/号・芸名等	PR、所有資格や経験など	生まれ年	性別	居住地域	講座・教室用プログラム	学習内容1	学習内容2	学習内容3
02くらし	07食・料理	紅茶セミナー	《紅茶セミナー》 おいしい紅茶の入れ方をマスターして、楽しく味わいましょう！	応相談	実費：交通費、材料費、講師謝礼：1回5,000円～	B-104	木原明美	木原明美	インテリアコーディネーター 木原テクニカルアカデミー	—	女	—	紅茶セミナー	紅茶の歴史や茶葉の種類などエトセトラとおいしい入れ方 紅茶のエトセトラを知ってティータイムを楽しみましょう。		
02くらし	07食・料理	お料理、お菓子作り	お料理、お菓子作り	月、火、水 (時間は応相談)	実費、材料費、消耗品 サークルレッスン：1500円～ 1名、4名以上	B-216	大北理子	RicoLabo	お菓子作りを習って優雅にお茶時間を過ごしませんか？	—	女	—	本格スイーツをおうちでも	英国伝統菓子 キャロットケーキ 野取の甘みを活かしたおいしいケーキを作りましょう	本気で作るブラウニー 本命チョコを手作りで	ハイクと作る簡単ブランチ 土曜日の午前おなかをすかして 簡単料理、うれしいお土産付き
02くらし	07食・料理	手ごねパンづくり	子どもから高齢者までを対象にパン作りの講習ができます。	応相談	材料費1,000円程度/1人 謝礼金なし	B-218	長谷部 由美	長谷部 由美	簡単・楽しいをモットーに初心者でも楽しめるパン作り講習です。 パン生地のコネ、発酵、成形、焼成までの全工程を行います。	—	女	吾妻	簡単！ 楽しい！ 手ごねパン作りに挑戦	パン生地のコネ、発酵、成形、焼成までの全工程を行います。 自分で作ったパンをお持ち帰りできます。 所要時間：1.5～2時間 持ち物：エプロン、タオル、持帰り用袋か		
02くらし	08住居・インテリア	インテリアコーディネート	・新築・リフォームのインテリアコーディネートアドバイス ・お部屋の模様替え、お部屋をセンスアップするテクニック ・インテリアコーディネーター資格取得講座	応相談	実費、材料費、交通費 講師謝礼：1回5,000円～	B-012	木原 明美	木原 明美	インテリアコーディネーター、一級建築士、 一級カラーコーディネーター	—	女	—				
02くらし	08住居・インテリア	パーソナルカラー診断	・パーソナルカラー診断、色でお部屋の模様替え、色の持つパワーについて ・子どもの色彩感覚を育てましょう。	土日祝 (平日は要相談)	実費：材料費、交通費 講師謝礼：1回5,000円～	B-013	木原明美	木原明美	1級カラーコーディネーター、インテリアコーディネーター、一級建築士	—	女	—				
02くらし	08住居・インテリア	カラーコーディネート	カラーコーディネート(色彩活用術)	応相談	実費：あり、講師謝礼：応相談	B-026	荒岡 真由美	荒岡 真由美	ColorPresents代表 http://www.color-presents.com	—	女	入間市	魅力を引き出す！カラーコーディネート術	外見からの魅力をUPする 色の効果を学んでいただき、似合う色の見つけ方を知っていただく。		
02くらし	08住居・インテリア	テーブルコーディネート	「テーブルコーディネート」ちよつとした色の使い方やインテリア小物でテーブルをすてきにコーディネートしましょう！	土日祝(平日は要相談)	実費、材料費、講師謝礼：1回5,000円～	B-198	木原明美	木原明美	インテリアコーディネーター、一級建築士、 一級カラーコーディネーター、小原流生け花 教授、フラワーアレンジメントインストラクター	—	女	—				
02くらし	08住居・インテリア	間取りやインテリアのアドバイス	2級建築士として女性ならではの視点と経験から住宅の間取りやインテリアをアドバイス	月～金 10:00～17:00	実費：交通費 謝礼：1回3,000円から応相談	B-220	高木 真紀子	高木 真紀子	2級建築士としてマンションや戸建て住宅のリフォームや新築の設計の経験有	昭和27年	女	山口	リフォームのポイント 間取りのセカンドオピニオン			
02くらし	09発声・話し方	発声・ことばの指導	・「発声・言葉の指導」イメージング発声による自分の声を創る ・司会者能力・話す力・朗読・歌い方の指導(初級から指導者まで)	応相談	実費：テキスト代200円 講師謝礼：3,000円/1人2時間 活動により無償・応相談	A-265	山岡 青雄1	山岡 青雄1	脳を生かした複式発声法で響く声、明るい声創りの指導30年	—	男	松井	脳活・新複式発声・声とことば 鍛錬会	発声は姿勢が大切。声とことばは脳で組み立てる。	発声、発語の仕組み。のど、口腔、葉の使い方	早口ことば、文章を読む、朗読、話し方、司会
