

学習人材バンク 利用ガイド

知りたいな。



教えてあげたいな。



～教えたい人と学びたい人をつなく～
学習人材バンクをご利用ください！
登録者も随時募集中

学習人材バンクとは

皆さん、学習人材バンクを知っていますか。

学習人材バンクは、いつでも、だれでもが、身近な場所で、少人数でも、学習できるようにと、平成 10 年にスタートした事業です。日常生活、文化・芸術などあらゆる分野で、知識、経験、技術をお持ちの方からバンク(名簿)に登録してもらい、それを活かしたいという人と、学びたいという人を結び、手助けするものです。

まずは、お電話ください(利用の仕方は 6 ページ)。

✿ パラスポーツ体験(指導者No.57)



✿ 楽しい昔話(指導者No.80)



✿ ドライフラワーを使った歯ブラシスタンド・キャンドルホルダー・ボールペン(指導者No.93)



✿ 絵本と歌のコンサート(指導者No.97)



目 次

学習人材バンクとは	1
目次	2
指導ジャンル	2
指導者一覧表	3
登録者名簿の見方	5
利用の仕方	6
登録者名簿	
文化・芸術	7
スポーツ・レクリエーション	13
家庭生活・地域活動	20

指 導 ジ ャ ン ル

文化・芸術……………7

- ① 音楽・演劇・芸能
- ② 美術・手芸・工芸
- ③ 文学・歴史
- ④ 華道・茶道・着付
- ⑤ 囲碁・将棋
- ⑥ 語学
- ⑦ 宗教・哲学
- ⑧ 社会
- ⑨ 科学
- ⑩ 写真
- ⑪ その他

スポーツ・レクリエーション……………13

- ① 体操・ダンス
- ② 陸上競技
- ③ 球技
- ④ スキーなど
- ⑤ 水泳
- ⑥ アウトドアスポーツ
- ⑦ パラスポーツ
- ⑧ レクリエーション
- ⑨ その他

家庭生活・地域活動……………20

- ① 園芸・農業
- ② 料理
- ③ 保健・健康
- ④ 療養・看護
- ⑤ 環境・自然
- ⑥ 消費生活
- ⑦ 男女共同参画
- ⑧ 地域、ふるさと学習
- ⑨ 伝承文化
- ⑩ 国際交流
- ⑪ パソコン
- ⑫ 視聴覚・情報学習
- ⑬ 教育
- ⑭ その他

※ は、現在、登録者の方はいません。
※登録者は随時、募集しています。

指 導 者 一 覧 表

分野	分類	No	指導内容	指導者	掲載ページ
文化・芸術	音楽・芸能	1	詩吟	小 野 塚 登	7
		2	剣詩舞	岩 野 ミ ナ 子	7
		3	尺八	小 川 正 明	7
		4	尺八	若 杉 博	7
		5	尺八	平 井 忠 栄	7
		6	箏	大 久 保 政 子	7
		7	箏	鈴 木 奈 緒 子	8
		8	箏・三味線	味 方 和 子	8
		9	ハーモニカ	志 田 勝	8
		10	ハーモニカ	荒 井 旗 一	8
		11	ピアノ	信 賀 弘 子	8
		12	ピアノ・キーボード	木 野 裕 美	8
		13	ピアノ	菅 野 美 紀	9
		14	声楽	鈴 木 紀 久 代	9
		15	民謡・三味線	今 井 良 作	9
		16	民謡	稲 田 鶴 子	9
		17	音楽	川 上 拓 人	9
	美術・手芸・工芸	18	折紙	金 子 令	9
		20	図工・美術	村 上 智 美	10
		21	木の枝細工	澁 谷 隆 司	10
		22	パステルアート	さ か い み さ と	10
		23	絵手紙	小 倉 克 栄	10
	文学・歴史	24	日本神話	大 久 保 宗 生	11
		25	歴史	淡 路 久 雄	11
		26	郷土史	斉 藤 益 栄	11
		27	矢沢宰	矢 沢 宰 記 念 事 業 会 実 行 委 員	11
	華道・茶道・着付	28	生花	宮 島 真 里	11
		29	茶道	藤 田 光 恵	12
		30	煎茶	長 谷 川 イ ウ	12
		31	着付	源 川 良 枝	12
	囲碁	32	囲碁	関 間 敏 雄	12
	語学	33	英語	鈴 木 紀 久 代	12
		34	英語	大 野 め ぐ み	12
		35	フランス語	駒 形 広 美	13
	科学	36	天文学・自然科学	長 野 親 情	13
	写真	37	写真	小 倉 智	13
スポーツ・レクリエーション	体操・ダンス	38	いろは体操	稲 田 茂 和	13
		39	いろは体操	三 本 和 美	14
		40	タップダンス	田 中 あ つ 子	14
		41	ダンス(全般)	丸 山 美 絵 子	14
		42	ダンス(ヒップホップ)	高 橋 ゆ か り	14
		43	ダンス(ヒップホップ)	石 田 彩 子	14
		44	ダンス(ヒップホップ)	嘉 代 一 聖	14
		45	ダンス(ヒップホップ・ブレイクダンス)	大 箭 裕 一	15
		46	ダンス(ヒップホップ・ブレイクダンス)	高 橋 修 也	15
		47	ダンス(ヒップホップ・ブレイクダンス)	鈴 木 慎	15
		48	ダンス(キッズダンス)	高 橋 ゆ か り	15
		49	ダンス(キッズ・ガールズ)	大 場 い ぶ き	15
		50	ダンス(キッズ・ガールズ)	清 水 ゆ か り	15

