

## 語学

項目	英語全般、英会話(一般、ビジネス、旅行、留学、海外赴任等) No.:889		
氏名	アラキ ユミカ	生年	昭和46
	荒木 由美香	指導料	要相談
資格等	第二言語習得理論及び教授法博士、英語教授法(TESOL)修士		
内容	米国の大学附属英語学校での読み書きや会話講座、日本の語学学校や企業での会話やTOEIC・TOEFL対策、海外赴任前研修等、小学生～社会人対象の幅広い英語教育経験と、外国語教育プログラム運営や教授法に関する知識を踏まえ、一般会話、旅行、ビジネス、留学や海外赴任準備等、学習者のレベルや目的に合った学習をサポートします。効率よい学習プランやストラテジー、日本人目線での英米の暮らし文化を学べる英語サロン等もご相談ください。		

項目	英会話(子ども～大人初心者) No.:873		
氏名	イトウ アケミ	生年	昭和50
	伊東 明美	指導料	要相談
資格等	アメリカに約3年間留学。指導経験15年以上。資格は、J-SHINE小学校英語指導者、レクリエーションインストラクター、TOEICなど。		
内容	知立市の小学校で2年間ALTの経験があり、その後刈谷市にて「英語で遊ぼう」の指導を5年以上も担当させて頂いております。毎年抽選になるほどの人気の講座で、はじめて英語にふれる子どもでもゲームやアクティビティを通じて楽しく学べる指導をしています。私自身も一児の母で子育て経験があるので、未就園児など小さなお子さんでも安心してお任せください。大人の英会話では、初心者向けとなります。高齢の方でもわかりやすく指導致します。		

項目	海外渡航事前手配, 情報収集, 現地対応, フリップ通信等理解 No.:905		
氏名	コバヤシ トシヤ	生年	昭和33
	小林 利哉	指導料	要相談
資格等	総合旅行業務取扱管理者、英検準一級、TOEIC860点		
内容	旅行業運営に必須の総合旅行業務取扱管理者国家資格を保有。英検準一級、TOEIC860点の英語コミュニケーション能力及び国際線200便以上の航空移動にて13ヶ国の渡航経験を生かして、各種航空会社航空券手配や各国ホテル手配、タイムシェア手配滞在、現地での移動や通信術など総合的な指導が可能です。また米国のフリップ制度や通貨両替などに精通しており市販の旅行ガイドでは入手できない情報の提供が可能です。		

項目	英語 No.:4		
氏名	スズキ テツ	生年	昭和27
	鈴木 哲	指導料	要相談
資格等	元大学講師、通訳案内士、TOEIC980、あいち医療通訳者、英検1級、依佐美送信所ICOHTEC/TICCIH(2010) 国際産業遺産会議発表		
内容	・英語論文「ビジネスコミュニケーション科目の教授」('13)「学芸部学生のための英語クロスワードパズル」('14)、「だれが加藤与五郎を『フライトの父』と呼んだか」('15)、「ビジネス英語記事の実践的リーディング」('16)、「学芸学部生のための初級英語クロスワードパズル」('17)、「対欧無線電信局依佐美送信所の通信網」('18)「対欧無線電信局依佐美送信所と通信したスイス・イタリア送受信所」('23)・日本語論文「学習英英辞典を使うためのヒント36」('21)【桜花学園大学学芸学部紀要】		

国際・文化教養

語学

項目	TOEIC、英検、英会話（トラベル英会話など） <span style="float:right">No.:931</span>		
氏名	ヤズ ユウコ 矢津 裕子	生年	昭和56
		指導料	要相談
資格等	TOEIC990点、英検1級、TESOL、ESAC英語学習アドバイザー		
内容	毎年、市民講座で抽選となり、受講生のスコアが劇的にアップすると大人気のTOEIC講座をはじめ、今や中高生が受験のために必死に受験する英検の対策講座、旅行好きの大人のための英会話講座を担当しています。資格対策は毎回自ら受験し最新の傾向と対策を徹底的に分析し、また、受講生のスキルを分析することで短期間での目標達成を実現させます。英会話は長いUS生活で培った本物の生きたコミュニケーションを楽しくトレーニングします。		

項目	日韓翻訳／通訳 <span style="float:right">No.:6</span>		
氏名	チョウ ジョンエ 趙 貞愛	生年	昭和28
		指導料	要相談
資格等	日韓翻訳センター代表		
内容	初級から上級までの韓国語を会話重視で教えます。また韓国の文化、風習、歴史、その他韓国料理なども指導が可能です。講師歴は20年以上で、現在は知立市、豊明市、安城市、碧南市、大府市などで韓国語講師を務めています。		

項目	日本語、日本語会話 <span style="float:right">No.:888</span>		
氏名	アラキ ユミカ 荒木 由美香	生年	昭和46
		指導料	要相談
資格等	第二言語習得理論及び教授法博士、外国語教育修士		
内容	英米の州立、私立大学で計11年間、学部生の日本語講座のカリキュラム構築と運営にも携わり、初級から中級までの日本語文法、読み書き、会話等の日本語講座と一般教養科目としての日本文化の講座等を担当しました。多くの日本語学習者を対象とした学術研究で深めた知識と多様な学習環境での日本語教育や外国語としての日本語習得を目指す学習者に関わる実践経験から、コミュニケーションを目的とした日本語学習者をサポートします。		

歴史・郷土

項目	地方史 <span style="float:right">No.:24</span>		
氏名	スズキ テツ 鈴木 哲	生年	昭和27
		指導料	要相談
資格等	刈谷市郷土文化研究会会員、元大学講師、共著『依佐美送信所調査報告書』（'99）、共著『碧海の昭和』（'12）、共著『碧海の今昔』（'21）		
内容	論文「宮城道雄と刈谷」（'10）、「加藤与五郎と高山樗牛・島崎藤村」（'11）、「松本奎堂辞世の歌の秘密」（'14）、「だれが加藤与五郎を『フェライトの父』と呼んだか」（'15）、「野田の俳人笠亭桃里」（'17）、「森三郎が新美南吉と出会った日」（'18）、「名古屋無線電信局依佐美送信所と通信したワルシャワ無線電信局」（'20）、「野田八幡宮神代小町絵巻の成立」（'21）「狩谷出雲守とはだれか」（'22）「依佐美送信所と通信したスイス・イタリア送受信所」（'23）ほか		

## コミュニケーション

項目	やってみようアンガーマネジメント			No.:923
氏名	イクボ ユキヒコ	生年	昭和52	
	飯久保 幸彦	指導料	要相談	
資格等	アンガーマネジメントファシリテーター（一般社団法人日本アンガーマネジメント協会認定） 介護福祉士			
内容	「怒りに悩まされず、楽しい人生を過ごしませんか」 私も日常生活や工作中、イライラした時に大声を出したり、物に八つ当たりすることがありました。これではマズイと思い、アンガーマネジメントに取り組み始めました。これまで、福祉、医療分野で働く方や中高生の方に研修等の場面でお伝えしてきました。関心のある方、アンガーマネジメントを学んでみませんか。			

項目	最高にうまくいくコミュニケーション講座			No.:884
氏名	カミヤ トシヒロ	生年	昭和50	
	神谷 俊博	指導料	要相談	
資格等	産業カウンセラー、日本産業カウンセラー協会中部支部テーマ別研修講師、エフェクティブコーチング協会認定コーチ、平本式認定講師（ベーシック）など			
内容	楽しくイキイキした日々を送るために、自身や他者との関わり方やコミュニケーション技法に特化したものになっており、会社でも日常でも通用するスキルを手に入れることができる講座です。講座は、5回コース×2時間（要相談）となります。			

項目	“気持ち伝わる”話し方・読み方			No.:863
氏名	フジタ アキコ	生年	昭和37	
	ふじた あきこ	指導料	要相談	
資格等	フリーアナウンサー歴35年以上。現在は地元FMラジオパーソナリティ。防災士、茶育指導士、日本茶アドバイザー、野菜ソムリエ他			
内容	アナウンス、朗読、レポーター、各種司会、ラジオパーソナリティ、スポーツキャスター 「話す・読む」の様々な経験から皆様の悩みに対応していきます。 ・発声、発音、滑舌等基礎から・読む、話すを「伝える」に格上げする練習・人前で話すコツ、「あがらない」方法・話の組み立て方・人間関係が好転する「感じの良い話し方」			

## 心理学

項目	心理学講座・ヨガ			No.:932
氏名	ヒライワ トシヨ	生年	昭和45	
	平岩 富司代	指導料	要相談	
資格等	NPO日本次世代育成支援協会認定、心理カウンセリング指導員、LaxmiYOGA認定インストラクター			
内容	【心理学講座】・子育てに役立つやさしい心理学 ・ネット、スマホ、ゲーム依存に対応する心理学 【ヨガ】・本来のしなやかな心と体のコンディションをとり戻すヨガレッスン【ヨガ+プチ心理学講座】・ヨガで全身を動かし、リフレッシュした後、プチ心理学のアドバイスを聴き人生をより豊かに導く講座です。			

人間社会

## 教育

項目	整理収納教育	No.:828	
氏名	タニグチ ユリ	生年	昭和56
	谷口 有里	指導料	要相談
資格等	整理収納教育士、整理収納アドバイザー1級、整理収納アドバイザー2級認定講師、クリンネスト1級、幼小中高教員免許		
内容	「片付けなさい！」お子様にそう叱っていませんか？現在、小学校の家庭科でも「お片付け」が取り入れられ、整理収納教育の必要性が広まりつつあります。整理収納は子どもにも大人にも素晴らしい影響を与えます。しかし多くの人はその方法やコツを知りません。子ども、親子、お母さん、PTA、幼稚園や学校向けに、ご要望に合わせた整理収納セミナーを承ります。また、個別相談やアドバイス、整理収納作業に伺うこともできます。		

項目	ペアレントトレーニング、ペアレントプログラム	No.:883	
氏名	タナカ レイコ	生年	昭和51
	田中 怜子	指導料	要相談
資格等	保育士、ABAペアレントトレーナー、強度行動障害支援者養成研修修了、上級心理カウンセラー、日本福祉大学中央福祉専門学校、社会福祉士科修了		
内容	・ペアレントトレーニング（ペアトレ）全7回 自閉スペクトラムの子どもを持つ保護者向け ・ペアレントプログラム（ペアプロ）全6回 すべての保護者向け どちらも主に小学校低学年くらいまでの子ども対象。我が子との関わり方に悩む保護者へ、子どもをよく観察してほめることで、今までのイライラが減って子どもの不適切な行動も減ってきます。心理学や脳科学、自身の経験からの学びと、実践も交えてお伝えします。		

項目	ベビーマッサージ、ベビーヨガ、タッチファースト®	No.:877	
氏名	ヨシナガ マリ	生年	昭和62
	吉永 万莉	指導料	要相談
資格等	幼稚園教諭2種免許、保育士資格、JABC日本ベビ-＆チャイルドケア協会ベビ-マッサージ・赤ちゃん体操指導者資格、タッチファースト®インストラクター、タッチ育児アドバイザー		
内容	普段は個人で教室を開講しています。生後2ヶ月～就園前3歳まで対象のベビ-マッサージやキッズタッチ、赤ちゃん体操クラス、生後1ヶ月～首すわり前まで対象の抱っこの仕方、寝かせ方、遊び方などをお伝えするタッチファースト®クラスなどがあります。幼稚園、保育園勤務の経験を活かし、音楽遊び、絵本の読み聞かせ、製作遊びも行います。お母さんとお子さん、時々、お父さんも！！家族皆でありのまままで過ごせる居場所を目指しています。		