02くらし	09発声・話し方	話し方	話は聞き手が主役、話し方を通して、人間関係を深める	随時	実費：応相談	A-275	三谷 雅昭	三谷 雅昭	話は聞き手が主役。好ましい態度、明るい表現などを学習。3分スピーチでスピーチを体験します。	昭和16年	男	山口	話し方	話し方 基本的な考え方(話し方、聞き方伝授) ロールプレイングで実践指導		
02くらし	10その他	パーソナルスタイリング	パーソナルスタイリング(5歳若く見せる方法)、色・メイク・歩き方・ファッションコーディネート	随時	実費：300円、講師謝礼：1回2,000円(90分)	B-201	古川 美恵子	古川 美恵子	入間市「まもの先生」、川越よみうりカルチャー等各カルチャースクールで実演実施 HPあり、 http://you-plan.org	昭和21年	女	—	5歳若く見せる方法			
02くらし	10その他	自分史講座	「自分史講座」 一枚の自分史、一枚の写真を使って思い出を書いてみよう。	土曜日	講師謝礼：月1回10,000円	B-212	中得 一美	中得 一美	自分史活用アドバイザー http://ameblo.jp/ohanashi888/ 日本文芸家協会会員	昭和40年	女	小手指	一枚の自分史	一枚の写真を使って思い出を書こう	私のファミリーヒストリー 家計図を書いて見ます	ご自分の体験を書く 年表を書く 写真などを配し自分史の完成
03日本文化	01書道	書道(全般)	書道全般(実技指導、講座等)の講師	月～土 10:00～20:00 応相談	実費：交通費 1回約1,000円 講師謝礼：1回1人1,500円/約2時間(テキスト代含む) 応相談	A-283	若松 久夫	若松 永暁	書家、日本教育書道連盟名誉教授(漢字・仮名)、同教授(漢字・仮名)、東京書道教育会正師範(仮名・漢字仮名交じり)、紅霧書展準同人、現在、地域にて書道教室開催(公民館、施設など)	昭和24年	男	新宿区	書の楽しみ、魅力、こころ —書の教室—	初級から上級、研究科レベル等、ご要望に応じ多彩なプログラムを展開します。		
03日本文化	02華道	華道	華道(身近にあるものを教材とし、四季折々の自然を生かす)	随時	実費あり	B-017	有坂 ミエ子	有坂 ミエ子	華道古流教授(経歴50年)	昭和17年	女	三ヶ島				
03日本文化	03香道	香道	香道総論、香席体験	応相談	実費：香木代 一人2,000円 講師謝礼：香席体験/1回20,000円	A-189	柳原 千秋	柳原 千秋	講師歴38年 自治体にて講演、民間(NHK、読売、日本テレビ)にて指導。	—	男	—	香道について	香道 総論・各論・実技指導		
03日本文化	05着付	着物の着付	「着物の着付」着方～着せ方まで、ゆかた、振袖、留袖などもOKです。	土日祝	実費：交通費 講師謝礼：1回2,000円	B-078	木原明美	木原明美	ヤマト着物学院着付教授	—	女	—				
03日本文化	05着付	着付・作法・書道	着付(自装・他装)、作法(心のおしゃれ)、書道	応相談	実費：交通費、材料費等がある場合 講師謝礼：無料	B-195	今尾 久子	今尾 久子	学校関係で講師経験多数、公民館での講師経験 着物は所沢市国際交流フォーラムにおいて楽しんでます。	—	女	—	着付(自装、他装)、作法	まずは自分で着物が着られるように！！ 着物の名称から入っていくのですがご存知の方も多くいらっしゃると思います。 2時間程度	作法(作法遣心) 出会いを大切に！！	
03日本文化	07俳句・川柳	俳句指導	俳句指導	応相談	実費：交通費、教材費 講師謝礼：応相談	A-252	清水 敏男	清水 山彦	上尾市、所沢市その他で俳句講座の経験あり。また、各地で俳句サークルの指導	昭和26年	男	上尾市	初心者のための俳句講座	日記俳句のすすめ 初めての俳句体験者を対象に指導 4行程の中で実作体験をします。		
03日本文化	07俳句・川柳	初心者向け俳句	初めての俳句、初心者向け俳句教室	第一、第三(火)午後 第一、第四(木)午後	無料	C-066	雨蛙俳句会	鈴木 征子	小学校の放課後カルチャー、老人ホーム、児童館などで実施	—	—	所沢	はじめての俳句	はじめての俳句 俳句の基礎、つくり方など (1日～4日間、6日間コースなど有)		