分野	分類	No	指導内容	指導者	掲載ページ
スポーツ・レクリエーション	体 操 ・ ダ ンス	51	社交ダンス	杉 本 幹 郎	16
		52	ZUMBA	荒 井 守 勝	16
		53	フラダンス	長 谷 川 由 里 子	16
		54	フラダンス	片 岡 祐 華	16
		55	タヒチアンダンス	大 谷 久 美 子	16
	球 技	56	硬式テニス	見 附 市 テ ニ ス 協 会	16
	パ ラ ス ポ ー ツ	57	卓球バレー・車いすスラローム	波 潟 健 治	17
	レクリエーション	58	レクリエーション	磯 部 一 勇	17
		59	レクリエーション	小 林 礼 子	17
		60	マジック	星 野 宏	17
	その他	62	笑いヨガ	惣 角 陽 平	18
		63	太極拳・気功	小 林 礼 子	18
		64	太極拳	渋谷 百合子	18
		65	太極拳	渋谷 喜 久 江	18
		66	太極拳	磯 部 一 紀	18
		67	太極拳・体操	石 月 賢 一	18
		68	健康保健体操	渋谷 百合子	19
		69	気功	渋谷 喜 久 江	19
		70	真向法体操	今 井 と よ 子	19
		71	タイ式ヨガ	大 矢 一 美	19
		72	ヨガ	惣 角 陽 平	19
		73	ピラティス	穴 澤 祐 樹	19
家庭生活・地域活動	園 芸	74	園芸	小 倉 克 栄	20
	農 業	75	農業	奥 田 誠	20
	料 理	76	料理	品 田 壽 美 子	20
	健 康	77	健康セミナー	丸 山 美 絵 子	20
	環 境 ・ 自 然	78	環境(下水道)	大 関 義 昭	20
		79	環境整備	小 倉 克 栄	20
	伝 承 文 化	80	昔語り	見 附 昔 話 の 会 ほ だ あ か り	21
	パ ソ コ ン	83	文書作成(Word)	稲 田 茂 和	21
		84	データ活用(Excel)	稲 田 茂 和	21
		85	タッチタイピング	稲 田 茂 和	22
		86	パソコン操作	高 井 守	22
		87	パソコン・スマホ・タブレット	山 田 康 雄	22
		88	パソコン・スマホ・Webサイト設立	奥 田 誠	22
		89	SNS・オンライン会議アプリ	湯 本 泰 隆	22
	教 育	90	SDGs	大 野 め ぐ み	23
	そ の 他	91	西洋占星術	川 上 恵 里	23
		92	ハーブティー	田 中 幸 恵	23
		93	フラワーアレンジメント	川 崎 京 子	23
		94	フラワーアレンジメント	柴 嶺 亜 依	23
		95	ジェルネイル	横 田 美 幸	24
		96	アゲートスライス	横 田 美 幸	24
		97	育児・絵本	岩 野 ほ ず え	24
		98	ロゼット	矢 島	24
		99	フリーハンドレタリング	藤 田 克 次	25
		100	NIE(Newspaper In Education)	湯 本 泰 隆	25
		101	終活・家計見直し	福 原 孝 雄	25

登録者名簿の見方

各ジャンルに分けて掲載しています
(学習人材バンク指導ジャンルは2ページ参照)

(例)
文化・芸術

例えば、こんなふうに指導していくことができるという学習プログラム一例の題名です

学習人材バンク
指導者一覧表の
番号です

指導者名（資格等）です

1 ピアノ	ピアノ	見附花子（中学音楽教員免許）
内容	大人向け指導を行います	
レベル	初心者	
指導人数	1人から可	
指導曜日・時間	土曜日・午後	
材料費・謝礼	応相談	
学習プログラム一例	指の運動から始めましょう	

内容
指導できる内容です

指導曜日・指導時間帯
指導できる曜日、時間帯です

レベル・指導人数
指導の対象レベル、
人数です

学習プログラム一例
例えば、こんなふうに指導していくことができるという学習プログラム一例です

利 用 の 仕 方

「〇〇をちょっとアドバイスしてくれる人がいないかな」「〇〇をはじめてみようかしら」と思ったら、まず、この学習人材バンク登録者名簿から学びたいと思う希望の内容を探します。

希望の内容がみつかったら、下記の問合せ先(生涯学習推進係)に電話し、希望を伝えてください。

ご希望にそって学習人材バンク登録者を紹介します。

まずは、お電話ください。

グループ(少人数～可)でのご利用に限らせていただきます。
また、会場は利用者の皆さんでご用意ください。



電話をかけるときは、

1. まず、お名前と連絡先(電話番号)を伝える。
2. この本(学習人材バンク利用ガイド)を見て電話したと伝える。
3. 何をどの程度まで習いたいのかを伝える。
4. 自分のレベルはどの程度かを伝える。
5. どれくらいの時間で習いたいのかを伝える。
6. 習いたい日(曜日や時間帯(午前、午後、夜間など))を伝える。
7. 希望会場を伝える。
8. 習いたい方の年齢や人数は何人かを伝える。

※後は、結果の連絡を待ちます。

お申込み・お問合せ先

見附市まちづくり課 中央公民館
Tel 0258-62-1058
Fax 0258-62-3199
Mail tyuukou@city.mitsuke.niigata.jp

登 録 者 名 簿

文化・芸術

1 詩吟	「詩吟」	小野塚登 (詩吟神風流神号)
内容	初心者には発声法から漢詩の吟詠法など、一人一人に応じたきめ細かな指導を行います。	
2 剣詩舞	「吟剣詩舞」	岩野ミナ子 (吟剣詩舞道師範)
内容	日本古来の礼節ある剣舞を楽しく指導します。詩吟に合わせて舞を踊ります。侍の心を表現する静と動を感じてみませんか。	
レベル	どなたでも	
指導人数	3名以上	
指導曜日・時間	いつでも	
教材費・謝礼	応相談	
学習プログラム一例	「吟剣詩舞」刀や扇等で詩吟に合わせて舞いを踊り、舞台発表や祝事で発表できるようにレッスンをを行います(1回2時間)	
3 尺八	「尺八(都山流)の吹き方(初歩から)」	小川正明 (都山流師範)
内容	尺八(都山流)	
レベル	どなたでも	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	木曜日・夜間	
教材費・謝礼	応相談	
学習プログラム一例	箏・三弦と合奏できるように楽器によるレッスンをを行います 1回約2時間、月2回程度。	
4 尺八	「都山流尺八講座」	若杉博 (都山流准師範)
内容	初心者には基本から指導、簡単な曲が吹けるまで指導	
レベル	初心者	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	金曜日・午後7時30分～午後9時30分	
謝礼	応相談	
学習プログラム一例	吹き方、呼吸法、尺八楽譜解説	
5 尺八	「尺八 初心者講座」	平井忠栄 (公益社団法人 都山流尺八楽会師範)
内容	音の出し方をいろいろな方法で指導します。息の出し方、唇の形の作り方、身体の使い方です。自然に息が音に変わる方法を教えます。	
レベル	初心者	
指導人数	1名から可	
指導曜日・時間	月曜日・午後5時～、金曜日・午後5時～、土曜日・午後1時～	
謝礼	無料	
学習プログラム一例	息の出し方、息のスピードの変化、オクターブの音を出す方法、やさしい曲を吹いてみましょう	
6 箏	「箏講座」	大久保政子 (准師範)
内容	初心者のてほどきから。1対1でマイペースで教えます。	
レベル	初心者大歓迎。楽器不要。	
指導人数	1名から可	
指導曜日・時間	月曜日・午後	
謝礼	1人あたり200円・無料	
学習プログラム一例	全2回 第1回 箏でチューリップを弾いてみる 第2回 箏でさくらを弾き日本の音階にふれ、楽しむ	