項目	珠算	No.:913	
氏名	ハセガワ サチコ	生年	昭和56
	長谷川 幸子	指導料	要相談
資格等	全珠連珠算5段、全珠連暗算5段、珠算技能国際認定証1級、認知症予防そろばん講師2級、中学校・高校教員免許（国語）		
内容	そろばんを使って集中力、忍耐力、計算力を高めましょう。そろばんの使い方、問題の解き方、検定対応、暗算など、初心者から経験者まで指導可能です。園児からシニアまで指導経験有。令和5年度まなびの教室、令和6年度秋の1day講座を担当、刈谷市総合文化センターにて大人のそろばんサークル主催、会員募集中です。サークル、シニア向け脳トレそろばん講座等、出張対応可能ですのでご相談ください。		

色彩

項目	マイカラーで美人力アップ&カラーセラピー	No.:716	
氏名	サワダ ユミ 澤田 由実	生年	昭和35
		指導料	要相談
資格等	色彩検定1級、パーソナルカラー協会認定講師&認定パーソナルカラーアーティスト&ティーチャー、専門学校非常勤講師		
内容	今よりもっと素敵に輝くために、なりたい自分に近づくために、パーソナルカラーやカラーセラピーで「内面と外見」からアプローチ。色にはあなたを変える力・魔力があります。色が変われば印象が変わり、心が変わり、人生が変わる！個別カウンセリング、個人レッスン、カラーリスト養成講座、資格取得、セミナー、研修等幅広く楽しく行っており、資格取得後も丁寧にフォローします。夢は見るものではなく実現させるものをモットーに！		

項目	色彩、ファッションコーディネート、パーソナルカラー診断、骨格診断、顔診断	No.:936	
氏名	マルヤマ マスミ 丸山 眞澄	生年	昭和31
		指導料	要相談
資格等	AFT認定色彩講師・AFT色彩検定1級・カラータイプインストラクター1級・色彩検定UC級認定講師・パーソナルカラーリスト認定講師		
内容	【楽しく学ぶ色彩検定】楽しく色の世界を学びながらAFT色彩検定3級合格を目指す講座です。色の知識を得ることで美術など芸術や景観がよくわかり世界が美しく豊かになります。【似合うがわかるファッション講座】顔・骨格・パーソナルカラーの3方向から診断分析することで自分のイメージを知り自分の魅力を底上げします。カラーコーディネートは感性と理論の両輪で成り立つという考えのもと講座を行っています。		

収納

項目	整理収納でスッキリした生活を手に入れる方法	No.:790	
氏名	オクノ ユカコ 奥野 愉加子	生年	昭和57
		指導料	要相談
資格等	整理収納アドバイザー1級、整理収納アドバイザー認定講師		
内容	整理収納の手順を丁寧に解説します。複数回講座の場合は、座学だけでなく、自宅での作業を宿題として出す講座も開催できます。実際に片付けることで講座内容を活用できると好評でした。開催可能講座：整理収納が苦手な方向け、子ども向け、ママ向け、ご年配の方向け		

項目	整理収納	No.:917	
氏名	オザキ ナツコ 尾崎 奈津子	生年	昭和50
		指導料	要相談
資格等	ライフオーガナイザー1級、保健師		
内容	片付けが苦手、何度やってもリバウンド、本などを見てもうまくいかない、そんなことはありませんか？それは自分に合う片付け方法ではなかったからかもしれません。利き脳タイプをチェックして、タイプ別の片付け方法など、自分に合った片付け方法を見つけるヒントをお伝えします。自分に合った片付け方法を見つけて、心地よく楽しく暮らしませんか？片付けの個別相談や訪問片付けサポートも行っていきます。		

## 収納

項目	整理収納	No.:829	
氏名	タニグチ ユリ 谷口 有里	生年	昭和56
		指導料	要相談
資格等	整理収納アドバイザー1級、整理収納アドバイザー2級認定講師、整理収納教育士、クリンネスト1級、幼小中高教員免許		
内容	整理収納ができていると、気持ちが変わります。暮らし方が変わります。ご自宅を片付けて、素敵な変化を感じてみませんか？すぐに取り組める、無理のない整理収納方法をお伝えします。整理収納に関する各種セミナー、個別相談やアドバイス、実作業も承ります。片付けてもすぐにリバウンドしてしまう方、モノが多すぎて困っている方、ご自宅をもっと快適な空間にしたい方等、お気軽にご連絡くださいませ。PTA講座等も承ります。		

## 生活

項目	ダンボール箱を使った生ごみ堆肥化で生ごみの削減	No.:759	
氏名	アイカワ ヨシミ 相川 良美	生年	昭和40
		指導料	無料
資格等	NPO法人循環生活研究所認定 段ボールコンポストアドバイザー、刈谷環境支援員		
内容	可燃ごみの30～40%を占めると言われる生ごみを段ボール箱を使って堆肥化してみませんか？約3ヶ月で50～60kgの生ごみを投入でき、仕上げた堆肥は菜園などに利用することができます。ごみの減量だけでも利用可能です。		

項目	お掃除、重曹活用術	No.:871	
氏名	イトウ アケミ 伊東 明美	生年	昭和50
		指導料	要相談
資格等	主婦歴15年以上。今まで知立市シルバー人材センターや婦人会などで何度か「お掃除講習会」をさせていただいた経験があります。		
内容	重曹やクエン酸など地球に環境にやさしいエコ素材を使ったお掃除術を、わかりやすく実演をしながらご紹介していきます。主婦には目からウロコの裏ワザや、知って得する重曹の活用法など、生活に役立つ情報を提供します。講習会は主婦のみならず、リタイアした男性にも人気があり、受講すると、必ず家でやってみたくなる方が続出中です。		

項目	相続と遺言、相続対策、相続診断、終活プラン	No.:582	
氏名	ゴトウ ヒロシ 後東 博	生年	昭和29
		指導料	要相談
資格等	愛知総合相続相談センター所長、1級FP技能士、愛知大学・南山大学・名城大学・中部大学・日本福祉大学・中日文化センター・朝日CC等の講師。		
内容	大学や文化センター、名古屋市教育委員会等で相続と遺言講座を担当しています。なぜ、相続・遺言には相続コーディネーターが必要なのか。土地の評価を下げて節税する方法や相続に関する節税・納税。遺産分割の基礎知識について学びます。法定相続分と遺産分割の方法や公正証書遺言の基礎知識について学びます。自筆証書遺言やエンディングノートの問題点について指摘します。相続と遺言について分かりやすく説明します。		

家庭生活

生活

項目	キッズ・学生向けのマネープランニング	No.:52	
氏名	タナベ マキコ 田邊 真紀子	生年	昭和43
		指導料	要相談
資格等	1級ファイナンシャルプランニング技能士、ファイナンシャル・プランナー（CFP認定者）、キッズ・マネー・ステーション認定講師		
内容	お金教育に関するプログラム「おこづかい」「生活にかかるお金」「投資のきほん」などニーズに合った講義（親子向けも可能）ができます。人生100年時代といわれ、キャッシュレスの普及など生活環境が目まぐるしく変化している今だからこそ、学校ではじっくり教えてもらえないお金に関する正しい知識や向き合い方、そして働くということと一緒に考え、学んでいきましょう。		

項目	重そう、クエン酸そうじ・料理・おやつ	No.:122	
氏名	ヒラノ ケイコ 平野 敬子	生年	昭和32
		指導料	要相談
資格等	食生活アドバイザー、食育アドバイザー、キッズキッチンインストラクター、消費生活アドバイザー		
内容	重そうやクエン酸を使って、体にも家計にも地球にも優しい掃除法。季節の食材と基本調味料だけで作る体に優しい健康的な料理。野菜やフルーツを使ったお菓子作り。		

食物

項目	栄養指導	No.:123	
氏名	タネダ マサコ 種子田 雅子	生年	昭和22
		指導料	要相談
資格等	管理栄養士、健康運動指導士		
内容	幼児から高齢者までの栄養教育全般。 手ばかり栄養法でご自分に見合った食材料や食事量を身につけましょう。 健康長寿を目指して、幼いときから食育に目を向け楽しく気軽に実践しましょう。		

項目	料理、製菓	No.:724	
氏名	タカクラ メグミ 高倉 恵	生年	昭和58
		指導料	要相談
資格等	調理師、食育インストラクター、ナチュラルフードコーディネーター、小・中・高校教諭、整理収納アドバイザー、JSAアイシングクッキー認定講師、JSAイマルトアイシングクッキー認定講師		
内容	郷土料理や行事食、土器型クッキー（ドッキー）などを作り、歴史や文化を学ぶ食育講座をしています。		

## 食物

項目	お菓子教室 <span style="float: right;">No.:864</span>		
氏名	タニ マリ	生年	昭和59
	谷 麻里	指導料	要相談
資格等	保育士、パンシエルジュ2級、かんたんおやつマイスター		
内容	お菓子作り、パン作りなどお子様と一緒にできるかんたんレシピをお伝えします。おいしくてかんたんで体に優しいおやつの知識とスキルを身につけて家族を笑顔にしたい！でも、一番はママが笑顔になること！ 保育士の経験も活かしながらママさんのために楽しい時間のお手伝いをさせていただきます。		

項目	パン教室 <span style="float: right;">No.:840</span>		
氏名	タニ マリ	生年	昭和59
	谷 麻里	指導料	要相談
資格等	保育士、パンシエルジュ2級、かんたんおやつマイスター		
内容	はじめての方も簡単に作れるパンをオリジナルレシピで紹介します。 子どもが小さくてバタバタしているママでも楽しく作れるパンをご紹介しますよ。 できたてあつあつパンを食べると笑顔がこぼれますよね。 普段は自宅で保育士の経験を活かして親子パン教室やキッズパン教室を行っています。		

項目	料理 <span style="float: right;">No.:135</span>		
氏名	タネダ マサコ	生年	昭和22
	種子田 雅子	指導料	要相談
資格等	管理栄養士、健康運動指導士		
内容	家で簡単に作れるヘルシー料理、お菓子等全般指導。 仕事を持ったお母さん、お父さん、気軽に料理にチャレンジしましょう。 気負わず楽しく、おいしく作れる料理をご紹介します。		

項目	ぬか床作り体験学習 <span style="float: right;">No.:929</span>		
氏名	ナカノ ヒロキ	生年	昭和39
	中野 弘毅	指導料	要相談
資格等			
内容	昔ながらの手間をかけた漬物造りの講義と腸内環境を整え免疫力を高める為のぬか床作り体験学習では、面白おかしく楽しい授業を行っています。人生100年！医学にたよらない本物の健康長寿をめざしましょう！		

家庭生活

食物

項目	おやつ教室講師 <span style="float: right;">No.:588</span>		
氏名	ニシバヤシ ミチコ	生年	昭和43
	西林 三稚子	指導料	要相談
資格等			
内容	ご家庭で、手軽にできるおやつを紹介しています。 季節の和菓子、手ごねやホームベーカリーを利用したパンやピザ、野菜や豆腐を使ったヘルシーなお菓子、卵・乳製品を使用しないレシピ等を提案しています。		

項目	腸活講座、味噌作り教室、醗酵ドリンク教室 <span style="float: right;">No.:681</span>		
氏名	ニッタ ミオ	生年	昭和52
	新田 未央	指導料	要相談
資格等	食育指導士、発酵食スペシャリスト、腸セラピスト		
内容	調味料の選び方講座や麹調味料作り、味噌作りなどを通じて、毎日の食生活を整えることで、無意識にできる健康法をお伝えしています。 簡単な料理講座や、安心安全な材料で作るパン作り（小麦パン、グルテンフリー米粉パン両方あり）もお教えしています。 本物の調味料を使って、毎日の豊かな食生活のお手伝いをしています。		