03日本文化	その他	日本建築鉅尺使用法、組物の木割	日本建築鉅尺使用法、組物の木割を教えます。	応相談	実費：道具代 講師謝礼：応相談	A-305	岡部 賢二	岡部 賢二	宮大工60年	昭和12年	男	富岡				

大分類	小分類	登録内容(見出し)	活動可能な内容	指導可能な時間帯	費用	登録番号	登録者・団体の名前	代表者/号・芸名等	PR、所有資格や経験など	生まれ年	性別	居住地域	講座・教室用プログラム	学習内容1	学習内容2	学習内容3
04音楽	01声楽・器楽	歌曲・アリア等コンサート、声楽の指導	・歌曲「オペラ・アリア」等のコンサート(ソプラノ/リサイタル) ・声楽の指導	日・火・木(11:00~16:00) 他は応相談	実費・交通費(伴奏者が必要な場合は2名分、コピー代等) 講師謝礼:5,000円~応相談	B-040	中沢 章子	中沢 章子	二期会会員、ソロリサイタルの他、オペラコンサートに多数出演 所沢音楽家協会会員として「花水木の歌」の街のコンサートに多数出演	昭和28年	女	香妻	ソプラノリサイタル・声楽レッスン	ピアノなどの伴奏によるコンサート 唱歌、歌曲、オペラアリアなど (1時間半~2時間)	声楽レッスン 呼吸法、発声法、歌唱法 (1時間~2時間)	
04音楽	01声楽・器楽	ピアノ、エレクトーン、リトミック、音楽療法 他	・ピアノ、エレクトーン、リトミック指導 ・音楽療法(ハンディキャップのある方やシルバーの方)	月・金・土:午前・午後 火・木:午前	講師謝礼:応相談	B-042	小澤 佐智子	小澤 佐智子	財団法人ヤマハ音楽振興会システム講師、全日本ピアノ指導者協会会員、バスターン研究会所沢支部、NPO法人ミュージックパレット会員	昭和39年	女	小手指	リトミックと音楽を楽しむ会	リトミックと音楽 色々な楽器にふれて、体を使ったりして音楽を楽しむ 2時間10,000円		
04音楽	01声楽・器楽	唄唄・俗曲・三味線	唄唄・俗曲・民謡・三味線の演奏及び講習	月・金以外 10:00~16:00 他は応相談	実費:教本、バチ、小物、貸三味線料等・月500円 講師謝礼:月2回3,000円 など応相談	B-098	新部 育子	藤本 秀穂優	唄唄10年小唄20年の経験:持ち唄200曲	—	女	—	唄唄・俗曲・民謡・三味線の指導	課題曲の習得 歌本の譜を読み取り三味線を探る 三味線の扱い方、唄唄・俗曲・民謡の歴史、課題曲の内容、時代背景、流行した頃の様子、三味線文化を知る 休憩を入れて2時間程度、2,500円他		
04音楽	01声楽・器楽	ピアノ指導、ポランティア演奏	ピアノ指導、ポランティア演奏	平日午前中、木曜日	講師謝礼:応相談	B-225	蒔田 祐子	蒔田 祐子	音楽大学卒業後カワイ音楽教室でピアノを教えています。幼稚園、老人ホームなどでの演奏も多数行ってきました。	昭和56年	女	香妻	はじめてのピアノ	ピアノの椅子の高さ・位置を確認 ドレミの場所の確認簡単な曲を一緒に弾いてみる(30分程度)		
05趣味・カルチャー	01園芸	園芸・盆栽 山野草 ガーデニング	・ガーデニング(園芸、盆栽、山野草の栽培方法) ・植物よもやま話	月~金(土・日・祝日は 応相談) 10:00~17:00	実費:教材費等1,500円/1人 講師謝礼:1回5,000円	A-200	山本 百起男	山本 百起男	カルチャーセンター、生涯学習会、公民館等で講座経験あり	昭和16年	男	東大和市	小品盆栽またはコケ玉作り	コケ玉の作り方・小品盆栽の作り方 植物に関する講義、教材により実技、植物の育て方についての質問		
05趣味・カルチャー	02フラワーアレンジメント	フラワーアレンジメント&生け花	「フラワーアレンジメント&生け花」 子どもから大人まで楽しめます(クリスマスリース、ブチブチ、造花や生花でつくるオーナメント)。	土日祝 (平日は要相談)	実費:材料費、交通費 講師謝礼:1回2,000円~	B-014	木原明美	木原明美	小原流生け花教授、フラワーアレンジメントインストラクター、所沢市内カルチャースクール・老人ホーム・障害者施設・高校卒業部にて講師歴20年	—	女	—				
05趣味・カルチャー	02フラワーアレンジメント	ブライズドフラワー	アートフラワー、ブライズドフラワーのアレンジ(コサージュ、母の日プレゼント、Xmasリース、正月飾り等)の製作指導	9:00~17:00	実費:材料費300円~2,000円 講師謝礼:3,000~5,000円 場所、人数により応相談	B-139	山本 雅子	山本 雅子	・JFAA(J. フローラルアーティスト協会)認定講師	—	女	富岡	アートフラワー、ブライズドフラワー講座	正月輪飾り アートフラワー、リボンで製作 2、水引き等で製作 (2時間、1,000円)	コサージュ作り アートフラワー、リボンで製作 (2時間、500円)	ブライズドフラワー母の日アレンジ ギフトケースに入った母の日プレゼント用アレンジ (2時間、1,500円)