登 録 者 名 簿

7 箏	「初心者箏講座」	鈴木奈緒子(雅紫浪) (生田流正派大師範、生涯学習音楽指導員B級)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	はじめて箏を弾く方にチューリップ・さくらを楽しんでほしい。 初心者 1名から可 月曜・午後 1名あたり200円・無料 全2回予定 第1回 箏で「チューリップ」を弾いてみる 第2回 箏で「さくら」を弾き日本の音階にふれ楽しむ	
8 箏・三味線	「初心者のための箏・三味線講座」	味方和子 (生田流箏曲宮城社教師)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	大人からお子さままで、性別を問わず、はじめて楽器に触れる方と楽しく学びます。 どなたでも(初心者・子ども大歓迎) 何名でも いつでも 応相談 ・童謡や唱歌を弾く ・ポップスや歌謡曲を弾く ・箏や三味線・尺八と合奏に挑戦	
9 ハーモニカ	「初心者ハーモニカ講座」	志田勝
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	童謡・抒情歌・歌謡曲など、ハーモニカを使い基礎を重点に指導します。 初心者 1名から可 金曜日・夜間 1人あたり1,000円・無料 ハーモニカの基礎練習から「童謡・唱歌」が演奏できることを目標に行います	
10 ハーモニカ	「ハーモニカ」	荒井旗一
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	ハーモニカを中心としたリード合奏及び独奏を行います。 どなたでも 1名から可 いつでも 1人あたり1,000円 レベルに応じて練習します。合奏も行います	
11 ピアノ	「初心者のためのピアノ指導」	信賀弘子 (シニアピアノ教育研究会プロフェッショナル講師認定)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	シニア(60歳以上)の為に作られた大きな音符の教本を使って、指を動かして、心と体と脳を活性化しましょう。 初心者 5～8名 土曜日・午前 教材1人1,500円、キーボード使用料1回200円・応相談 全5回予定。1. ピアノのイロハ 2. とにかく指を動かそう 3. 最後まで弾こう 4. 自分のペースで弾こう 5. みんなで一緒に発表会	
12 ピアノ・キーボード	「中高年から始める らくらくピアノ」	木野裕美 (中学校音楽1級及び高等学校音楽2級教員免許、一般財団法人全日本らくらくピアノ協会認定講師)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	ピアノを弾いてみたい！！という初心者の方に指番号でらくらく弾くことができます。 初心者 何名でも 火曜日、木曜日、日曜日・午前(日曜日はいつでも) 無料(希望者のみテキスト1,400円)・応相談 スタートは紙鍵盤から。おなじみの曲を歌って弾いて脳と心をいきいき、元気にしませんか？ 自分で音楽を奏でる喜びを味わいましょう！	

登 録 者 名 簿

13 ピアノ	「夏の歌をピアノで弾いてみよう ～なつのうた～」	菅野美紀 (中学校音楽教諭2級)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	ピアノの経験のない方、初心者の方、楽譜の読み方からゆっくり丁寧に教えます。初回日にグループ分けを行います。簡単なピアノを両手演奏します。 初心者 5～10名程度 金曜日・午前 教材費1人300円・謝礼1人500円 全5回 第1回 グループ分け・楽譜・教材の配布・説明 第2～5回 楽譜の読み方、リズム打ち、簡単な両手ピアノ演奏	
14 声楽	「声楽」	鈴木紀久代
内容 学習プログラム一例	発声指導 「発声指導」レベルと興味に合わせます。 ほかにポップス歌唱・アイリッシュハーブを教えます。英語も。	
15 民謡・三味線	「民謡・三味線」	今井良作 (木田流師範・新潟県民謡協会教授)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	市内民謡、始め一般民謡、三味線(三味線がある方でもない方でも可) どなたでも 何名でも いつでも 1人あたり月3回5,000円・応相談 見附まつり(流し)の地方に入れるようお教えます	
16 民謡	「民謡・津軽踊」	稲田鶴子 (新潟県民謡協会指導者)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	見附まつりに向けた民謡など どなたでも 何名でも いつでも いずれも無料	
17 音楽	「ヴァイオリン、ヴィオラの魅力」	川上拓人(桐朋学園大学)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	ヴァイオリン、ヴィオラ どなたでも 何名でも いつでも 応相談 ヴァイオリン、ヴィオラと伴奏楽器(チェロやピアノなど)の演奏会。室内楽の演奏鑑賞。ヴァイオリン、ヴィオラの指導	
18 折紙	「折紙サロン」	金子令(日本折紙協会講師)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	季節にあった飾れる作品作り。 どなたでも 何名でも 土曜日・午後 実費(300円前後)・200円 毎月第2土曜日の午後1時30分～午後3時30分まで。日本の四季にそって展示作品を製作します。(展示見本はふあみりあの受付にあります)	

登 録 者 名 簿

ホームページ掲載不可講師

20 図工・美術	「こどものものづくりとお絵描きとアート」	村上智美
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費/謝礼 学習プログラム一例	対象は3歳から小学生以下の子どもたち。 絵を描く楽しさや、手を動かしてものを作る楽しさを感じられる時間を過ごしましょう。 どなたでも(子ども) 5名以上 いつでも 500円～1,000円・応相談 ヒンメリ作り、にじみ絵、トランスパレント工作、木工創作、羊毛手しごと等	
21 木の枝細工	「木の枝細工」	澁谷隆司
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費/謝礼	木の枝の輪切りを利用し、物や動物の姿に見立てて工作を楽しみましょう。マジック(カラーペン)、木工用ボンドをご用意ください。 どなたでも 何名でも いつでも 有料・応相談	
22 パステルアート	「パステルアート講座」	さかいみさと (漫画家、パステルアーティスト)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費/謝礼 学習プログラム一例	楽しく描けて、ほっこり笑顔になれるイラストをパステルでふんわり描きましょう。 どなたでも 何名でも 月～金曜日、第1・2土曜日、日曜日・午前午後 500円程度/応相談 ・四季ごとのモチーフ ・きれいに描ける色の使い方 ・笑顔のイラスト	
23 絵手紙	「絵手紙」	小倉克榮
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	絵手紙の描き方指導 どなたでも 5名以上 いつでも・午前、午後(応相談) 応相談	