項目	料理（子供向け） <span style="float: right;">No.:934</span>		
氏名	マスザキ ヨシコ	生年	昭和57
	増崎 良子	指導料	要相談
資格等	調理師、キッズキッチン協会公認インストラクター、上級食育指導士・食生活アドバイザー		
内容	西三河を中心にお子様を楽しめる調理講座を複数開催しています。「食べる事を楽しく！」をモットーに基本的な調理方法、食材の特徴等丁寧な指導を心がけています。調理師経験を活かし、料理を通して子どもの五感（視覚・聴覚・嗅覚・味覚・触覚）を発達させ、子ども達1人1人が新しい学びを発見していく完全体験型料理教室です。子どもたちが大人の手を借りずに、自分の力でやりとげることが大切にしています。		

項目	薬膳料理 すっぽんスープ又はふかひれスープ（1品のみ） <span style="float: right;">No.:700</span>		
氏名	モリタ エリカ	生年	昭和39
	森田 恵理歌	指導料	要相談
資格等	正看護師、中華中医薬学会・国際中医薬膳師、日本中医食養学会認定講師、中医薬膳指導員、パンチャング式イト占星術、桃感占術鑑定師、豆腐マイスター、算命学		
内容	食物1つ1つには効能があります。食物の効能、性質、自分の体質を知り、体に合う食事をしましょう。ご家族の健康維持、美容、お子様を健やかに育てるために、食養生を楽しく伝えたいと思います。特別な漢方生薬を入れた辛い料理ではありません。本格的な漢方を使用した薬膳料理もいたします。病気になる前の予防としても、病中、病後、どなたにも滋養をつけるスープを鶏の手羽、生姜、ネギをコトコト煮てだしをとるところから作ります。（試食あり）		

## 食物

項目	手打ちそば・麺打ち・和食			No.:752
氏名	ワタナベ タイキ	生年	昭和49	
	渡邊 大器	指導料	要相談	
資格等	調理師免許			
内容	初めに講師自ら「そば打ち」を見せて丁寧に教えます。その後参加者自らそば打ちをします。打ったそば（約3人分）は持ち帰り、講師が打ったそばを試食します。 現在、愛知県内の各市生涯学習講座や料理教室にて、そば打ち講座や料理講師を行っています。			

項目	コーヒー			No.:868
氏名	スギウラ マナブ	生年	昭和44	
	杉浦 学	指導料	要相談	
資格等				
内容	好みのコーヒー豆の選び方や淹れ方、保存方法などの基礎知識から応用まで。コーヒー生産者の自立と暮らしの向上、高品質コーヒーの生産を持続可能なものとするため、積極的にコーヒー生産地を訪問する。 2008年より、コーヒー豆の世界品評会プログラム「カップ・オブ・エクセレンス」の国際審査員を務める。			

項目	備蓄防災食（子ども向け～大人）			No.:935
氏名	マスザキ ヨシコ	生年	昭和57	
	増崎 良子	指導料	要相談	
資格等	備蓄防災食調理アドバイザー・防災共育士・食生活アドバイザー・調理師・キッズキッチン協会公認インストラクター			
内容	備蓄防災食調理アドバイザーの資格を取得し、イベントで子供たちに災害時のご飯の炊き方等を指導しています。どのくらいの量を、備えるか。備蓄食についての基本的な知識を身に付ける講座を主催しています。生きていくすべを身に付けて欲しいと思い活動の場を広げています。 混乱した状況下で、落ちついた行動ができるように防災の知識を楽しく得て欲しいと思います。			

## 被服

項目	着物着付け			No.:890
氏名	イシカワ ヒサコ	生年	昭和40	
	石川 久子	指導料	要相談	
資格等	きつけ技能師（小林豊子きもの学院）、奥博講師（山野愛子）、きもの教授（京都きものコンサルタント協会）			
内容	着付けは流派によって手順が違います。 自分がキレイに着られるように、流派を問わずアドバイスしたいと思います。 人に着付けをしてあげたいので習いたい方もOKです。			

家庭生活

被服

項目	着物の着付け、子どもゆかた講座（小、中、高無料出張可）			No.:859
氏名	カワモト ミチコ	生年	昭和38	
	川本 道子	指導料	要相談	
資格等	山野流着装奥伝講師			
内容	<p>特殊な道具を使わずベーシックな腰ひもや帯枕を使って着物を着ます。個人レッスンで美しい着付けをマスターしましょう。おひとりおひとりのご希望に沿ってぴったりのお稽古をアレンジさせていただく気軽な短期講座や資格取得を目指す山野流カリキュラムやお友達とわいわい楽しむ教室などご用意しています。課外レッスンとして浴衣着付けボランティア、着物まち歩きイベント参加、マルシェ出展体験のお楽しみもあります。楽しく学び、人生に華やきを！</p>			

項目	きもの着付け			No.:94
氏名	コンドウ チサト	生年	昭和36	
	近藤 千里	指導料	要相談	
資格等	おおぎ和装学院着付講師1級			
内容	<p>着物の着方のコツ、半巾帯、名古屋帯、袋帯の結び方を教えます。ゆかたの時期には、ゆかた講習会もします（個人、団体どちらも可）。</p>			

項目	きもの着装・礼法			No.:97
氏名	シンカイ ユウコ	生年	昭和26	
	新海 友子	指導料	要相談	
資格等	きものコンサルタント、礼法講師			
内容	<p>日本の民族衣装を守りつつ、きもの姿で身も心も引き締まる優雅な一時をいかがでしょうか。少しずつ仕上がる喜びを感じつつ、日常マナーも身につけて自分磨き。とことん指導させていただきます。</p>			

手芸

項目	洋裁・手作り雑貨			No.:738
氏名	オオモト ケイコ	生年	昭和46	
	大本 慶子	指導料	要相談	
資格等	服飾専門課程洋裁科准教員			
内容	<p>洋裁の指導や手作り雑貨を作るお手伝いをします。思い描く洋服や小物の型紙を作り形にします。また、SDGsやエシカル、リメイクを考える講座やグループでのイベントにも出張可能です（子ども向け可能）。内容は要望に応じて提案させていただきます。詳しくは『クチユール 刈谷』で検索して、InstagramやHPをご覧ください。</p>			

## 手芸

項目	パッチワーク、刺しゅう、その他布小物			No.:751
氏名	オカヤマ フミコ	生年	昭和49	
	岡山 史子	指導料	要相談	
資格等	パッチワーク講師、刺しゅう講師、洋裁講師、ローズウィンドウインストラクター（光のアートOnde～）			
内容	<p>パッチワークと刺しゅうの様々な技法を伝えながら布小物を作成していきます。ミシンを使い、洋服やバッグを作成していきます。</p> <p>ローズウィンドウとは、スタンドグラスを色のついた専用の薄紙を使って再現するペーパーアートです。光と色の世界を五感いっぱい感じて下さい。</p> <p>一般向けの講座も子ども向けの講座も可能です。打合せを行い、要望に合わせて詳細を決定していきます。</p>			

項目	手芸・布リース			No.:770
氏名	カミナカ マヤ	生年	昭和45	
	上中 まや	指導料	要相談	
資格等	ハンドメイド布小物作家。「bon*ami」主宰。布リース講師。「2時間で出来上がる北欧テイスト布雑貨講座」を各地で開催。			
内容	<p>何気ない日常をカラフルに彩りたい！ポップでキュートな北欧テイストの布で作る布雑貨教室。手芸のハードルを下げためカット済みのキットをご用意し、なるべく簡単な方法で仕上げますので、2時間で完成します。初心者の方向け。出来上がる喜び、布合わせの楽しさを一緒に味わいましょう。</p> <p>縫わずにできるがま口、布リース、ミニアイロン台など、ミシンや針、糸を使わない講座も開催中。</p>			

項目	つまみ細工			No.:904
氏名	スズキ サチヨ	生年	昭和37	
	鈴木 佐智代	指導料	要相談	
資格等	日本つまみ細工コーディネイト協会認定講師			
内容	<p>つまみ細工をとり入れたブローチや髪かざり、インテリア等を作ります。婦人部、婦人会、各種団体のみなさま、盆踊り、ダンス大会を自作の髪かざりで踊りませんか。</p>			

項目	がま口作り			No.:792
氏名	タカハシ ユミ	生年	昭和37	
	高橋 ゆみ	指導料	要相談	
資格等				
内容	<p>がま口作りのポイントをお伝えしながら、簡単な縫わないがま口小物から、手縫いの大型バッグまで幅広く作品を作ります。がま口のすばらしさを堪能できます。</p>			

家庭生活

手芸

項目	手芸・ベビー服			No.:780
氏名	ヨシダ アキコ	生年	昭和49	
	吉田 明子	指導料	要相談	
資格等	ハンドメイド作家、チャイルドコーチングアドバイザー、アンダーコントロールスペシャリスト、ポジティブ心理学実践インストラクター			
内容	産後の赤ちゃんとの暮らしについて悩みや不安や楽しみにしていること等をおしゃべりしながら、作る時間を一緒に楽しみましょう。肌触りの良い生地を使って世界で一つだけの手作り肌着を手縫いでチクチク完成させていきます。作る過程を通して、完成した肌着を着る赤ちゃんを想像したり、出産に対する気持ちがポジティブに変わったり、作る時間を共にした仲間とのつながりが、産後の赤ちゃんとの暮らしの助けになることを願っています。			

項目	糸かけアート・ウッドアート・ハスハナづくり			No.:919
氏名	イチイシ マナミ	生年	昭和47	
	市石 真奈美	指導料	要相談	
資格等	糸かけデザイン研究所、MOKKAウッドアートアドバイザー			
内容	糸かけアート：板に釘を打ち付け、色とりどりの糸をかけて幾何学模様の作品づくりを楽しみます。ゴムを使った脳トレから糸かけアートまで、老若男女問わずどなたでもオリジナル作品を楽しみながらつくれます。 ウッドアート：廃材となる「かんなくず」でアップサイクル。自然のぬくもりを感じるウッドアートづくりです。ドライにした口スフラワーなども使い、季節に合わせたリース・スワッグ・しめ縄づくりなどに応用することができます。			

項目	天然石アクセサリー作り・石磨き			No.:887
氏名	ニシムラ メグミ	生年	昭和56	
	西村 めぐみ	指導料	要相談	
資格等	社会福祉士			
内容	天然石ビーズや、穴なしの石を、ジュエリー用ワイヤーを使って、アクセサリーを作ります。ワイヤーは指で曲げたり、ねじったりするので、工具は最低限しか使いません。初めての方にも作って頂けるよう、ワイヤーの扱い方から練習します。 1 DAY講座・連続講座・ワークショップ等お気軽にご相談ください。 原石磨きは、小学生のお子様から楽しんで頂けます。			

項目	ネイチャープリント			No.:556
氏名	フジイ マスミ	生年	昭和34	
	藤井 真澄	指導料	要相談	
資格等	ネイチャープリントインストラクター			
内容	いろいろな方法で転写を楽しむアートです。 カード、マグネット、キーホルダーなどの小物を作る事が出来ます。 PTA・文化祭での講師、1日体験も大歓迎です。			

## 手芸

項目	ビンを使用した自分好みの多種多様のアクセサリー作り			No.:894
氏名	オオバ カナエ	生年	昭和55	
	大場 佳苗	指導料	要相談	
資格等	日本創芸学院「ハンドメイド・クリエイター」、保育士、筋膜リリースセラピスト、疲労回復インストラクター			
内容	約60色のカラー、煌めくパーツ100種以上の中から、自分好みのデザインアクセサリーが制作出来ます。デザインは無限。自信がなくても大丈夫です。提案させて頂いたり親切丁寧にお伝えします。色々な技法も学べます。時間を忘れてモノづくりに没頭するのはとっても楽しいひと時です。また自分で作ったアクセサリーはとっても愛着がわきますし、プレゼントにも喜ばれます。是非一緒にレジンで作品作りを楽しんでみませんか？			