05趣味・カルチャー	02フラワーアレンジメント	フレッシュフラワー・ブライズドフラワー	フレッシュフラワー、ブライズドフラワーを使用して、 フラワーデザインを楽しみます。	応相談	実費:花材費	B-179	前田 恵	前田 恵	公益社団法人日本フラワーデザイナー協会 講師・試験審査員	—	女	香妻	フレッシュフラワー、ブライズドフラワーを使用して季節 フレッシュフラワー、ブライズドフラワーを使用して季節を感じられるフラワーデザインを体験。	ブライズドフラワーを使用してアレンジメント・リース作り 楽しみながらの作品作り、生活に彩りを感じられるフラワーデザインを体験。		
05趣味・カルチャー	03囲碁・将棋	囲碁	囲碁を楽しむ	随時	実費:応相談	A-276	三谷 雅昭	三谷 雅昭	囲碁は人生の縮図、囲碁と仲間になり大いに楽しみたい。	昭和16年	男	山口		囲碁の基本、実践指導、楽しみながら囲碁を学ぶ。		
05趣味・カルチャー	04絵画	日本画	日本画の基礎的描き方から、出品作まで、実作指導及び関連知識全般	応相談	講師謝礼:1回3,000円/2時間程度	A-199	高田 俊一	高田 俊一	一般社団法人日本画院 入選36回、受賞2回 執行理事、埼玉支部長、所沢市美術連盟副会長、日本画部審査員、所沢市文化団体連合会会長、所沢日本画会「れあの樹会」講師	昭和18年	男	香妻	日本画制作の初歩から完成まで	日本画とは 日本画と他の絵画との違い	写生、構図 自然観察、バランス、遠近法 彩色、塗り重ね 岩絵具の使用法 他	仕上げ 強調点、動線、色感の統一
05趣味・カルチャー	04絵画	絵画全般	色鉛筆・水彩・パステル・油彩など絵画全般(初心者対象に指導)	応相談	実費、講師謝礼:応相談	A-240	松山 俊彦	松山 俊彦	現在、カルチャーセンター及び各地の公民館で指導	昭和29年	男	東村山市	美術を体験しよう!	リンゴ・みかんを描く(丸い立体の描き方)	ピンを描く(長い立体と質感を勉強)	ピンとレモンを描く(長い丸い物との組み合わせ、構図の勉強)
05趣味・カルチャー	04絵画	花の色鉛筆画、はがき絵	花の色鉛筆画、絵手紙、はがき絵	応相談	実費:1人200円、交通費 講師謝礼:1回5,000円	B-128	村田 和香	村田 和香	美大(日本画学科)助手として勤務、自宅にて絵画教室指導	—	女	所沢	はがき絵、絵てがみ	絵手紙へタワ初心者はがきサイズ3枚、筆にて色彩 (2時間)		
05趣味・カルチャー	04絵画	パステルシャインアート、名画鑑賞プログラム	・パステルシャインアート講座(2歳ごろ~) ・認知症の方とその家族に向けた名画の鑑賞プログラム	応相談	実費:材料費500円~700円 講師謝礼:1回3,000円	B-211	大谷 こずえ	大谷 こずえ	介護施設や障害者施設で毎月講座を開催 アートリッパ認定アートコンダクター、日本パステルシャインアート協会インストラクター、パステルシャインアートセラピスト	昭和33年	女	山口	パステルシャインアート、名画の鑑賞プログラム	パステルシャインアートではがき作り パステルを粉にしてコットンで描く世界一簡単な絵 絵心がなくても描ける	名画を見ながらお話しする会 (認知症者及びその家族)	
05趣味・カルチャー	04絵画	水彩画(ハガキ絵含む)・墨絵(四季草花、山水画)	水彩画(ハガキ絵含む) スミ絵(四季草花、山水画) 画材の使い方、描き方	応相談	実費:画材、交通費 講師謝礼:1,000円/1回 応相談	A-320	坪田 伸一	坪田 伸一	40年以上のキャリア、専門学校講師35年の経験で、早く的確に学ぶ方法をお伝えします。	—	男	並木	水彩とスミ絵で描く(四季と山水画)	紙と画材 表現力は画材の理解(実技で体験しよう)	水彩画入門 四季の草花、風景	墨絵入門 四季の草花、風景
05趣味・カルチャー	05アロマ	ハーブ・アロマセラピー	・ハーブについての講義と実習 ・アロマセラピーについての講義と実習	水 他曜日は応相談	実費:材料費 講師謝礼:1回10,000円	B-005	黒木 宝子	黒木 宝子	ハーブコーディネーター 公民館や家庭教育学級、お店などで講師経験	—	女	—	ハーブやアロマセラピー	アロマセラピー講義と実習(ハーブのハンドクリーム作り) ハンドクリーム作り、手浴 他	ハーブティーの効能と体験実習 ハーブティーの講義、試飲、オリジナルハーブティー作り	クリスマスリース ドライフラワーや木の葉をつかったリースやアレンジ