登 録 者 名 簿

24 日本神話	「日本神話」「古事記・日本書紀研究」 「神話学」「読書・文書指導」	大久保宗生
内容	日本神話。受講者のレベル・希望などにより対応します。講義・講演形式、ゼミ形式でもOKです。古事記・日本書紀は日本人の原点ともいえる書物であり、神話学・歴史学・文学・宗教学・民俗学等、様々な分野からのアプローチが可能です。何を重点に据えるかは希望に応じ基礎知識の習得から現在の研究の先端などのレベルでもOKです。	
レベル	どなたでも	
指導人数	5名以上	
指導曜日・時間	いつでも	
謝礼	応相談	
学習プログラム一例	「日本の神話」	
25 歴史	「歴史(地方史、古文書)」	淡路久雄 (市文化財保護審議会委員)
内容	歴史(地方史、古文書)	
レベル	初心者・中級者	
指導人数	1名から可	
指導曜日・時間	いつでも	
謝礼	応相談	
学習プログラム一例	「古文書講座」、まち歩き	
26 郷土史	「郷土史」	斎藤益栄
内容	旧大字単位での開村年代・村役人の変せん・検地帳・明治以降の地主等について、史料を提示しながら説明します。	
レベル	初心者・中級者	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	いつでも	
謝礼	コーヒー代程度	
27 矢沢幸	「矢沢幸の詩と歩んだ道」 「幸ゆかりの地めぐり」	矢沢幸記念事業 実行委員会
内容	矢沢幸の詩と歩んだ道について紹介する。 矢沢幸のゆかりの地めぐり。	
レベル	どなたでも	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	いつでも(応相談)	
教材費・謝礼	応相談	
学習プログラム一例	・矢沢幸の残した詩と日記をもとに何を考え、どう生きようとしたのかを紹介する。 ・矢沢幸の生家、諏訪神社、上北谷小学校壁画とこぶしの木、墓詩碑、旧上北谷小学校、杉沢橋、旧栃鉄上北谷駅、丸山、栃尾高校、城山、大平森林公園詩碑、図書館、ネーブルみつけ、旧三条結核病院及び三条養護学校などをピックアップして案内する。	
28 生花	「生花(小原流) お花を飾りましょう」	宮島真里 (小原流一級家元教授)
内容	四季それぞれの草花を使ってお花の生け方・飾り方を学習する。	
レベル	どなたでも・お子さんも大歓迎	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	土曜日、日曜日・いつでも	
教材費・謝礼	1,000円・応相談	
学習プログラム一例	全5回程度。生花について学習する。1. 伸びやかな草花を飾りましょう 2. 自然な形を生かした生花 3. 飾る場所に応じた生方 4. 身近な器に花を生けましょう 等	

登 録 者 名 簿

29 茶道	「お茶を楽しむためのはじめの一步」	藤田光恵 (裏千家専任講師)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	まずはお客になって一服をのんびりみる。基本のきから、姿勢、席入り、歩き方、お茶のいただき方を行います。 初心者・子ども 2名以上 火～木曜日・午後 500円前後(菓子・抹茶等)・応相談 第1回 「のぞいてみたいお茶の世界」 第2回 「お客になった時の心得 基本のき」 第3回 「抹茶をたてておもてなし、茶せんを振ってみよう」	
30 美味しいお茶の出し方(煎茶)	「美味しいお茶にチャレンジ」	長谷川イウ (石州流(抹茶)教授、小川流(煎茶)教授)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	美味しいお茶にチャレンジ(小川流の基本手前) どなたでも、子ども 1名から可 木曜日・午後 1人あたり1回500円 月1,000円・無料 煎茶(小川流)の基本 茶巾盆巾の使い方(畧盆手)	
31 着付	「かんたん着付け教室」	源川良枝 (着付講師免許・美容師免許)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	着物や浴衣の着付けや帯の結び方、和装での所作 どなたでも 何名でも 応相談 無料・応相談 着物の着付けと帯結び講座	
32 囲碁	「あなたも囲碁が打てる」	関間敏雄 (囲碁七段格)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	初心者向けに囲碁の面白さや、囲碁における頭脳の活性化をお教えます。 どなたでも 何名でも 土曜日・午後 いずれも無料 囲碁入門講座	
33 英語	「英語、英会話」	鈴木紀久代
内容 学習プログラム一例	英語・英会話指導 レベルと興味に合わせます。 ほかに声楽・ポップス歌唱・アイリッシュハーブを教えます。	
34 英語	「楽しく話そう！英語で遊ぼう！子ども英語」「初心者英会話」	大野めぐみ (国連英検B級)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ベビー・親子から小学生、大人まで、発達段階と学習レベルに合わせて絵本や工作、インタビューなど楽しく英語を使った活動を行います。 どなたでも・子ども 何名でも いつでも・午前、午後 有料・応相談(有料)	

登 録 者 名 簿

35 フランス語	「はじめてのフランス語」	駒形広美 (FLE学士修了)
内容	フランス語入門レベルでフランス語の発音から始め、あいさつ、自己紹介からカフェでの注文など身近な使える会話をできるようにする。	
レベル	どなたでも	
指導人数	5名以上	
指導曜日・時間	木曜日・夜間	
教材費・謝礼	無料・1回1,000円	
学習プログラム一例	全5回 1回目 フランス語の発音とあいさつ 2回目 自己紹介 3回目 カフェでの会話 4回目 市場での会話(1) 5回目 市場での会話(2)	

36 天文学・自然科学	「天体観測」「自然体験」「科学実験」「科学系工作」	長野親情 (新潟県サイエンスリーダー、文科省理科支援員、各PTA活動協力、新潟県科学の祭典、新潟大学フレンドシップ、ピタゴラスクラブ)
内容	天体望遠鏡工作と天体観測方法のレクチャー。液体窒素の演示と参加者の体験。音で遊べるカンタン電気回線作り。空気砲作りとアトラクション体験。	
レベル	どなたでも	
指導人数	5名以上	
指導曜日・時間	いつでも	
教材費・謝礼	応相談	

37 写真	「写真講座」	小倉智
内容	写真を撮るための初歩的な基礎から作品づくりまでの写真撮影全般を指導	
レベル	どなたでも	
指導人数	1名から可	
指導曜日・時間	いつでも(要相談)	
教材費・謝礼	無料	

スポーツ・レクリエーション

38 いろは体操	「いろは体操(効率よく動くためのカラダの準備)」	稲田茂和 (財団法人 日本コアコンディショニング協会 JCCA いろは体操普及員、JCCA Basic Instructor)
内容	いろは体操はからだを動かす基本です。動く前のカラダの準備を行います。私たちが動きを身につけてきた過程をもう一度繰り返すことによってコアを整え姿勢・動きを安定させます。	
レベル	初心者	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	毎週水曜日:夜間、木曜日:午前	
謝礼	有料(応相談)	
学習プログラム一例	全4回を予定。モニタリング(いろは体操前後のカラダの違いを確認) ・坐骨探し(坐骨に座って姿勢を整える)・胸アイロン(呼吸しやすい胸にする)・胸骨アイロン(胸・肩を楽にして呼吸しやすい体にする)・左右ゆらゆら(坐骨からの振動で脊柱・関節の可動性を向上させる)・まるゆらゆら(効率よく動ける真ん中に戻す)・腹式呼吸(インナーユニットの活性化・体幹の安定)・逆腹式呼吸・小さなクルクル軸・左右ゆらゆら(肩・腕のリラックス)・腕ぶらぶら(腕・肩のリラックス)・糸飛ばし呼吸(お腹の圧を高めて、体幹を安定させる)等	