項目	アクセサリー作り			No.:797
氏名	ヨシダ アキコ	生年	昭和49	
	吉田 明子	指導料	要相談	
資格等	ハンドメイド作家、ビーズアーティスト資格			
内容	テグスやワイヤー等を使って、ピアスやイヤリング、ネックレス等のアクセサリー作りを指導します。同じデザインでも、全員が決まったものを作るのではなく多くのパーツの中からご自身で色や素材を選んでいただき、お好みのアクセサリー作りができるようにしています。 選ぶ楽しみ、作る楽しみ、完成できた喜びを体感していただける講座にしたいと思っています。			

## フラワー

項目	アメリカンフラワー（ディップアート）			No.:735
氏名	オオタ ケイコ	生年	昭和49	
	太田 恵子	指導料	要相談	
資格等	トウパディップアート協会 師範2級、日本カネセ協会アイシングクッキー講師、カービングキャンドル講師、練りきりアート講師、幼稚園教諭、保育士			
内容	花びらや葉の輪かくを形どったワイヤーを、好きな色のディップ液に浸し、乾いたら組み合わせて、お花を作ってアレンジしていきます。PTA活動、少人数の集まり、また親子講座など、お子様も気軽に楽しんでいただけます。クリスタルな輝きのフラワーアレンジ、お気軽にお問い合わせ下さい。子供向けにはお花ではなく、モビール等を作ることもできますよ。			

項目	アーティフィシャルフラワー、インテリアハーバリウム、アロマワックス、3Dプレミアム ほか			No.:809
氏名	コバヤシ ユウコ	生年	昭和31	
	小林 裕子	指導料	要相談	
資格等	アーティフィシャルフラワー、インテリアハーバリウム、固まるハーバリウム（3Dプレミアム、インアリウム）の認定講師			
内容	アーティフィシャルフラワー（高級造花）のアレンジ、ハーバリウム、3Dプレミアムハーバリウム、インアリウム、アロマワックス&サシェ。全てのレッスン、オーダー、ディプロマ資格取得が出来ます。自宅サロン経営。			

## フラワー

項目	フラワーアレンジメント	No.:629	
氏名	スズキ ジュンコ 鈴木 淳子	生年	昭和34
		指導料	要相談
資格等	花ソムリエ、フラワーセラピスト、華道 真生流家元正教授		
内容	季節の花やプリザーブドフラワーを使って暮らしに役立ち、心を癒すアレンジメントをします。個性や感性を大切にするので、初心者の方でも楽しめます。小学生から高齢者の方まで、幅広い年齢層の方たちが気軽に楽しめるフラワー講座です。 「自分らしく、楽しく、どんな事でもプラス思考で前向きに！！」がモットーです。		

項目	クレイの花	No.:880	
氏名	タケウチ ヒロミ 竹内 弘美	生年	昭和36
		指導料	要相談
資格等	クレイの花 講師資格		
内容	粘土と油絵の具を使い山野草や盆栽を作るオリジナルアートです。粘土なのに想いのままに透け感やしなやかさを表現できます。 可愛くてお洒落なクレイの花を作ってみませんか。 初めての方でも楽しんで頂けると幸いです。 出来上がりはすごく楽しみです。		

項目	押花	No.:558	
氏名	フジイ マスミ 藤井 眞澄	生年	昭和34
		指導料	要相談
資格等	押花インストラクター		
内容	身近な植物から簡単にきれいな押花を作り、小物や額など、素敵な作品を作りませんか？ 園・学校・地域文化祭などの体験会講師、教室を行っています。他にガラスアート、ネイチャープリント、アートフラワーの教室も行っています。いろいろ体験してみませんか？		

項目	アートフラワー	No.:555	
氏名	フジイ マスミ 藤井 眞澄	生年	昭和34
		指導料	要相談
資格等	リボンアートフラワー講師1級		
内容	自宅教室では、色々な花を作り素敵なアレンジをします。PTAなどからの講師依頼や1日体験会に、クリスマスや正月飾りなどはいかがですか？ 他に、ガラスアート、ネイチャープリント、押花教室も行っています。		

## フラワー

項目	フラワーアレンジ	No.:788	
氏名	ミヤチ マドカ 宮地 まどか	生年	昭和57
		指導料	要相談
資格等	フラワーアレンジメント講師、フラワーカラーアドバイザー		
内容	プリザーブドフラワーや造花を使用したフラワーアレンジやリース、しめ縄、インテリアグッズ作り等をテーマとした講座を開催。初心者の方もお子様連れの方も楽しめる講座作りを心掛けております。レッスンも開催しています。園・学校PTA、自治会、企業等の団体様向け出張講座への経験有り。		

## 園芸・ガーデニング

項目	造園・園芸一般	No.:867	
氏名	カトウ ヒロユキ 加藤 博之	生年	昭和37
		指導料	要相談
資格等	樹木医、1級造園施工管理技士、街路樹剪定士、公園管理技士		
内容	千葉大学園芸学部造園学科を卒業し、名古屋の造園会社で35年間勤務しました。自宅の種、さく木、苗木から育成し作成した庭づくりの経験から、植物の増やし方、自然樹形を活かした剪定方法、除草対策、害虫対策などローメンテで緑の豊かな庭づくりに関することを紹介できます。自分でやられる方で、木の配置やデザイン、材料についての指導もできます。		

## 茶華道

項目	茶道	No.:874	
氏名	イトウ ミツコ 伊藤 美津子	生年	昭和12
		指導料	要相談
資格等	宗徧流正教授		
内容	一般的な礼儀作法（歩き方から戸の開け閉めなど）、おもてなしの心を指導します。		

項目	茶道	No.:248	
氏名	スズキ キミア（ソウミ） 鈴木 君亜（宗味）	生年	昭和18
		指導料	要相談
資格等	茶道宗徧流正教授職		
内容	抹茶を家庭で楽しむ方、茶道の基本から学んでみたい方など、点前の楽しみや動きの美しい所作を丁寧に、分かりやすく指導します。鎌倉や京都南禅寺の茶会の経験や、園、子ども会、地域の文化祭などの体験会の経験があります。		

家庭生活

茶華道

項目	暮らしの茶の湯 <span style="float: right;">No.:599</span>		
氏名	ミヤタ フミコ	生年	昭和23
	宮田 文子	指導料	要相談
資格等	茶道宗徧流正教授		
内容	日常生活のなかに気軽に茶の湯を取り入れる方法から、歳時記に合った趣味趣向の折々まで、皆様が求める「茶道文化」をわかりやすく指導します。伝統を重んじる茶道と現代感覚とを調和させた「暮らしの茶の湯」はきっと皆様の潤滑油となり、楽しい毎日になると確信していますので老若男女どなたも習いましょう。		

項目	華道 <span style="float: right;">No.:875</span>		
氏名	イトウ ミツコ	生年	昭和12
	伊藤 美津子	指導料	要相談
資格等	池坊中央研修学院（自由花、生花、立花、新風体（立花、生花）各教室修了）		
内容	盛花、自由花、生花、立花など、基礎から順に指導します。		

項目	華道 <span style="float: right;">No.:201</span>		
氏名	スズキ キミア	生年	昭和18
	鈴木 君亜	指導料	要相談
資格等	華道池坊指導教授、池坊中央研修学院卒業（自由花、生花、立花の教室修了）		
内容	いけ花（生花、盛花、自由花、立華、新風体、ミニ花等） 伝統的ないけ花から、生活の中での飾るいけ花など、出来あがった作品だけでなく、作る過程も楽しめるように指導を心がけています。 京都池坊花展、名古屋池坊花展、東海支部花展等のほか、子ども会、地域文化祭などの体験会の経験があります。		

項目	いけばな、ナチュラルフラワー <span style="float: right;">No.:807</span>		
氏名	トヨシマ ミヨコ	生年	昭和29
	豊島 美代子	指導料	要相談
資格等	真生流正教授		
内容	いけばなの実施、ナチュラルフラワーの実施 一人一人の個性を大切にした指導を行います。		

## 茶華道

項目	いけばな（遊心）カレッジ		No.:598
氏名	ミヤタ キクカズ	生年	昭和20
	宮田 喜久和	指導料	要相談
資格等	池坊中央研修学院（自由花・生花・立花 各教室修了）		
内容	古典のいけばなから現代アートへ、そして未来のフラワー感覚に移りゆく「伝統文化いけばな」を個人のニーズと個性に合わせて指導する中で「遊心を共に研究」し、今までなかった「いけばなの世界」をあなたに与え生活にうるおいをもたらします。このカレッジ（大学）では、初心者から経験者に至るまで科学的な方法で指導しますので安心して受講してください。指導者養成もありますので一度体験をお待ちしております。（体験無料）		

## その他

項目	逃げるが勝ちの護身術		No.:892
氏名	イトウ リュウタ	生年	昭和59
	伊藤 隆太	指導料	要相談
資格等	NG-ARTS空手教室 代表、日本防犯設備協会 認定 防犯整備士		
内容	15歳から空手を始め、歴は20年以上。最高戦績は全日本硬式空手道選手権大会ベスト8。空手指導の他、防犯設備士として防犯と護身術のワークショップ講師としても活動中。自治体や企業などでの講演多数。中高生のための居場所づくり事業での指導や青年会議所記念式典での出し物としての空手演武技術指導、演出、監修協力。既存の枠に捕らわれない指導者として、防犯と護身について丁寧にお伝えします。		

項目	銅板レリーフづくり		No.:827
氏名	コエダ オサム	生年	昭和26
	小枝 修	指導料	要相談
資格等	ものづくりマイスター		
内容	銅板の上にイラスト画を重ね、ボールペンで絵をなぞると銅板に絵が写ります。絵の周りに工具で凹凸をつけると絵が浮き上がり、きれいな銅板レリーフが完成します。作成時間は約1時間、屋内、屋外でも実施できますので、イベントなどに活用していただくと家族でも楽しむことができます。材料や工具などすべて準備しますのでぜひご利用願います。		

家庭生活

音楽

項目	鍵盤ハーモニカ	No.:843	
氏名	アソウ イツミ	生年	昭和40
	麻生 いづみ	指導料	要相談
資格等	スズキケンハモ認定講師、アンチエイジング音楽呼吸法インストラクター		
内容	小学校で使われているピアノなどの鍵盤ハーモニカを使って、気軽に音楽を楽しめます。鍵盤ハーモニカは軽量で持ち運びも楽です。いつでもどこでも場所を選びません。近年呼吸と認知症予防の関係にも注目されています。鍵盤ハーモニカを吹くことで肺も鍛えられ、音楽を楽しめて、脳トレにも最適です。		

項目	音楽（ヴァイオリン・ヴィオラ・ピアノ）	No.:148	
氏名	ショウジ ミサオ	生年	昭和20
	庄司 操	指導料	要相談
資格等	一般社団法人日本弦楽指導者協会会員		
内容	小人から大人まで、幅広い年齢の方々を対象に、ヴァイオリン、ヴィオラ、ピアノ等のレッスンをを行い、それらの楽器を用いて、クラシックからポピュラーまで色々な曲を合奏し、アンサンブルの楽しさを味わいます（ヴァイオリン、レッスン時に貸与も可）。グループレッスンも可、出張レッスンも可です。		