05趣味・カルチャー	05アロマ	ハーブ・アロマセラピー	ハーブとアロマセラピー体験講座(クラフト等)、アロマハンドトリートメント	応相談	実費:500円~ 講師謝礼:3,500円~	B-202	磯野 久仁子	磯野 久仁子	アロマセラピーアドバイザー・インストラクター、ハーバルセラピスト	—	女	—	ハーブとアロマセラピー	メディカルハーブの講義実習 ハーブティーの試飲、体験講座、ハーブティーブレンド講座、クラフト (1~2時間)	アロマセラピー講義実習 ルームフレッシュナー、クリーム作り、クリスマスリース作り他 (1~2時間)	アロマハンドトリートメント 自分や身近な人へのハンドマッサージ (1~2時間)
05趣味・カルチャー	06その他	文字デザイン・レタリング	文字デザインの基礎として、様々な文字をフリーハンドで描く方法を教えます。	応相談	実費:デザイン筆、ポスターカラー他・応相談	A-318	山岡 育雄	山岡 育雄	指導歴10年、社会人、高校生に指導 小学高学年から大人まで学習可能で文字が上達する。	—	男	松井	レタリング教室	ゴシック体 デザイン等をフリーハンドで書く	明朝体	楷書体 他
05趣味・カルチャー	06その他	ラッピング	ラッピング教室	午後	実費:包装紙・リボンなどの材料費	B-221	高倉 静	高倉 静	ラッピングの基本と色彩応用	昭和27年	女	並木	ラッピング	きほんのき 3種類の基本型	色も考えながら 人のために包むということ	ヴァリエーションなど 飾り方や変わり包みなど
05趣味・カルチャー	06その他	20世紀名画(シネマ)シーンと音楽の回想記	20世紀名画(シネマ)シーンと音楽の回想記(ピックアップした懐かしい名画シーンと音楽の紹介)	火・木・土曜日いずれか、13:30~15:00	実費:資料代500円、講師謝礼:1回(120分)1,200円	B-222	古川 美恵子	古川 美恵子	アパレルメーカーでのデザイナー経験後、企画会社設立、大学・専門学校等で非常勤講師を兼務する中で日本の目まぐるしい文化・ファッション・音楽等の変化に着目してきました。	昭和21年	女	香妻	20世紀名画(シネマ)と音楽の回想記	1952年~昭和27年 例題「風と共に去りぬ」等	1953年~昭和28年 例題「シネマ」	1954年~1955年 昭和29年 例題「旅情」桐らざる河」
05趣味・カルチャー	06その他	写真撮影指導	写真撮影の基礎と実践指導	応相談	無料	A-312	福園 公嗣	福園 公嗣	公益社団法人 日本写真家協会会員	昭和33年	男	小手指	写真ははじめよう	撮影の基本習得 実際の現場で撮影 撮影後の振り返り		

大分類	小分類	登録内容(見出し)	活動可能な内容	指導可能な時間帯	費用	登録番号	登録者・団体の名前	代表者/号・芸名等	PR、所有資格や経験など	生まれ年	性別	居住地域	講座・教室用プログラム	学習内容1	学習内容2	学習内容3	
06レク	01講話	笑って聞く男女の脳の違い	笑って聞く男女の脳の違い「男はIQ、女は度胸」	10:00～19:00	講師謝礼:10,000円～ 応相談	A-218	北沢 正嗣	あやし家 こいつ	・彩の国いきがい大学 ・笑い療法士 東京、埼玉の高齢者大学、公民館等で講演	昭和16年	男	富岡	1.健康 2.笑い 3.女と男の脳の違い	笑いとは健康 元気のもとはいから 1～2時間	笑いを探る 話のおかしさ、おもしろさ 1～2時間	男はIQ 女は度胸 脳の違いは原始時代のDNA 1～2時間	
06レク	01講話	笑って聞ける「健康講座」	笑って聞ける「健康講座」 「笑いとは健康」～元気で長生きのコツとツボ～	講師謝礼:10,000円～ 応相談	講師謝礼:10,000円～ 応相談	A-219	北沢正嗣	あやし家 こいつ	・彩の国いきがい大学OB教授 ・笑い療法士 主に東京、埼玉の高齢者大学、公民館等で講演	昭和16年	男	富岡	「笑いとは健康」	元気のもとはいから			
06レク	01講話	笑いの話や笑える話	笑いの話や笑える話、「笑いを探る」	10:00～19:00	講師謝礼:10,000円～ 応相談	A-220	北沢正嗣	あやし家 こいつ	・彩の国いきがい大学OB教授 ・笑い療法士 主に東京、埼玉の高齢者大学、公民館等で講演	昭和16年	男	富岡	笑いを探る	話のおかしさ、おもしろさ			