登 録 者 名 簿

39	いろは体操	「いろは体操(効率よく動くためのカラダの準備)」	三本和美 (財団法人 日本コアコンディショニング協会 JCCA いろは体操普及員、JCCA Basic Instructor)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	いろは体操はからだを動かす基本です。動く前のカラダの準備を行います。(私たちが動きを身につけてきた過程をもう一度繰り返すことによってコアを整え姿勢・動きを安定させます。 初心者 何名でも 毎週水曜日、金曜日・夜間 有料(応相談) 全4回を予定。モニタリング(いろは体操前後のカラダの違いを確認) ・坐骨探し(坐骨に座って姿勢を整える)・胸アイロン(呼吸しやすい胸にする)・胸骨アイロン(胸・肩を楽にして呼吸しやすい体にする)・左右ゆらゆら(坐骨からの振動で脊柱・関節の可動性を向上させる)・まるゆらゆら(効率よく動ける真ん中に戻す)・腹式呼吸(インナーユニットの活性化・体幹の安定)・逆腹式呼吸・小さなクルクル軸・左右ゆらゆら(肩・腕のリラックス)・腕ぶらぶら(腕・肩のリラックス)・糸飛ばし呼吸(お腹の圧を高めて、体幹を安定させる) 等	
40	タップダンス	「初心者の為のやさしいタップダンス」 「健康タップダンス」	田中あつ子 (タップダンスインストラクター)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	タップダンスの基本ステップを教え、曲に合わせて踊れるように指導いたします 初心者 5名以上 木曜日・午後 無料・応相談 学習プログラム一例 タップダンスの基本ステップをもとに、曲に合わせて楽しく踊りましょう	
41	ダンス(全般)	「ダンス」(全般)	丸山美絵子 (クラシックバレエ教師、英会話専門師)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ダンス全般お教えします。 どなたでも(初心者・子ども大歓迎) 5名以上から何名でも 日曜日・いつでも 300円～500円・有料(応相談)	
42	ダンス (ヒップホップ)	「大人のためのヒップホップ」	高橋ゆかり (キッズコーチング2級、JAKC認定キッズコーチ)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ストレッチで体をほぐし、リズムワーク、ダンスの基礎の動きを練習していきます。レッスンの最後には実際に音楽に合わせて楽しく踊ります。パパ・ママ大歓迎です。 どなたでも(初心者・子ども大歓迎) 1名から可 水曜日・午後 無料・1名あたり500円～1,000円	
43	ダンス (ヒップホップ)	「ヒップホップダンス」	石田彩子 (リックススポーツダンスサークル)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ヒップホップダンスの指導 どなたでも 10名以上 日曜日・夜間 1名500円・無料	
44	ダンス (ヒップホップ)	「ヒップホップダンス」 「現代的なリズムのダンス」	嘉代一聖 (日本工学院専門学校ダンスパフォーマンス科卒業)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ダンスに必要なリズムの取り方、ステップ、ステップを組み合わせたルーティン。 どなたでも 何名でも 水曜日・午後 1名1,000円	

登 録 者 名 簿

45	ダンス(ヒップホップ・ブレイクダンス)	「ヒップホップダンス講座」 「ブレイクダンス講座」 「みんなで楽しく！！ヒップホップ体験」	大箭裕一 (キッズコーチング3級)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ヒップホップ・ブレイクダンスの指導・リズムに合わせて体を動かす楽しさなどを指導します。 どなたでも 何名でも いつでも 無料・応相談	
46	ダンス(ヒップホップ・ブレイクダンス)	「ブレイクダンス教室」	高橋修也 (幼児体育指導者検定2級・キッズコーチング3級)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	初心者から経験者まで実績のある講師が丁寧に指導します。ダンスを楽しみながら体も心も元気になるようなレッスンをします。 どなたでも 何名でも いつでも 無料・応相談	
47	ダンス(ヒップホップ・ブレイクダンス)	「ストリートダンス体験教室」	鈴木慎
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ヒップホップダンスやブレイクダンスを楽しみながら踊れるように、簡単な振り付けのレッスンをします。 どなたでも 何名でも 土曜日・午後 無料・1名3,000円	
48	ダンス(キッズダンス)	「はじめてのキッズダンス」	高橋ゆかり (キッズコーチング2級、JAKC認定キッズコーチ)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	ストレッチで体をほぐし、リズムワーク、ダンスの基礎の動きを練習していきます。レッスンの最後には実際に音楽に合わせて楽しく踊ります。パパ・ママ大歓迎です。 どなたでも(初心者・子ども大歓迎) 1名から可 水曜日・午後 無料・1名あたり500円～1,000円	
49	ダンス(キッズ・ガールズ)	「AKB、キッズ、ガールズダンス」	大場いぶき
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	楽しくAKB、キッズダンスをマスターしよう。 初心者・子ども 何名でも いつでも・午後、夜間 1人500円・応相談 ・音楽を聞いてリズムレッスンをしましょう ・振付をマスターしよう	
50	ダンス(キッズ・ガールズ)	「AKB、キッズ、ガールズダンス」	清水ゆかり
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	楽しくAKB、キッズダンスをマスターしよう。 初心者・子ども 何名でも いつでも・午後、夜間 1人500円・応相談 ・音楽を聞いてリズムレッスンをしましょう ・振付をマスターしよう	

登 録 者 名 簿

51 社交ダンス	「社交ダンス」	杉本幹郎 (商業インストラクター3級)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	社交ダンス講習 中級者 何名でも 月曜日・午前 教材費は1人250円 ワルツ、ルンバ、タンゴ	
52 ZUMBA	「ZUMBA」	荒井守勝 (JWI認定 ZUMBAインストラクター/JWI認定 ZUMBAGOLDインストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	ダンスの要素を取り入れたフィットネスです。ズンバ初心者や高齢者、運動初心者の方を対象とし、参加者に合わせた振り付けやレッスンをします。 初心者 1名から可 いつでも・午後、夜間 無料・1名あたり500円 1回45分～60分 (ウォームアップ3曲・メイン8曲・クールダウン2曲) ※参加者により振り付けや内容のレベルを変えます。	
53 フラダンス	「やさしいフラダンス講座」	長谷川由里子 (Halau Hula KOUMAKANI 公認インストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	歌の意味を伝えながら振りを入れ、曲を仕上げる。 どなたでも 何名でも いつでも 1名あたり500円・応相談 基本姿勢→基本ステップ→曲の振り入れ	
54 フラダンス	「フラダンス」	片岡祐華 (Halau Hula KOUMAKANI 公認アシスタントインストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費	フラダンス どなたでも、子ども 何名でも いつでも(応相談) 1名あたり500円/1回	
55 タヒチアングス	「タヒチアングス」	大谷久美子 (フラスタジオ ラウレアアシスタントインストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	軽快なリズムに合わせて身体を動かします。気持ちの良い汗をかき、お腹や腰回りを引き締めや、運動不足の解消を目指します。 どなたでも 何名でも 月曜日、金曜日・応相談 1名あたり500円・1名あたり500円 姿勢と基本的なステップ、簡単な振り入れ、一曲踊る	
56 硬式テニス	「enjoy テニス！」	見附市テニス協会
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	硬式テニス。ラケットやボール、体育館用のネットは貸出し可能。活動場所(テニスコートや体育館)を確保いただき、運動ができる服装で靴、タオル、飲み物をご用意ください。 どなたでも 何名でも 応相談 無料・応相談	