項目	箏（琴）、三絃（三味線）	No.:691	
氏名	スギウラ カズコ	生年	昭和22
	杉浦 和子	指導料	要相談
資格等	生田流箏曲正絃社、大師範、ファイナンシャルプランナー2級資格保持、エコ検定試験合格		
内容	和箏会主宰。小学校にて邦楽鑑賞会、老人保健施設にて箏曲演奏、公民館にて箏曲講座講師。毎年、市内や町内の芸能祭に参加。企業内（於外国人研修）邦楽鑑賞会等指導経験あり。子供から大人80歳代くらいまで幅広く、日本の伝統音楽である箏曲を指導致します。資格取得コースあり。ボランティア活動の一環として、箏曲の慰問コンサート開催。H29.12洲原ほーむ、R1.6老健ひまわり他、R4.5日本三曲名流演奏会に出演（東京国立大劇場）、R6.9尺八定期公演に出演		

項目	大正琴（琴伝流）	No.:159	
氏名	ナカガワ シュウホウ	生年	
	中川 洲峰	指導料	要相談
資格等	大正琴（師範）指導者		
内容	童謡、流行歌、フォークポップス等 数字譜で誰にでも分かりやすく指の運動、またたくさんの友達もでき、海外・国内で演奏があり、楽しい第2の人生が送れます。ぜひ皆さん私と一緒に楽しみませんか。男性の方も仲間に入ってください。 (年1回ぐらい海外演奏有り)		

音楽

項目	歌謡指導（歌謡曲、演歌、その他指導） <span style="float:right">No.:150</span>		
氏名	オカダ キクコ 岡田 喜久子	生年	昭和18
		指導料	無料
資格等	文部科学省認可、社団法人日本大衆音楽文化協会公認歌謡師範、遠藤実日本大衆音楽文化連盟公認歌謡師範		
内容	①腹式呼吸②発声の基本、発音の練習③正しいリズム、メロディをキーボードorピアノ等で指導④歌唱指導（こぶし、感情移入他）特に基礎知識をしっかり指導し、（楽器にて）楽しく明るい教室を作り、また腹式呼吸で健康作りをします。演歌、シャンソン、ポップスの新曲指導ならおまかせ下さい。生涯学習リーダー主催の新春歌声ひろばで公開レッスンの実績有り。平成29年、20周年岡田歌謡教室発表会を刈谷市総合文化センターで開催しました。		

項目	チェロ <span style="float:right">No.:866</span>		
氏名	シライ チナリ 白井 千生	生年	昭和50
		指導料	要相談
資格等	中学校教諭一種免許（音楽）、高等学校教諭一種免許（音楽）、日本弦楽指導者協会会員、刈谷音楽協会会員		
内容	弦楽器のチェロをレッスンいたします。音色を楽しんだり、みんなで一緒に演奏することを楽しんだりしましょう。3歳ぐらいから大人の方まで楽しめます。現在、音楽教室でチェロとストリングスアンサンブルをレッスンしています。		

項目	北欧アイルランドの笛「ティン・ホイッスル」 <span style="float:right">No.:921</span>		
氏名	ジンノ ヒトシ 神野 仁志	生年	昭和48
		指導料	要相談
資格等			
内容	北欧アイルランドのケルト音楽で使われる笛「ティン・ホイッスル」。リコーダー感覚ですぐに音が出せる、とてもなじみやすい楽器です。「映画」タイタニックの中で使われる曲「マイハート・ウィル・ゴー・オン」でも哀愁ある音色を醸し出しています。2オクターブ弱の範囲まで音が出せます。輸入楽器になりますが、1本1,500円程度〜と、リーズナブルな楽器で、気軽にはじめて頂けます。楽譜が読めなくても、楽器の経験がなくても大丈夫です。		

項目	ヘルマンハーブ <span style="float:right">No.:831</span>		
氏名	ヤマダ チエコ 山田 千恵子	生年	昭和37
		指導料	要相談
資格等	日本ヘルマンハーブ振興会 認定インストラクター、カルチャーセンター講師経験あり		
内容	ヘルマンハーブは、いつでも・どこでも・だれもが楽しめるドイツ生まれの楽器です。専用の楽譜を使い楽器が初めてでも演奏を楽しむことができます。高齢者・子育て支援・公民館講座等で体験付き演奏会や1曲マスター講座を行います。		

美術

項目	西洋美術史（絵画史）	No.:275	
氏名	サカベ アキヨ 阪部 晃代	生年	昭和49
		指導料	要相談
資格等	博物館学芸員、愛知産業大学西洋美術史学非常勤講師、絵画鑑賞を楽しむ会代表		
内容	美術館や展覧会に行くのは好きだけれども、「よくわからないナ」という方は、たくさんいらっしゃるはず。そんな方々に、絵を「見る」、絵を「楽しむ」ポイントを、わかりやすくお教えします。例えば、ゴッホの名作《ひまわり》は、友人の画家ゴーガンを迎えるために描かれました。それが貧しいゴッホのできる唯一のもてなしだったからです。絵の背景を知り、作品を見るとまた違った世界が広がることでしょう。さあ、絵を「見る」趣味を始めませんか？		

項目	木彫	No.:480	
氏名	スズキ トミヨシ 鈴木 富喜	生年	昭和47
		指導料	要相談
資格等	名古屋造形短期大学卒		
内容	彫刻の世界を分かりやすく。レリーフ、立体、造形の原点の勉強。自分の思う形を表現できるように。木彫を通して美術・芸術の大切さ、楽しさを。始めるきっかけは、どんなタイミングであるか分からないものです。体験を増やすことは、大きな発見があるもので、毎日の生活の中で気持ちに一服を与えてくれるビタミン剤なのかもしれません。日本伝統の獅子頭を制作。自宅工房で彫刻（木彫）など制作活動をし、子どもからお年寄りまでの教室をすることもあります。		

項目	手がよごれないパステル手形アート、パステルアート	No.:832	
氏名	オオタ ケイコ 太田 恵子	生年	昭和49
		指導料	要相談
資格等	パステルの森 手がよごれないパステル手形アート講師、カービングキャンドル講師、アメリカンフラワー師範2級、幼稚園教諭、保育士資格		
内容	手に色をつけずにあっという間に手形をとり、それを基にデコレーションして動物や花にアレンジ。ワークショップでは、自分の手形をかわいく色付けしたり、動物に変身させることができます。パステルアートも、子どもからお年寄りの方まで楽しくはがき大の絵を描くことができます。		

項目	絵画	No.:512	
氏名	オガワ キヨコ 小川 清子	生年	昭和20
		指導料	要相談
資格等	一線美術会委員、刈谷文化協会美術展洋画部会審査委員		
内容	油彩画、水彩画、風景スケッチ、子ども絵画等の指導、「わたしの刈谷展」審査委員、刈谷市民講座「スケッチ入門」「子どもデッサン」等の講師。現在、大人・子ども等の各教室を開催中。		

芸術・芸能

美術

項目	絵画（水彩画、油彩画、クレパスなど）	No.:754
氏名	カノウ タケシ 加納 健	生年 昭和10 指導料 要相談
資格等	洋画団体示現会会員（平成25年まで10年間）。現在、光風会所属。刈谷文協役員18年間	
内容	現在、櫻の会絵画教室にて会員5名に指導しています（19年目）。改組新第2回、第5回、第6回、第8回 合計4回 日展に入選。刈谷市美術館にて10回個展開催。【指導方針】各人の個性を尊重し、個人指導。小中学生も指導します。【指導料】木曜会費…4回/月6,000円※教材費負担はありません。現在会員数は4名ですが、刈谷文教展、市民文化祭を目指し、水彩画を徹底的に追求します。	

項目	日本画	No.:192
氏名	コタニ カヨコ 古谷 佳代子	生年 昭和20 指導料 要相談
資格等	刈谷文化協会審査員、日本美術院所属、あかね会・あおみ会・あさぎ会主宰代表、京都造形芸術大学日本画卒業、彩月会・梢の会講師	
内容	日本画を製作指導 日本画の初歩から順次製作指導いたします。顔彩、水干、岩絵具を使い、色紙、パネル等に描きます。風景、静物等を写生し、各種展覧会への出品指導もいたしております。市民センター等を利用し、息の長いお稽古を目指しています。	

項目	パステルアート（絵画）	No.:808
氏名	ハヤカワ ノリコ 早川 宣子	生年 昭和42 指導料 要相談
資格等	幼稚園教諭、保育士、パステル和（NAGOMI）アート正インストラクター、キッドパスインストラクター	
内容	パステルを粉状に削って、指でくるくると描くアートです。型を使って15センチ四方の小さい紙に描くので、絵心がなくても簡単に短時間で素敵な作品が完成します。通常レッスンの他にも単発レッスン、イベントもできます。障がい者施設、不登校の子ども、保護者へのボランティアもやっています。	

項目	絵手紙	No.:481
氏名	ハヤシ ミエコ 林 三枝子	生年 昭和23 指導料 要相談
資格等	日本絵手紙協会公認講師in刈谷の絵手紙教室の代表者、いきがいセンター講師（絵手紙）	
内容	絵手紙一般、巻紙、学校絵手紙 絵手紙の可能性と楽しさを伝えたいと思っています。	

## 美術

項目	筆ペンラメアート	No.:885
氏名	マツオカ カズエ 松岡 和恵	生年 昭和38 指導料 要相談
資格等	きらめく☆漢字アート認定講師、ひらがなアート認定講師、開運*日本の文様ラメアート認定講師	
内容	贈りたい方への「想い」をこめた文字に、ラメで装飾をコラボします。筆文字が苦手、絵が苦手の方も大丈夫です。文字も絵もテンプレートという味方がいます。また、日本に古来から伝わる吉祥文様を取り入れた「開運*日本の文様ラメアート」は文字を書かなくてもテンプレートを利用することで、お祝いの気持ちをお相手に贈ることができます。	

項目	パステルアート	No.:914
氏名	ユキコ 起子	生年 昭和41 指導料 要相談
資格等	パステルアート和艺术公認インストラクター	
内容	パステルはチョークによく似た画材。それを粉にして、指でくるくるお絵かきします。「上手く」より「楽しく」。好きな色で白い紙を彩るうちに、心も満たされる癒しのパステルアート。ぜひ体験してください。 基本は少人数（4名程度）で、じっくり楽しくパステルと向き合います。大勢でワイワイやりたい方はご相談ください。はがきや15センチ角の紙を使いますので、その日のうち、短時間で完成するのも魅力。大きな達成感がありますよ。	

## ガラス工芸

項目	ガラスアート	No.:557
氏名	フジイ マスミ 藤井 眞澄	生年 昭和34 指導料 要相談
資格等	ガラスアートインストラクター	
内容	安全で手軽に楽しむ事のできる新しいステンドグラスです。フォトフレーム、コンパクトミラー、ティッシュボックスなどを作ってみませんか？ PTA、婦人会、各種イベントでの講師や1日体験会も大歓迎です。	

## 革工芸

項目	革工芸	No.:483
氏名	センボクヤ カズコ 仙北屋 和子	生年 昭和26 指導料 要相談
資格等	クラフト講師資格育成 クラフト学園一級認定講師	
内容	カービング、電気ペン、刻印（スタンピング）他。「革」は私達生活の身近な素材として様々な活用がされています。革の特性を生かし、どなたにも手軽で簡単に取り組めます。老若男女を問わず、また定年後の趣味に、経験者は高度な技術を取り入れた作品を指導します。資格を取得されたい方は、相談に応じます（クラフト学園2級認定講師資格まで出すことができます。体験学習随時受付中）。手先の作業なので、簡単なリハビリにも効果があります。	