06レク	01講話	所沢の歴史・文化の語り	所沢の歴史・文化等を語る	10:00～17:00 1つの語り部20～30分程度	実費:交通費	C-070	語り部の会	中村 真一	生涯学習をすすめる市民会議のところで語り部養成講座を終了	—	—	富岡	所沢の歴史 所沢の文化	三富開拓、旧町 20～30分	はたおり、かいこ、鉄道 20～30分		
06レク	02その他	腹話術	・腹話術の講演、腹話術の基本的なやり方の指導 ・腹話術のセラピー効果や活用方法を講義する	応相談	実費:バベット製作をする場合、材料費500円程度 講師謝礼:1回 2時間 1,000円/1人(5人～)	B-207	安藤 倫子	腹話術師アンディ	腹話術協会公認インストラクター、小学生から高齢者の方まで年齢を問わず見て楽しいやって楽しい腹話術、公民館事業で経験多数、ブログ、HP、YouTubeあり	—	女	—	腹話術を楽しもう!	これからの腹話術	腹話術に必要な基本テクニックの身に付け方	腹話術を使って自己表現やコミュニケーションを楽しむ。	
06レク	02その他	ジャグリング指導・実演	・ジャグリングショー ・ジャグリング教室&指導 ・バルーン教室&指導	土・日・祝 (他は応相談)	講師謝礼:応相談	C-024	所沢ジャグリングクラブ	田中 一樹	所沢ジャグリングクラブは日本でも数少ないジャグリングクラブです。 https://ichrot.wixsite.com/jugfly	—	—	入間市					
06レク	02その他	けん玉	けん玉の指導(小学校・保育園・児童館生活クラブ・児童クラブ・お通者クラブ等)	随時応相談(7・8月は不可)	講師謝礼:1回5,000円/2時間(応相談)(賞しけん玉あり。無料)	A-229	久米 岳晴	久米 岳晴	日本けん玉協会認定2級指導員/認定普及員講師、けん玉道四段、市内小学校・保育園・児童館生活クラブ・児童クラブ・お通者クラブでの指導経験あり	昭和38年	男	山口	けん玉	けん玉で遊ぼう!(幼児～小学校低学年)・・・遊び、ゲーム、簡単なわざ、けん玉にチャレンジ!けん玉の基本技～発展技、上達法。	けん玉指導法・・・子どもにけん玉を教えるコツ。楽しみ方		
06レク	02その他	紙芝居	紙芝居(子どもからお年寄りまで楽しめる紙芝居(90作品以上))		講師謝礼:応相談	A-306	伊藤 博	伊藤 博	http://www.facebook.com/casseroleditor	昭和28年	男	富岡	紙芝居				
06レク	02その他	似顔絵	・1人5分～10分で似顔絵を描きます。 ・似顔絵の書き方も教えます。	応相談	実費:画材代	A-308	岡本 和夫	岡本 和夫	・自己流ですが、描き方も教えます。	昭和16年	男	新所沢東					
06レク	02その他	紙芝居と歌	紙芝居と歌で楽しむ (保育園、小学校、公民館、老人ホーム、病院等)	応相談	実費:交通費 講師謝礼:1回5,000円	B-129	村田 和香	村田 和香	美大にて助手として勤務 絵画教室指導	—	女	所沢					
06レク	02その他	マジック	ステージを中心としたマジックの出前	応相談	実費:交通費(2,000円/回)	C-029	彩の国いきいきマジッククラブ	岡本 良平	高齢者施設、自治会、子ども会等年間50回程度の実績あり	—	—	小手指					
06レク	02その他	フラダンス	フラダンスの体験とフラショー	応相談	無料	C-055	フラ・レイナニ	藤野 紀子	癒しのフラダンスを楽しんでいただけます。 地域やパーティのイベント、小学校PTA、学童保育、老人ホーム、デイケア、福祉プラ(自閉症、体のご不自由な方々)等、子供から中・高齢者、障害者の広範囲に活動しています。	—	—	並木				—	

大分類	小分類	登録内容(見出し)	活動可能な内容	指導可能な時間帯	費用	登録番号	登録者・団体の名前	代表者/号・芸名等	PR、所有資格や経験など	生まれ年	性別	居住地域	講座・教室用プログラム	学習内容1	学習内容2	学習内容3
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	ピラティス	・骨盤調整ピラティス指導 ・親子ピラティス指導	平日	実費:交通費、講師謝礼:応相談	A-164	上田 宗主	上田 宗主	保健センター、女性セミナー、市民大学講師。初心者から指導者までスキルに合わせたプログラム実施。指導者を多数輩出、親子ピラティス指導10年以上、経験25年以上	—	男	—	肩こり・腰痛解消ピラティス	女性専用プレミアムピラティス 通常エキスパートプログラムの「プレミアムピラティス レベル1.2.3」を特別レッスンとします。	骨格の歪み、肩こり解消 骨格・骨盤の歪み、肩こり・腰痛解消 を指すプログラム	親子のコミュニケーション ふれあいをさらに深める、子連れ できるレッスン