登 録 者 名 簿

57 パラスポーツ	「卓球バレー」 「車いすスラローム体験会」	波瀲健治 (日本障がい者スポーツ指導者、日本卓球バレー連盟認定指導者)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	卓球バレー体験会や車いすスラロームの体験会 どなたでも 何名でも いつでも 無料・応相談	
58 レクリエーション	「レクリエーションゲーム講座」 「健康体操講座」「タオル体操講座」 「クイズ講座」「ペットボトル体操講座」	磯部一勇
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	健康増進・老化防止に向けて、簡単で楽しいレクリエーションゲーム・健康体操・タオル体操・クイズ・ペットボトル体操を指導します。 初心者・中級者・子ども 5名以上 土曜日、日曜日・夜間を除く 無料・応相談 全5回を予定 1. 健康体操、レクリエーションゲーム 2. レクリエーションゲーム、タオル体操 3. 老化防止指先頭脳体操、レクリエーションゲーム 4. レクリエーションゲーム、クイズ 5. タオル体操、レクリエーションゲーム	
59 レクリエーション	「レクリエーション」 「軽運動とレクリエーション・コミュニケーション ワークショップ」	小林礼子 (レクリエーション介護士二級、帯津三敬病院21世紀養成塾修了生、その他指導員各種)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	軽運動やゲーム等を通して、筋トレ・脳トレ・心トレしながらリフレッシュ。 どなたでも 5名以上 いつでも(応相談) 無料・有料(応相談) 養生気功でリラックス、ボールでしりとり、変形連想ゲーム等	
60 マジック	「楽しくマジック」	星野宏
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	さまざまなマジックショーを楽しんでもらった後にレクチャーを行います。 どなたでも 1名から可 いつでも 応相談 ステージマジック(花・動物・パラソル等の出現や消失)やクローズアップマジック(コイン・カード・ロープ)等。	

ホームページ掲載不可講師

登 録 者 名 簿

62 笑いヨガ	「笑いヨガ体験会」	惣角陽平 (日本笑いヨガ協会認定 笑いヨガティーチャー)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	「笑い」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた健康法です。笑いの量を確保し、笑いの筋肉を鍛えて身体の免疫力を向上させましょう。 どなたでも 何名でも 日曜日・午後 無料	
63 太極拳・気功	「太極拳」「気功」「リラックス体操」 「リラックス・チューニング体操」	小林礼子 (帝津三敬病院21世紀養成塾修了生、その他指導員各種)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	簡単な整体気功(単発講座)から長期にわたる太極拳まで。 どなたでも 何名でも 応相談 無料・応相談 整体気功入門	
64 太極拳	「太極拳」	渋谷百合子 (全日本太極拳協会 上級総合コーチ)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	繰り返しの技術向上はもちろんですが、楽しみながら仲間づくりコミュニティを目指している。 どなたでも 何名でも 火・水曜日・日中 1人あたり1,500円 ストレッチ、体操で身体を整え、八門から行います。	
65 太極拳	「太極拳」	渋谷喜久江 (全日本太極拳協会 上級総合コーチ)
内容 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	リラックスしながら覚える。 何名でも いつでも 有料(応相談) 準備体操→太極拳→休憩→整理体操 等	
66 太極拳	「太極拳」	磯部一紀 (全日本太極拳協会 総合コーチ)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	初心者(全4回程度)の「太極拳体操」から上級(有段・指導者レベル)の太極拳まで教えます。 どなたでも 何名でも 応相談 無料・応相談 全4回 第1回 太極拳の姿勢、基本動作、套路一部紹介、習熟 第2回 前回復習、套路一部紹介、習熟 ... 第4回 全套路紹介、習熟	
67 太極拳	「太極拳」「体操」	石月賢一 (新潟県武術連盟師範、全日本中国拳法連盟新潟支部師範、柔道整復師)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	太極拳や筋力維持のための体操、日常動作がやりやすくなるための身体体操などの指導。 どなたでも 何名でも 月曜日、火曜日・夜間 1人あたり1回300円・1人あたり1回800円	

登 録 者 名 簿

68 健康保健体操	「中国健康保健体操」	渋谷百合子 (日本練功協会公認指導員)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	ゆったりとした気功体操 どなたでも 何名でも 水曜日:夜間(19:30~21:00)、土曜日:午後(13:30~15:00) 1人1,500円 首・肩・足・腰・内臓等の予防治療のために考案された動作で症状に適したリハビリ体操です。 中国では「医療体操」と呼ばれています。	
69 気功	「練功18法(前・後段) 続益気功保健体操」	渋谷喜久江 (全日本太極拳協会 上級総合コーチ)
内容 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	首、肩、腰、足の痛みの症状の特徴に適した自己鍛練による予防治療法 何名でも いつでも 有料(応相談) 準備体操→練功→休憩→練功→整理体操	
70 真向法体操	「真向法体操」	今井とよ子 (真向法教士 30年弱)
内容 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	足腰を柔軟に導くことで姿勢が整えられるので心身強健になれます。 何名でも 木・土曜日 応相談 まずは、腰を柔らかくします。	
71 タイ式ヨガ	「タイ式ヨガ～ルーシーダットン～教室」	大矢一美 (日本ルーシーダットン普及連盟認定 インストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼	タイ式ヨガでリラックスをしながら、体と心を整えるように一緒にタイ式ヨガをしながら指導します。 どなたでも 何名でも いつでも・日中 応相談	
72 ヨガ	デトックスヨガ教室	惣角陽平 (全米ヨガアライアンス認定インストラクター RYT200)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	様々なヨガのポーズ(アーサナ)をとる事で体の疲れを癒し、体と心のメンテナンスをしています。 ヨガを通じて自分の内側を整え、幸せな人生を送るきっかけになればと思います。 どなたでも 何名でも 日曜日 無料 ベーシックヨガ、デトックスヨガ、笑いヨガ	
73 ピラティス	「ピラティスコンディショニング」	穴澤祐樹 (柔道整復師、ピラティスインストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼	ピラティスが初めての人にも心地よく体を動かせるようなエクササイズを指導します。 どなたでも 1名から可 木曜日・午後 1人500円	