その他

項 目	廃材クラフト	No.:210	
氏 名	スズキ ミネコ 鈴木 美根子	生 年	昭和38
		指導料	要相談
資格等	講座歴27年、ヘルパー歴18年		
内 容	<p>廃材（布、壁紙など）や安価な材料を使って、季節の小物・使える小物を作ります。材料費は100円～500円くらいで、主催者の方と開催する行事の内容を決めます。学校行事、婦人教室、イベントなどのプチ講座としてやっています。ヘルパー18年の職務を生かし、作り方を工夫し小さい子や障害・老人施設での教室も行っています。</p> <p>手作りは、完成した喜びはもちろん手先の運動、脳の運動にもつながります。</p>		

項 目	しめ縄・正月飾り（アレンジ）	No.:285	
氏 名	スズキ ミネコ 鈴木 美根子	生 年	昭和38
		指導料	要相談
資格等	講師歴27年、ヘルパー歴18年		
内 容	<p>和布、帯、木の実などを使ったしめ縄のアレンジ教室です。初心者向けの教室ですので、簡単なコツを取り入れて2時間ほどでアレンジし、仕上げます。材料費は500円～2000円で、主催者の方と相談して決めます（見本を見て検討していただいた後に、作品と材料費を決める事もできます）。学校行事では、校庭にある木の実などを使って作ります。他にも婦人教室、イベント、市の講座などをやっています。多い人数も可能です。</p>		

項 目	世界でただ一つの手作り絵本作り	No.:862	
氏 名	フジタ アキコ ふじた あきこ	生 年	昭和37
		指導料	要相談
資格等			
内 容	<p>子供の頃の絵は一生の宝物です。そんな何気ない絵と自由な文章でも“世界でただ一つ”手作り絵本が作れます。文章が苦手な人も、絵が苦手な人も大丈夫！まずは4ページくらいから始めて、コツが分かれば長編も作れます。絵本の大きさも自分の好みで決めたり、とても簡単です。</p> <p>①全体の構成決め ②文と絵の配置 ③絵本の製本も自分で！ ④表紙をつけのりが乾いたら完成です！</p>		

## スポーツ

項目	バスケットボール	No.:878	
氏名	コジオ ノリユキ 小椎尾 紀行	生年	昭和44
		指導料	無料
資格等	JBA公認コーチC級ライセンス、JBA公認審判C級ライセンス、日本スポーツ協会スポーツリーダー		
内容	ミニバスケットボール指導歴12年。子ども達の個性を生かし、スポーツの楽しさ、仲間の大切さを伝えていく。毎回練習内容を変えて毎日ワクワクさせる、毎回考えさせる、毎回達成感を持たせる。あれこれ指示はせず、自分の考えで失敗させる。そこに導くように指導する。まずは私自身がバスケットを楽しみ、子ども達と一緒に同じ目線でプレイするように心がけている。		

項目	運動全般、バスケットボール	No.:912	
氏名	ツルタニ カオリ 鶴谷 かおり	生年	昭和58
		指導料	要相談
資格等	JSP0公認ジュニアスポーツ指導員、STARスポーツリズムトレーニングDF、チャイルドカウンセラー、自己肯定感育成コース修了		
内容	2003～2009デンソーアイリス所属、2年間キャプテン経験。 2021年より子どもたちの運動や体験を通して成長をサポートする活動を立ち上げる。 実績：地域清掃を取り入れた清走中、トランポリン貸切利用、バスケット教室、バレエ教室、ソフトボール教室、リズム運動、大運動会、おこめづくり、フラワーアレンジメント、手前みそ作り、ヨガ、バランスボール教室等。		

項目	テニス	No.:941	
氏名	センダ コウダイ 千田 耕大	生年	昭和58
		指導料	無料
資格等			
内容	学生時代にテニスコーチ経験6年有り。小中学生、一般、シニアのクラスを担当していました。球出しやラリー等一通り対応できると思います。		

項目	ソフトテニス	No.:910	
氏名	ツゲ ヒトミ 柘植 ひとみ	生年	昭和43
		指導料	要相談
資格等			
内容	経験者から初心者の中学生の方々を教えています。		

スポーツ

項目	卓球、パラ卓球	No.:857	
氏名	ヒキダ ノリヨ 足田 賀代	生年	昭和40
		指導料	要相談
資格等	卓球4段、日本体育協会公認卓球指導員、ジュニアスポーツ指導員、日本障がい者スポーツ協会公認中級障がい者スポーツ指導員、認知症予防支援相談士		
内容	指導歴27年程（戦型カットマン）初心者～全日本選手育成、練習相手等、ご希望にあった指導をいたします。・障がい者様出張レッスンもしています。・登校拒否、ひきこもりがちな方、卓球の療法により軽快快復された例も多数あります。・自身の経験や得た知識が皆様のお力になれば幸いです。 （お1人さま～グループレッスンまで）※年齢不問 お気軽にご相談ください。		

項目	柔道	No.:943	
氏名	マエ ヤスユキ 前 保幸	生年	昭和43
		指導料	要相談
資格等	全日本柔道連盟 A級指導員、全日本柔道連盟 A級審判員、中学・高校教員免許（保健体育）		
内容	幼児から一般までの幅広い世代に柔道の指導を行っております。 ・刈谷市柔道教室（幼児～中学生） ・安城クラブ（幼児～社会人） ・至学館大学（大学生） ・豊田自動織機（社会人）		

項目	弓道	No.:302	
氏名	エノモト チヨコ 榎本 千代子	生年	昭和19
		指導料	無料
資格等	弓道教士七段、公認上級スポーツ指導員（弓道）		
内容	初めての人から五段くらいまで、弓道一般的知識 体育館弓道場で稽古しています。19時～21時まで月火木金、弓具を持っている方は弓道ができる服装をしてきてください。ない方は一度お問い合わせ下さい。 応相談。		

項目	弓道	No.:303	
氏名	エノモト ミキオ 榎本 幹夫	生年	昭和24
		指導料	無料
資格等	教士七段、公認上級スポーツ指導員（弓道）		
内容	初心者から五段くらいまで、射技・基本動作・その他一般的知識 弓道初心者の皆さん、一緒に弓を引きましょう。未経験の人で弓を引いてみたいと思う人、一度弓道場をのぞいてみてください。弓道を通じてお仲間になり、楽しく過ごしましょう。 弓道経験者で現在休んでいる方、再び始めてみませんか？ 弓道場で待っています。		

## スポーツ

項目	空手道・居合道	No.:711	
氏名	コンドウ テツオ 近藤 鉄郎	生年	昭和37
		指導料	要相談
資格等	全日本空手道連盟公認 四段位、戸山流居合道 五段位、中国武術 五島流 五段位		
内容	中国より伝承の武術と日本の伝統空手、そして居合についてお教えいたします。子供達の健全育成はもとより、大人の方の生涯スポーツの選択肢として始めるのも良いと思います。自然に武道特有の凛とした精神とシャープな身体になっていく自分に驚くでしょう。毎週月曜日19時より、井ヶ谷町北集会所にて練習があります。一度見学に来てください。		

項目	少林寺拳法	No.:334	
氏名	コメダ マサヒロ 米田 正寛	生年	昭和30
		指導料	無料
資格等	刈谷南道院道院長、刈谷中部道院道院長、刈谷市少林寺拳法連盟 理事長、准範士六段、1級考試員、1級審判員		
内容	親子教室、護身術教室（講習会）、体験教室 小学校低学年から高齢者まで、受講者の年齢や体力に応じて、またご希望に応じて講習会や体験教室を開催いたします。各種行事やイベントへ出演協力。アトラクションとして少林寺拳法の演武を披露することができます。気軽に声をかけてください。		

項目	マラソン、プロギング	No.:895	
氏名	イケガミ ケンイチ 池上 健一	生年	昭和50
		指導料	要相談
資格等	ランナーズマイスター、ランドマークパーサー検定、ランドマークエキスパート検定、ランニング食育検定1級、プロギングリーダー		
内容	指導内容：マラソン、プロギング。 マラソンは、サブ3.5です。パーサーを引き受けることができます。 プロギングは、ジョギングとごみ拾いを組み合わせたエクササイズです。毎月各地でイベントを実施しています。		

項目	陸上競技中長距離(ロード、マラカ含)及びランニング 基礎指導等	No.:896	
氏名	サトウ マドカ 佐藤 円	生年	昭和42
		指導料	無料
資格等	日本スポーツ協会公認スポーツコーチングリーダー資格、アシスタントマネージャー資格、ジュニアスポーツ指導員資格、中学校・高等学校教諭一種免許（保健体育）、特別支援学校二種免許		
内容	刈谷市を拠点とする市民ランニングクラブ「I.A.R.C」代表。箱根、全日本大学駅伝出場、実業団での経験を生かし、中高大学生、社会人対象に中長距離走競技力向上を目的に指導。中部実業団対抗駅伝にクラブチーム公式初出場、リレーマラソン日本選手権三連覇、全日本実業団陸上出場、愛知・東海陸上選手権、マラソン、駅伝大会等優勝、入賞実績有。県内外の高校、大学、クラブチーム、市民ランナーとの交流も盛んで、その中でランニング指導実施中。		

スポーツ

項目	陸上競技中長距離(ロード、マラソン含)及びランニング 基礎指導			No.:897
氏名	ハットリ ヒデヒト	生年	昭和45	
	服部 秀仁	指導料	無料	
資格等	日本スポーツ協会公認スタートコーチ(陸上競技)資格、スポーツコーチングリーダー資格、アシスタントマネージャー資格、ジュニアスポーツ指導員資格			
内容	愛知学院大学陸上競技部中長距離ブロックコーチ、刈谷市を拠点とする市民ランニングクラブ「I.A.R.C」統括コーチ。選手として全国高校駅伝、ニューイヤースタート出場、実業団チームでの経験を生かし、高校生、大学生、社会人の中長距離走競技力向上を目的に指導。県内外の高校、大学、クラブチーム、市民ランナーとの交流も盛んで、その中でランニング指導も実施中。			

項目	社交ダンス(サルサ、コグニダンス、ルバ、ワルツ、タンゴ等)			No.:511
氏名	ヤマハタ タダヒサ	生年	昭和23	
	山畑 忠久	指導料	無料	
資格等	日本ボールルームダンス連盟(J.B.D.F)、プロフィショナルダンス教師1級、ジュニア指導員、試験審査員2級、日本コグニダンス協会副会長、日本コグニダンス協会正会員			
内容	社交ダンスは全身のバランス運動で特に後退歩があり、それに伴った筋肉を使用するという点では、他に例をみないスポーツです。今岡町に「ダンススタジオヤマハタ」を開設。団体レッスンを企画の際には応相談。毎週土曜日午後1時30分～2時30分に、大府市長寿医療研究センターにて認知症予防の効果が証明された「コグニダンス教室」をいち早く実施。空き日時は、火・水・木・金の午前中、火～金の午後、月・木・金の夜間。遠慮なくご連絡ください。			

項目	フラダンス指導(シニア・一般)			No.:813
氏名	イワマ ユウコ	生年	昭和27	
	岩間 裕子	指導料	要相談	
資格等				
内容	現在「ひまわり」の講座を担当させていただいています。東刈谷市民センターでの教室で指導しています。一般・シニアまで分かりやすく、丁寧に指導します。私自身はフラ歴20年以上。コンサートに多数出演。さまざまな大会で優勝や入賞しています。			