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	ヨガ	ヨガの基本理念、呼吸法、実技指導	随時	実費:交通費、資料代、講師謝礼:無料	A-274	三谷 雅昭	三谷 雅昭	所沢市久米で教室開催	昭和16年	男	山口	ヨガ	ヨガ 基本理念、呼吸法、実技指導。		
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	血液サラサラ体操	血液サラサラ体操(血液循環体操)、ラジオ体操(小・中学生の指導)、ストレッチ、歌いながらのダンス	随時	講師謝礼:1回3,000円(30人以上4,000円)	B-023	藤井 京子	藤井 京子	学校関係の本を2冊発行(アカンベ先生奮闘記)	—	女	松井	血液サラサラ体操	血液循環を良くしよう 手足の末梢部分を動かし、筋肉をほぐし血液の流れをよくする。		
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	ストレッチ、体操	ストレッチ・体操(転倒予防、伝わり体操、ストレッチング他)	応相談	講師謝礼:応相談	B-161	佐々木 弘子	佐々木 弘子	エアロビクス、体操コーチ、スポーツプログラマー	昭和22年	女	柳瀬	転倒予防	ストレッチング 体をほぐす、柔軟に (15分~20分)	転倒予防 心拍数を少しアップ、リズムに合わせてバランス (15分~20分)	クーリングダウン レリーズ・スクワットを行う。体をリラックス (20分)
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	笑いヨガ	・笑いヨガ、基業家に扮して唄う、傾聴、リフレクソロジー、ハンドマッサージ(自治会、お通者クラブなど)	応相談	実費:交通費	B-172	河原 千恵子	所沢 千美	老人ホーム、自治会、生協の会等の集まりに出演、唄は余興として、老人会等で好評です。	昭和24年	女	並木	笑いヨガ	笑い=健康、健康=笑い つくり笑いでも健康につながる。体操として一緒に笑う。 40~50分		
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	健康体操・ピラティス他	ピラティス、ストレッチ、ゆがみ解消ストレッチ、健康体操など	月、火、木 午前中	講師謝礼:4,000円~/h 応相談	B-192	勝部 里美	勝部 里美	FTPマットピラティスインストラクター	昭和56年	女	三ヶ島	健康体操、ピラティス	美しい姿勢 ピラティスに挑戦 ピラティスエクササイズ、自宅でもできる体操 (1.5時間)		
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	ストレッチ体操	ストレッチ体操の指導	月~金 9:00~14:00 土・日応相談	応相談	B-199	大関弘子	松下 弘子		—	女	—	ストレッチ体操	首、肩、背中、お尻、脚… 全身をすっきりストレッチ		
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	ヒップホップダンス、ロックダンス他	ヒップホップダンス、ロックダンス他の指導	月~金 9:00~14:00 土・日応相談	応相談	B-200	大関弘子	松下 弘子		—	女	—	ヒップホップダンス、ロックダンス他	ストレッチ~リズムレッスン~曲に合わせて踊る		
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	親子のふれあい遊び・ダンス・体操 他	親子が一緒に楽しむベビーダンス、ふれあい遊び、歌、体操など(60~90分)	平日午前中 土曜日相談可	1回15組10,000円 応相談	B-215	大山 かおる	大山 かおる	(一社)日本ベビーダンス協会1級認定インストラクター (公財)日本ボールルームダンス連盟商業スポーツインストラクター	昭和52年	女	富士見市	親子でベビーダンス ~夜泣きぐずりもゴキゲンに~	親子のふれあい遊び、ストレッチ、抱っこ紐装着指導、有酸素運動など。	学習1に加えて、パパの抱っこで、ママと一緒にダンスなども可。	