登 録 者 名 簿

家庭生活・地域活動

74 園芸	「野菜や花の育て方」 「グリーンカーテン育成」	小倉克榮
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	野菜・花・グリーンカーテン育成作業 初心者 1名から可 いつでも・午前 応相談	
75 農業	「農業と食から学ぶ」 「1から始めるコメづくり」	奥田誠 (お米ソムリエ)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼	農業や食についての座学はもちろん。田んぼもあるので、現地での実践も可能です。 子ども 1名から可 月曜日、木曜日・いつでも 応相談	
76 料理	「グルメクッキング」	品田壽美子 (調理師・食育プランナー)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 材料費 学習プログラム一例	料理の基礎をしっかりお教えします。 初心者 何名でも 火曜日・午前 1人1,000円 全5回予定 第1回 和食、第2回 洋食、第3回 中華、第4回 イタリア料理、第5回 燻製・パーティー料理	
77 健康セミナー	「健康いきいきセミナー」	丸山美絵子 (クラシックバレエ教師、英会話専門師)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	健康セミナー どなたでも(初心者・子ども大歓迎) 5名以上から何名でも 日曜日 300円～500円・応相談	
78 環境(下水道)	「下水道ってなあに？」 ～遊びながら楽しく学ぼう！！～	大関義昭
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	下水道の役割、下水処理の仕組み、下水道の正しい使い方、わたしたちにできること。 初心者 5人以上 いつでも 無料 下水道のおはなし、クイズ、工作などお時間に合わせて楽しめる講座をご用意します。 大人、子どもさんなど参加者にあわせて。ぜひ、ご相談ください。	
79 環境整備	「生ごみ乾燥機の肥料化作業」	小倉克榮
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	生ごみを肥料にする方法を作業を通して教えます。 初心者 1名から可 いつでも・午前 応相談	

登 録 者 名 簿

80 昔語り	「昔語り指導」	見附昔話の会 ほだあかり 代表者 小林英明
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	昔話の語りや聴かせをします。 初心者 何名でも いつでも・夜間 無料・応相談 昔話を聞かせる、解説する、読む、語ると指導していく	

ホームページ掲載不可講師

ホームページ掲載不可講師

83 文書作成(Word)	「文書作成(Word初級～上級) ～Word入門編～、～各種検定対策～」	稲田茂和 (Microsoft Office Specialist Official Certification・Microsoft Office Expert Official Certification (Word&Excel))
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	Wordの初心者指導から各種検定(MOSマイクロソフトオフィススペシャリスト・日商PC3級)の取得を目指し、パソコンの基礎から段階的な指導を目指します。 どなたでも、初心者 5名以上 応相談 基本4回コースで2,500円から3,500円 全8回予定。 ・ビジネス文書の基本 ・ビジネス文書のライティング技術 ・電子メールのライティング技術 ・ビジネス図解の基本 ・ビジネス文書の管理 等	

84 データ活用(Excel)	「データ活用(Excel初級～上級) ～Excel入門編～、～各種検定対策～」	稲田茂和 (Microsoft Office Specialist Official Certification・Microsoft Office Expert Official Certification (Word&Excel))
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	Excelの初心者指導から各種検定(MOSマイクロソフトオフィススペシャリスト・日商PC3級)の取得を目指し、パソコンの基礎から段階的な指導を目指します。 どなたでも、初心者 5名以上 応相談 基本4回コースで2,500円から3,500円 全8回予定。 ・テンプレートのデータ入力 ・テンプレートの修正 ・ビジネスにおける計算処理 ・データを分析し、活用する ・サンプル問題の検証 等	

登 録 者 名 簿

85 タッチタイピング 習得を目的とした 文書作成講座	「美しいタッチタイピングを習得しましょう ～あこがれのタッチタイピング～」	稲田茂和 (Microsoft Office Specialist Official Certification・Microsoft Office Expert Official Certification (Word&Excel))
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼 学習プログラム一例	誰でも一度はあこがれるタッチタイピングを習得するための指導を行います。キーボードを両手で打てるように希望を持って取り組みましょう。 どなたでも、初心者 5名以上 応相談 基本4回コースで2,500円から3,500円程度 全8回予定。 ・タッチタイピングを覚える重要性(概要) ・タッチタイピングのメリット・デメリット ・タッチタイピングの基本姿勢 ・アプリケーションソフトを使ったタッチタイピング練習メニューを随時行っていきます	
86 パソコン操作	「インターネット利用講座」	高井守 (情報処理2種)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	ネットを便利に安全に使うための基礎知識をお教えます。 (例)インターネット、ブログ、twitter、Facebook利用 等 どなたでも(内容が難しいため子どもを除く) 5名以上 いつでも 無料・応相談 基本的な予備知識、アカウントの取得、注意事項の説明、実際に情報を発信してみる 等	
87 パソコン・スマホ・タブ レット	「パソコン、スマホ、タブレットを楽しむ～あなた に合った使い方を一緒に考えます」	山田康雄 (情報処理技術者(第一種/プロダクションエンジ ニア/テクニカルエンジニア・データベース))
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	・パソコン、スマホ、タブレットなどでできることを紹介します。 ・何をやりたいのか、個別に相談の上、ステップアップで楽しみ方を教えます。 どなたでも 何名でも いつでも 無料・応相談 機器購入・インターネット・メール・ネット通販・電子地図・ニュース・電子書籍・音楽・映像・金融 取引・エクセル・はがき作成・情報処理・プログラミング等	
88 パソコン・スマホ・ Webサイト設立	「日常生活に役立つスマートフォン講習」 「0円で始めるオンラインショップ設立」	奥田誠 (Microsoft office specialist/Microsoft CERTIFIED Professional/Microsoft CERTIFIED Associate)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 謝礼	スマートフォンの操作や、Webサイト設立などIT関連における知識や技術を教えます。 初心者・中級者 1名から可 月曜日、木曜日・いつでも 応相談	
89 SNS・オンライン会議 アプリ	「Facebook、Twitter、Instagramをはじめ よう」 「初めてのオンライン会議」	湯本泰隆 (高等学校教員免許(地理歴史)/学芸 員資格/留学経験あり)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	FacebookやTwitter、Instagram、オンライン会議を初めて始める方を対象に操作方法をお教えます。パソコンをご用意ください。 どなたでも 1名から可 いつでも 有料・応相談	