項目	ダンス、フィットネス			No.:879
氏名	カゼオカ ミサ	生年	昭和63	
	風岡 美沙	指導料	要相談	
資格等	日本女子体育大学舞踊学専攻卒業			
内容	ジャズダンス(3歳～)、コンテンポラリーダンス(3歳～)、コンタクトインプロヴィゼーション(年齢制限なし)。エアロビクスなどの室内トレーニングもできます。聞き慣れないジャンルですがお気軽にご連絡ください。			

## スポーツ

項目	フラダンス	No.:814	
氏名	カンダ ハルエ 神田 春江	生年	昭和40
		指導料	要相談
資格等	介護福祉士		
内容	現在東刈谷市民センターの夜のクラスで指導しています。 一般の方から高齢者対象です。お勤め帰りの方が多数参加されています。 フラを初めて始められる方でも楽しんでいただけるように丁寧に指導させていただきます。コンサートに多数出演。東刈谷市民センターでの講座経験有ります。		

項目	フラダンスの指導 ケイキ（子供）～子育てママ～シニア	No.:816	
氏名	フカイ ユカリ 深井 ゆかり	生年	昭和36
		指導料	要相談
資格等	2021年3月まで 知立文協理事、2021年4月より 刈谷文化協会フラダンス部部长		
内容	子どもから高齢者まで分かりやすく丁寧に指導します。また、初心者から中級者まで幅広く指導します。特に乳幼児を連れてのママのためのフラや、子供と一緒にレッスンをする親子フラなどの経験があります。 私自身はフラ歴20年以上。コンサートに多数出演。 さまざまな大会でも優勝や入賞しています。		

項目	フラメンコ 舞踊	No.:463	
氏名	ヨコシ ユカコ 余越 由佳子	生年	
		指導料	要相談
資格等	日本フラメンコ協会会員、舞踊歴26年		
内容	舞台、イベント等、振り付けも行っています。教授活動は、基礎からゆっくり楽しく学んでいける工夫された内容のため、全く体を動かしたことがない方でも踊っていただけます。美しい姿勢で情熱の音楽にのせて、体を動かしていきましょう。舞踊団では、ボランティアのミニステージなども開催しています。 お気軽にお問合せください。		

項目	水泳	No.:804	
氏名	シライ ヒロナリ 白井 尋也	生年	昭和55
		指導料	要相談
資格等	日本スポーツ協会公認水泳教師		
内容	初心者、初級、中級レベルへの指導可能。 競技会参加のサポート可能。		

スポーツ

項目	スポーツ			No.:898
氏名	イシダ アキヒロ	生年	平成4	
	石田 彰宏	指導料	要相談	
資格等	教員免許（中学・高校数学）			
内容	子どもや親子のスポーツ教室。 学校で働いている経験から、子どもとふれ合うことに十分な自信があります。			

項目	スポーツウエルネス吹矢			No.:745
氏名	カミヤ トモエ	生年	昭和34	
	神谷 智枝	指導料	要相談	
資格等	（一社）日本スポーツウエルネス吹矢協会上級公認指導員資格、障がい者サポート公認指導員、刈谷翼支部長、スポーツウエルネス審判員資格			
内容	スポーツウエルネス吹矢は円形の的めがけて、息をつかって矢を放ちます。高い運動能力や腕力はいりません。腹式呼吸をベースにしたスポーツウエルネス吹矢式呼吸法で集中力、精神力がUPします。スポーツウエルネス吹矢は安全な健康スポーツです。“健康と生きがい作りに”人と出会い、仲間と集う、スポーツウエルネス吹矢を通して充実したセカンドライフを目指します。“楽しくなければ吹矢じゃない”をモットーに指導を行います。			

項目	子どもに関する項目・運動・リズム			No.:902
氏名	カワノ マユミ	生年	昭和56	
	河野 真弓	指導料	要相談	
資格等	保育士、全国保育サービス協会認定ベビーシッター、普通自動車免許			
内容	現在、保育士として働きながら、刈谷南総合スポーツクラブのバスケット教室にて補助指導員として活動しています。 障害児保育の経験もあります。			

ニュースポーツ

項目	スポーツ			No.:942
氏名	コンドウ ヨシオ	生年	昭和39	
	近藤 義夫	指導料	無料	
資格等	スポーツ推進委員協議会会長			
内容	ニュースポーツ指導。 （ソフトバレーボール、ファミリーバトミントン、ボッチャ、ミニテニス） ノルディックウォーキング指導。			

## レクリエーション

項目	レクリエーション	No.:911	
氏名	ハヤセ ミチハル 早瀬 道治	生年	昭和22
		指導料	要相談
資格等	日本レクリエーション協会公認レクリエーションコーディネーター		
内容	ウォークラリー、トレジャーハンティング、キャンプ、追跡ハイキング、野外ゲーム、アウトドアクッキング、イニシアティブゲーム、クラフト、ハイキング、グループワークトレーニング、バス内レク、室内ゲーム、レクソング。		

## 体操

項目	認知症予防音楽体操	No.:842	
氏名	アソウ イヅミ 麻生 いづみ	生年	昭和40
		指導料	要相談
資格等	一般財団法人国際技能技術振興財団認知症予防音楽ケア体操指導員リーダー、アンチエイジング音楽呼吸法インストラクター		
内容	認知症予備軍と言われている方も、音楽・体操・脳トレなどを同時に2つ以上の行動することで、認知症に移行することを防ぐ効果があります。医学的にも証明されているメソッドを用いて、難しい理論はさておき楽しく歌ったり踊ったりします。あっという間に時間が過ぎて帰るときにはみんな笑顔。心も体もポッカポカです。		

項目	健康体操、ヨガ、ピラティス、筋膜ストレッチ	No.:872	
氏名	イトウ アケミ 伊東 明美	生年	昭和50
		指導料	要相談
資格等	健康運動指導士、健康運動実践指導者、愛知県健康づくりアドバイザー、レクリエーションインストラクター、ピラティスインストラクター他、		
内容	今までヨガやピラティスを中心に指導してまいりましたが、現在は「関節にやさしい、ゆるふわストレッチ」をテーマに筋膜に着目した筋膜リリースを指導させて頂いております。え？これだけ？と思うほど簡単なストレッチで、その場で効果がすぐに実感できる不思議なストレッチです。膝や腰、股関節が悪い高齢者でも安心してできるとご好評頂いております。ご興味がございましたら是非一度ご体験してみてください。		

項目	健康体操	No.:858	
氏名	イトウ アツコ 伊藤 敦子	生年	昭和34
		指導料	要相談
資格等	中・高等学校保健体育教諭、一般体操指導員、健康運動指導士、日本ゴルフ協会JSAインストラクター、エグスキュートレーナー、JCCAアドバイザー、姿勢調整セラピスト		
内容	高校教員を経て社会体育に転向し35年、健康体操の指導、研究に努めてきました。指導内容は主に健康体操ですが、音楽に合わせて動くリズム体操やジャズ体操、ストレッチや筋力トレーニング、小さなボールを使っのエクササイズ、エグスキュー等、楽しく汗をかく事から体を整え、鍛える事まで健康長寿に必要な運動を行います。対象者も子供から高齢者まで幅広く、又オリジナル体操の制作も行います。		

## ストレッチ

項目	一生歩ける体づくり・筋膜リリース&シニア筋トレ			No.:907
氏名	オオバ カナエ	生年	昭和55	
	大場 佳苗	指導料	要相談	
資格等	筋膜リリースセラピスト、疲労回復インストラクター、保育士、ハンドメイド・クリエイター			
内容	一生元気に歩ける体づくり。足をほぐして関節に負担をかけない体づくり。全身の筋膜リリースで腰痛、肩凝りなど痛みを解消。シニア筋トレで体幹づくり。肩甲骨剥がしなどで老廃物を流す。フェイスUP、ほうれい線改善。腸もみ、笑いヨガも取り入れ、免疫力を上げるメニューが盛りだくさんです。筋肉は何歳からでも進化します。みんなで元気になりましょう。西尾市では1年前から女性、メンズ教室や講座を開催。とても人気です。			

## エアロビクス

項目	エアロビクス・キッドビクス・健康体操（高齢含）			No.:360
氏名	ヤマナカ サユリ	生年	昭和37	
	山中 佐百合	指導料	要相談	
資格等	MWMスーパーインストラクター、健康体操指導士、ラジオ体操指導員			
内容	音楽を使い安全で効果的な有酸素運動を行います。 エアロビクス、親子でキッドビクス、健康体操（生活習慣の改善）。 高齢者の方の介護予防のための体操教室もっております。			

## ヨーガ

項目	ヨーガ療法（ヨーガセラピー）			No.:416
氏名	タナベ マキコ	生年	昭和43	
	田邊 真紀子	指導料	要相談	
資格等	（一社）日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士、インド政府ヨーガ指導者資格試験レベル2ヨーガ教師資格取得、ヨーガ・セラピスト			
内容	WHOが規定するヨーガ指導に準拠して、ヨーガをセラピーとして指導しております。ヨーガセラピーは、伝統的ヨーガと医学と科学を結びつけたヨーガの技法です。身体感覚に意識を向けて行うので、年齢や経験、疾患の有無を問わず安全に実習することが可能な心身健康促進プログラムです。体操で筋力・心肺機能をアップ、呼吸法や瞑想法で自律神経の安定、内分泌系や免疫機能の向上、ストレッチ、心の落ち着きなどの精神的な健康の向上が期待できます。			

項目	健康体操、骨格ワーク、骨格アプローチヨガ			No.:906
氏名	ニシヤマ スミコ	生年	昭和54	
	西山 寿美子	指導料	要相談	
資格等	看護師、ヨガインストラクター(RYT200)、骨格ボディメイクセラピスト			
内容	体の土台である骨格にアプローチすることで体の軽さや動かしやすさの変化を味わうことができます。骨格ワークは簡単なワークなので、小学生から年配の方まで行えます。（椅子を使ったワークもあります） 予防医学として、ケガをしにくい健康な体づくりを目指しています。 知立市では、身体障害者福祉センター講座の椅子ヨガ、老人福祉センター講座の椅子ヨガをやらせていただいています。			

## ヨーガ

項目	ヨーガ			No.:753
氏名	ニワ ヨシコ	生年	昭和29	
	丹羽 芳子	指導料	要相談	
資格等	シヴァナンダヨーガ認定講師（ベーシック～シニア）、全米アライアンス200H取得			
内容	<p>ヨーガ講師として16年のキャリアを持ち、文化センター（中日、NHK）や企業健保組合を担当した。</p> <p>現在は世界的なヨーガ団体であるシヴァナンダヨーガの認定講師として楽しくクラスを指導中。</p> <p>ヨーガを通して心を楽しく、体を楽にしませんか？</p>			

## ヨガ

項目	ヨガ			No.:886
氏名	スズキ ノリコ	生年	昭和48	
	鈴木 範子	指導料	要相談	
資格等	MBYメディテーションブリージングヨガ			
内容	<p>2019年にタイのバンコクで資格を取りました。帰国後2020年1月から刈谷市の刈谷東スポーツクラブのヨガ講座の講師をさせてもらっています。初心者が中心の教室で、皆様と和気あいあい楽しくやっています。もっと活動の場を広げたいと思い、場所も時間も融通を利かせ音楽に合わせてヨガをしたり生徒さんに合わせて内容を変えてヨガをしたいと思います。希望があればどこへでも出張いたします。オフィスヨガも興味があります。</p>			

項目	ヨガ			No.:664
氏名	スズキ ユキ	生年	昭和51	
	鈴木 友紀	指導料	要相談	
資格等	全米ヨガアライアンス200取得			
内容	<p>リラックス系のヨガ、骨盤調整ヨガ、少し動きたい人向けのパワーヨガ等、ご希望にあわせたヨガを行います。お子様連れも可能です。ヨガでリフレッシュし、心と身体を整えて健康な毎日を送りましょう。</p>			