07スポーツ	01体操・ヨガ・ピラティス	体の歪みと健康について(講座と体操)	・体の歪みについての講座 ・ゴムバンドを使った体操指導	月~土 9:00~18:00	交通費	B-217	福村 早苗	福村 早苗	管理栄養士・カイロプラクター 幼稚園・小学校・企業・子育て支援サークルでの講座をしています。	昭和52	女	狭山市	歪みを正すと若返る?!	体の歪みについて講義 ゴムバンドを使った体操		
07スポーツ	02太極拳	太極拳	「健康太極拳」 高齢者も自分流に、いつでも、どこでも出来る	平日 昼間	講師謝礼:2,500円~5,000円(団体)	A-289	青野 忠義	青野 忠義	NPO法人日本健康太極拳協会師範指導基準に基づき、初心者~一般、高度段階まで受講者に対応した適切な指導	—	男	新所沢	ここからたの健康太極拳	準備運動と立禅 頭・首からつま先までほぐして、呼吸を整え心を落ち着かせる(20~30分)	呼吸法と八段錦 力を抜いて呼吸と健康養生法(20分)	二十四式楊名時太極拳(含部分積古) 張式呼吸で静かにやさしく心を込めて流れる如く体を運ぶ(40~50分)
07スポーツ	02太極拳	楊名時太極拳・八段錦の指導	・楊名時太極拳、八段錦の指導 ・高齢にもやさしい健康法	月・火曜日 1時間~1時間30分	1回 団体で1,000円	A-299	小沼 正廣	小沼 正廣	全国組織の日本健康太極拳協会所属、楊名時太極拳の指導者資格所持 参加者は指導員まで資格取得可能	昭和18年	男	所沢	楊名時太極拳	準備運動 ①立禅(正しい姿勢) ②スワイショウ(腕振り) ③八段錦前半 20分	太極拳 ①24式の通し積古 ②部分積古 約50分+休憩10分	整理運動 ①立禅 ②スワイショウ ③八段錦後半 約10分
07スポーツ	02太極拳	伝統太極拳の指導	伝統太極拳の練習を通じて足腰を鍛え、免疫力をあげてコロナに負けない丈夫な体を作ると共に、運動不足を解消し、ストレスを発散して心身の健康増進をはかる。	毎週土・日(時間帯は応相談)	講師謝礼:1回6,000円(学生は応相談)及び交通費	A-314	河野 吉人	河野 吉人	陳氏太極拳協会指導員	昭和37年	男	三ヶ島	太極拳とは何か	太極拳の基礎知識を学び簡単な套路(とうら「型」)を練習する		
07スポーツ	02太極拳	楊名時八段錦・太極拳ノ気功	・楊名時気功太極拳24式 ・気功	平日	実費:交通費、場所代、印刷代、連絡費	A-317	宮坂 昭七	宮坂 昭七	・楊名時気功太極拳24式 ・中国国立気功院北戴河内養功功運動が初めての方から上級者まで、ご希望に応じて指導します。	昭和7年	男	新所沢				
07スポーツ	03ウォーキング	インターバル歩の講習と実技指導	インターバル歩の講習と実技指導(しっかり歩きと、ゆっくり歩きを交互に行い、筋力アップをはかる)	月・木・土・日 時間は応相談	無料	C-021	インターバル歩健康法	斉藤 良一	指導者はインターバル歩インストラクター	—	—	所沢	インターバル歩健康法	インターバル歩歩を学んで健康増進 インターバル歩の講義と実技		
07スポーツ	04その他	フラッグフットボール	「フラッグフットボール」の初心者の指導から競技ができるまで	平日午後	無料	C-072	埼玉県アメリカンフットボール協会	子田 圭介	気軽に安全にできるスポーツです。詳しくはKCFAI(関東大学アメリカンフットボール連盟)のHPから、埼玉協会、フラッグ協会へ	-	-	所沢	フラッグフットボールを楽しむ	体を動かす。ストレッチや走力	ボールを使い、パスを投げる	頭を使うスポーツ 作戦を立てる
07スポーツ	04その他	少年野球指導	少年野球の指導 基礎(体験、ボールの投げ方)、応用(練習、バッティング指導)、実戦(試合)	日曜日	用具等持ち物以外に必要なものがあれば実費	A-313	下山 尚大	下山 尚大	資格:ベースボールコーチライセンスC	昭和58年	男	新所沢東	少年野球指導	基礎(体験、ボールの投げ方)	応用(練習、バッティング指導)	実戦(試合)
07スポーツ	04その他	ディスコン	・ディスコン体験教室、講習会 ・大会などに際し用具の貸出及び指導者の派遣	何曜日でも 9:00~17:00	実費:用具貸与:1,000円/1セット、講師謝礼:1回1人3,000円 応相談	C-032	所沢市ディスコン協会	磯 竹栄	子どもから高齢者まで誰でも気軽に楽しめます。 http://www.saitama-discon.jp	—	—	新所沢	ディスコン体験会	ディスコン体験 ディスコンのルールと実技解説・体験 所要時間:2時間 持ち物:軽装、体育館シューズ		