登 録 者 名 簿

90 SDGs	「世界を知ろう！SDGsについて学ぼう！」「国際理解講座」	大野めぐみ
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	・世界と日本のつながりからSDGsを考える。 ・地域とSDGsについて考える。 どなたでも・子ども 何名でも いつでも・午前、午後 有料・応相談(有料)	
91 西洋占星術	「生年月日からあなたの持ち味を知ろう」	川上恵里 (西洋占星術コンサルテーション)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	あなたの生まれた時の天体の配置から得意なこと、良さを知り、もっと生かせるようになります。 応相談 応相談 応相談 無料・応相談 コミュニケーションを円滑に！！あなたの持って生まれた資質を生かしますよ。 生年月日からあなただけの人生の設計図面を見てみよう。	
92 ハーブティー	「季節に合わせたハーブティー講座」	田中幸恵 (ハーブコーディネーター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費等・謝礼 学習プログラム一例	花粉症や風邪予防など、季節や体調に合わせたハーブティを実際に飲みながら学びます。 どなたでも 何名でも 火・土・日曜日・午後 1人500円～1,000円・応相談 ・風邪予防のためのハーブティー ・花粉症のためのブレンドハーブティー ・子どもも飲めるハーブティー	
93 フラワーアレンジメント	「フラワーアレンジメント教室」 「ドライフラワーを使った小物づくり」	川崎京子
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 材料費	・生花を使った季節のお花のアレンジ ・ドライフラワーを使ったハーバリウムや、箸置き、キャンドルホルダー、歯ブラシスタンド、ディスプレイ、ボールペン等の小物づくり どなたでも 何名でも 応相談・午後 1人3,000円～4,000円(生花)、 小物づくりは1人1,200円～3,000円(作る物によって変わります)	
94 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アレンジメント」	柴嶺亜依 (プリザーブドフラワーインストラクター)
内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費等・謝礼	フラワーアレンジ学習の指導 どなたでも 何名でも いつでも 1人500円～・無料	

登 録 者 名 簿

95 ジュエルネイル	「セルフジェルネイル教室」	横田美幸 (ジェルネイル検定上級)
内容	自分でいつでもケアできることで人気のセルフジェルネイル。ジェルネイルのやり方を学びませんか。	
レベル	どなたでも	
指導人数	1名でも可	
指導曜日・時間	いつでも	
材料費	1人3,000円・無料	

96 アゲートスライス	「アゲートスライス講座」	横田美幸 (レジンアートデコール アゲートスライス認定講師)
内容	「2液性エポキシ樹脂」を使って、コースターやキーホルダーなどが作れます。	
レベル	どなたでも	
指導人数	1名でも可	
指導曜日・時間	いつでも	
材料費	1個1,000円・無料	

97 育児・絵本	「乳幼児親子ふれあい遊び」 「絵本の読み聞かせや絵本の楽しみ方」	岩野ほずえ (保育士・幼稚園教諭一種・小学校教諭一種・図書館司書・学校図書司書教諭・発達支援アドバイザー・ベビーマッサージインストラクター)
内容	わらべ歌やリズム遊びを通して親子で楽しく遊ぼう。年齢に合った絵本の選び方、読み方のコツなど。	
レベル	どなたでも	
指導人数	何名でも	
指導曜日・時間	いつでも	
教材費・謝礼	無料・応相談	
学習プログラム一例	・参加者に合わせた手遊び・わらべ歌、リズム遊びなど「動」と「静」を織り交ぜた親子遊び ・赤ちゃん絵本の選び方、お話絵本を楽しもう、昔ばなし絵本の選び方と楽しみ方、絵本で脳トレ(かがく絵本の楽しみ方)	

98 ロゼット	「世界で一つだけのお名前ロゼット」	矢島 (UN-DECORロゼット講師・miltiaチュールロゼット講師・miltiaシフォンロゼット)
内容	針も糸も使わない世界に一つだけのロゼットをつくれます。小さなお子様と一緒にでも安心してつくれます。	
レベル	どなたでも・子ども	
指導人数	応相談	
指導曜日・時間	応相談・午前・午後	
教材費・謝礼	1人300円～・応相談	

✿アゲートスライス一例 (指導者No.96)

レジン液を使用した新しい
ハンドメイドクラフト！
インテリアやアクセサリ・
トレイとして使えます。



※画像はJLAより借用

✿針も糸も使わないお名前ロゼット一例 (指導者No.98)

様々な色や素材のリボンやプラ
パーツ(飾り) を組み合わせて、
世界で一つだけの素敵なチャーム
を作りませんか。
中央の所に文字や写真を印刷でき
ます。



登 録 者 名 簿

99	フリーハンドレタリング	「フリーハンドレタリング」	藤田克次
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	手書きで基本書体の書き方などを指導します。長年、看板づくりに従事していた知識と技術をお伝えします。 どなたでも 何名でも いつでも 無料・無料 源字体の説明、書き方練習、筆による練習、筆文字の応用など1回1時間程度。	
100	NIE (Newspaper In Education)	「まわしよみ新聞」 「当事者研究スゴロク」 「直感読みブックマーカー」	湯本泰隆 (高等学校教員免許(地理歴史)/学芸員資格/留学経験あり)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼 学習プログラム一例	NIE(Newspaper In Education)は情報活用能力の育成の観点から新聞等を活用したワークショップです。 どなたでも 1名から可 いつでも 有料・応相談 まわしよみ新聞を作ろう！、当事者研究スゴロクで遊ぼう、直感読みブックマーカーで恋占いこれらを活用しながら英語の指導もできます。「英語力をつけるための語学学習」、「関連語で攻略！ボキャブラリー・ビルディング」など。	
101	終活・家計見直し	「今知っておきたい終活・相続準備」 「家計の見直し成功術」	福原孝雄 (一級ファイナンシャルプランナー、CFP®、終活カウンセラー一級)
	内容 レベル 指導人数 指導曜日・時間 教材費・謝礼	相続の知識を得て、将来の不安を少なくしていきましょう。エンディングノートの作成や、家計改善・長期的なライフプランの構築を学びます。 どなたでも 5名以上 いつでも 有料(エンディングノート 1冊1,000円)・応相談(1人500円～)	

学習人材バンク 登録者募集中!!

学習人材バンク事業は、市民の皆さんの「地域のために」という思いに支えられた、市民の皆さんによる市民の皆さんのための生涯学習事業です。いろんな領域の指導者や仲間を探しています。お気軽にご応募ください。随時、相談もお受けしています。

お申込み・お問合せ先

見附市まちづくり課 中央公民館

Tel 0258-62-1058

Fax 0258-62-3199

Mail tyuukou@city.mitsuke.niigata.jp