項目	ヨガ			No.:944
氏名	タジマ カオリ	生年	昭和51	
	田島 香織	指導料	要相談	
資格等	全米ヨガアライアンスRYT200 筋調整ヨガ指導者養成講座修了 実践ヨガ解剖学講座マスターコース修了			
内容	<p>ヨガは体の機能を向上させる効果が期待できメンタル面では、ストレスが軽減されリラックス効果が得られます。そんな素晴らしいヨガの恩恵を感じてほしくてレッスンを開催しています。レッスンは初心者や体の硬い方に配慮しながら行う予定です。ヨガの種類はハタヨガ。ヨガレッスンを受ける方に合わせて内容を考えますのでお気軽にお問い合わせください。</p>			

## ヨガ

項目	ヨガ、ストレッチ	No.:856	
氏名	ツクマ トモコ 津熊 知子	生年	昭和47
		指導料	要相談
資格等	YRT200(全米ヨガアライアンス200)、健康運動指導士		
内容	ヨガは、シニアヨガ、イスヨガなども出来ます。普段は、ウイングアリーナ刈谷でヨガのレッスンをしています。(火曜日20:05~21:05、木曜日9:45~10:45)		

## ピラティス

項目	ピラティス・靴の選び方・履き方・ウォーキング	No.:915	
氏名	オガワ チエミ 小川 智恵美	生年	昭和48
		指導料	要相談
資格等	Basiマットピラティスインストラクター、シューフィッター(バチエラー・幼児子ども)		
内容	こんにちは!シューフィッター兼マットピラティスインストラクターとして、「足は健康の土台」を大切に活動しています。「人生最後の日まで自分の足で歩く」を目標に、靴選びや足のケア、体の使い方を通じて、生き生きとした健康な体作りをサポートします。専門知識を生かし、楽しく前向きに取り組めるレッスンを提供しています。足元から健康を整え、一緒に楽しく歩ける未来を目指しましょう!		

項目	ピラティス・ストレッチ	No.:723	
氏名	オジマ チヨミ 尾嶋 値預美	生年	昭和35
		指導料	要相談
資格等	PFAベーシック マット インストラクター、PFAアドバンス マット インストラクター		
内容	胸式呼吸法で正しいポジションをとり、センターを意識しコントロールして手足の動きで負荷をかけ、日頃使っていないインナーマッスを鍛えていきます。動きはゆっくりでどなたでもできます。腰痛・肩こりなど改善し、又、ストレッチで怪我や痛みのないしなやかな体作りをし、年齢を重ねても健康で素敵なBodyでいましょう!サークル・ワークショップ・イベントなど、お気軽にご相談ください。SMSでの問い合わせでもお待ちしております。		

項目	フェイスエクササイズ・ピラティス	No.:758	
氏名	トミイ エミ 富井 恵美	生年	昭和51
		指導料	要相談
資格等	英国予防医学機関公認フェイスエクササイズインストラクター、FTPベーシックピラティスインストラクター		
内容	フェイスエクササイズは、ムクミ・タルミ・シミ・シワや目があけにくい・口が開きにくい・のみこみにくいなどにもいいエクササイズです。ピラティスは、身体の深層筋を使いながら軸を意識することで姿勢を整えていくエクササイズです。2つのエクササイズともに呼吸にあわせて動くことで、自律神経や脳にも良い影響を与えます。		

## ピラティス

項目	ピラティス			No.:771
氏名	ナカガワ ユリコ	生年	昭和40	
	中川 ゆり子	指導料	要相談	
資格等	AFTA PIC認定、キネシオロジータッチフォーヘルス公式クラスLevel1~4			
内容	日々の体の使い方やくせで腰痛や肩こりになってしまいます。ピラティスはそんな悩みを解消していきます。骨盤を安定させたニュートラルな状態で無理のないエクササイズをしていくことで、本来の自分の自然な体バランスを体感していきます。自分の体の思い込み、くせをどんどん外して、元々の美しいバランスに戻りましょう。			

## 太極拳

項目	太極拳・気功・カンフー			No.:876
氏名	シャー ミカ	生年	昭和40	
	謝（齋藤） 美花	指導料	要相談	
資格等	太極拳世界チャンピオン、太極拳九段、世界太極拳連盟副理事長、太極拳国際ジャッジ			
内容	初心者でも楽しく、本場の太極拳を教えます。美容・健康長寿・ダイエット・身体柔軟など、優しく丁寧にみなさんの健康づくりをサポートします。中華民国太極拳總會より太極の花の称号を賜かりました。			

項目	太極拳			No.:861
氏名	ヒラノ シンタロウ	生年	昭和26	
	平野 新太郎	指導料	要相談	
資格等	日本武術太極拳4段、日本武術太極拳A級指導員			
内容	年齢を問わず気軽に運動できます。初心者の方大歓迎。初歩より丁寧に指導します。体力づくりをしながら24式太極拳、カンフー体操、太極扇など楽しく学びませんか。現在、刈谷西部市民館で教室を開いています。無料体験を実施しています。			

## アロマテラピー

項目	アロマテラピー、スキンケア、ボディケア、メイクアップ			No.:680
氏名	ササキ タエコ	生年	昭和51	
	佐々木 多恵子	指導料	要相談	
資格等	AEAJ認定アロマテラピーインストラクター、メディカルハーブコーディネーター、環境カオリスト			
内容	天然の植物の香りを使い、心と体を豊かで健康的な生活を送る活用法をお伝えしています。アロマテラピーの他にもオーガニックやナチュラルスキンケア、メイク等美容や健康に役立つ知識をお教えします。専門学校や企業でのセミナーをはじめ、小学校~大学や、子育て支援センターでの講座経験もあり、幅広い年齢層に香りの世界を広めています。ご自身の健康や美容、そして周りの方への癒しを届ける人になりましょう。			

その他

項目	ハンドトリートメント、フット・ヘッドマッサージ、手作り石鹸、アロマケア全般			No.:853
氏名	アワタ ミワ 栗田 美和	生年	昭和45	
		指導料	要相談	
資格等	JAA認定アロマインストラクター、JAAハンドトリートメント検定トレーナー、介護アロマセラピスト			
内容	アロマ（天然植物の香り）の癒し効果を追求し、香りを嗅ぐことによる心の変化、肌に塗布することやマッサージによる心地良さなど、体験を重視した楽しい講座を企画提案しています。アロマを生活の中に活用する方法や気軽に出来るセルフケア、肌に上質で安心安全な美肌石鹸教室も人気です。講師歴16年、各種加チャースクール講座や企業での講演、社協、小・中学校などの講座経験多数です。			

項目	フィットネス（スタジオ、プール）			No.:927
氏名	イワタ マキ 岩田 麻希	生年	平成4	
		指導料	要相談	
資格等	中学校教諭一種免許状（保健体育）、高等学校教師一種免許状（保健体育）、地域スポーツマネージャー、日本語教師養成講座420時間修了			
内容	人と関わること、体を動かすことが大好きです。フィットネスインストラクター歴が10年あります。スタジオではボクシングエクササイズやHIITトレーニング、高齢者の方の簡単体操やダンスを、プールではベビーのクラスから大人の泳法クラスとアクアビクスを担当してきました。運動を通して、体を動かすことの楽しさを伝え、できた時の喜びや達成感を共有し、人生をより豊かにしていくお手伝いをしたいと思っています。			

項目	アロマケア、リンパマッサージ、ベビーマッサージ			No.:714
氏名	クメ ユキコ 桑 由紀子	生年	昭和44	
		指導料	要相談	
資格等	ロイヤルセラピスト協会認定ベビーマッサージ講師、MDA認定リンパセラピスト、日本アロマセラピー統合医学協会認定アロマインストラクター			
内容	手、足、頭のマッサージ講座は、大切な家族に簡単な施術が出来るようになります。セルフケア講座は手、足、肩、頭のマッサージを学びます。全ての講座でアロマ精油を使用し、アロマの知識を学びます。入浴剤、ルームスプレー、ジェルポット等アロマ精油を使ったクラフト講座開催。親子でのマッサージ講座も開催可能。ベビーマッサージはママと赤ちゃんのふれあいにより赤ちゃんの心と体に良い影響を与え、ママの自信にも繋がります。			

項目	ボウリング			No.:837
氏名	シモザワ トシノリ 下澤 敏伯	生年	昭和29	
		指導料	要相談	
資格等	日本スポーツ協会のボウリング指導員、全日本ボウリング連盟（JCB）第3種審判員			
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>刈谷市ボウリング連盟主催大会（年4回）の審判（選手兼）</li> <li>稲沢グランドボウルで毎年3月に行われる全日本ボウリング選手権の審判の手伝い</li> <li>愛知県ボウリング連盟及び全日本ボウリング連盟（JBC）主催の稲沢グランドボウルにて行われる全国大会の審判及び運営の手伝い</li> </ul>			

## その他

項目	健康力アップ講座			No.:933
氏名	タカギ マユ	生年	平成2	
	高木 麻有	指導料	要相談	
資格等	日本カイロプラクティック連合会上級カイロプラクター、美容カイロエステシャン、食生活アドバイザー3級			
内容	基本的には、姿勢と病気の関連をはじめ、今後も健康的に過ごすための秘訣をお話しします。生活習慣と簡単なコツを踏まえます。健康に関することで知りたい内容に合わせてお話しすることが可能です。体験型で各々の姿勢チェックや簡単な体操をすることもできます。(カイロプラクティックの考えを用います)			

項目	メンタルトレーニング、マインドフルネス			No.:787
氏名	ツヅキ ケイジロウ	生年	昭和44	
	都築 圭二郎	指導料	要相談	
資格等	キャリアコンサルタント、産業カウンセラー			
内容	心を整える事により最高のパフォーマンスを引き出すと言われ、トップアスリートや有名企業も取り入れているメンタルトレーニング法、マインドフルネスの指導。メンタル面の不調の改善や予防に役立つと言われています。			

項目	暮らしに役立つ健康講座・健康体操			No.:619
氏名	ニイノミ ダイジュ	生年	昭和57	
	新実 大樹	指導料	要相談	
資格等	健康管理士一般指導員、日本カイロプラクティック連合会、優秀A級カイロプラクター			
内容	小規模でも多人数でもOKです。会の主旨に沿って講義を30分、参加型運動を20分がベースとなります。私自身資格を取る以前は仕事柄、慢性の腰痛持ちで、患者として治療に通っていた経験を生かしてお話していきます。運動指導会等の継続レッスンもいたします。			

項目	意身功			No.:295
氏名	ニエダ カオリ	生年	昭和31	
	新江田 かおり	指導料	要相談	
資格等	意身功学院師範			
内容	中国伝統の気功法をとり入れた体の弱い方、年配の方にも無理なくできる運動です。			

その他

項目	介護予防について（講習、実技）			No.:839
氏名	ヤスコウチ ノリコ	生年	昭和35	
	安河内 典子	指導料	要相談	
資格等	健康運動指導士、歯科技工士、介護予防指導士。東海医療科学専門学校作業療法科非常勤講師			
内容	介護予防について必要な運動機能の維持、栄養ケア、口腔ケアについての講習を行います。健康運動指導士として運動の実技、歯科技工士として口腔の話、トータルで介護予防と備えをして頂く。対象は中高年から高齢者まで。「健康は二足歩行と噛めること」をテーマに解りやすく指導しています。運動から考える認知症予防、自宅で簡単介護予防体操、いすエクササイズ、転倒予防教室、いすストレッチ等。健康づくりボランティア、デイサービスでの運動、ケアマネジャー、介護ヘルパーの講師も担当致します。			