

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
1	0101	家庭生活	生活知識全般(法律相談、マナー等)	終活・相続セミナー エンディングノートの書き方、 遺言の書き方、もめる相続、 もめない相続	島田市内、川根本町、 藤枝市	9時～19時	終活、相続のことを 気にしている方	セミナー及び個別 相談可能	セミナー、初回相談は無 料	クワラ 栗原 ヒサト 久人	理想の相続とは、故人に遺族が感謝していること、遺族が笑顔で仲良くつないでいけることです。また、理想の終活(理想の人生のしまい方)を考えることで今後の人生が楽しくなります。そのためのお手伝いをしています。
2	0101	家庭生活	生活知識全般(法律相談、マナー等)	資産形成(お子さまの教育費、 老後資産)などについて	島田市内	平日、土日可 応相談	特になし 独身、既婚、お子さまのいるご家庭	プロジェクターの使用 できる場所	基本無料 必要に応じて相談	ハットリ 服部 リョウスケ 隆祐	将来のお金に関する不安、漠然と抱えていませんか。わからないこと、どんなことでも聞いてください。
3	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、 教育、遊び、情操、しつけ等)	親子で楽しむリトミック	島田市及び近隣地域	平日9時～12時 土日応相談	未就園児と保護者		講師料5,000円	スズキ ユミ 鈴木 由美	音楽に合わせて、楽しみながら音感・リズム感が身につくリトミック。子供たちが成長していく上で必要な力をつけながら、一緒に楽しみましょう。
4	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、 教育、遊び、情操、しつけ等)	ベビーリトミック	島田市及び近隣地域	平日9時～12時 土日応相談	首座りから1歳までの お子様と保護者	持ち物 バスタオル	講師料5,000円	スズキ ユミ 鈴木 由美	音楽に合わせて親子で触れ合ったり動いたりしながら、お子様の耳や脳、心を育みます。笑顔いっぱい、一緒に楽しみましょう。
5	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、 教育、遊び、情操、しつけ等)	シニア・子どもリトミック 音楽にふれながら年齢身体 に合わせた音楽療法	島田市内	9時～15時の間の1時間 ～2時間	幼児～高齢者		講師料5,000円	モリカワ キョウコ 森川 恭子	音楽にふれながら心身健康増進の向上を目指します。笑い楽しみながら脳の活性化に挑戦!
6	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、 教育、遊び、情操、しつけ等)	健康維持、親子ふれあい、 美容、ストレス解消のための ヨガ ストレッチ、体操(イス可能)、 呼吸法、マタニティヨガ	島田市内	日中 (浜松から出発して間に 合う時間)	一般男女、妊婦さん(マタニティ ヨガ)、母子(親子ストレッチ)、 高齢者(イスを使って可能)、 学生さん	現在はコロナ対策で会場の広さにより人数制限や、内容も対応しながらとなります。	30分～120分で内容により 対応が可能です。	ヒロノ ケイコ 廣野 啓子	今でしたら、心とストレス解消として、学生から高齢者までいやしのやさしいヨガ、呼吸法をお伝えしながら、コロナやウイルスに対する免疫力を上げることに力を入れています。
7	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、 教育、遊び、情操、しつけ等)	・子どもの個性と才能を伸ばす 環境づくり ・子育てのイライラを軽減! 褒めて伸ばす子育て法 ・仕事に育児に!個性を生かす 心理学	静岡県内どこでも可 主に中部エリア	平日9:30～15:30	子育て中のお父さん、お母さん 子供対象(小学生から大学生)	ホワイトボード、プロジェクター、スクリーン、マイク	講師料5,500円から、参加人数によって要相談 藤枝市からの交通費別途	モリカワ ブノ 緑川 法子	『うちの子、なんでこうなの!?』そんなイライラが納得に変わる!個性に光を当てて、我が子の良いところを発見しましょう!

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
8	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等)	はじめてのエッセイ投稿入門	島田市内	平日13時～15時 日曜日 応相談	どなたでも (小人数も歓迎)	フリーエッセイ用ノートを1冊用意してください	講師料5,000円	カワハラ 川原 ゆかり	今日見たこと聞いたこと、感じたことを文にまとめたり歌にする。この講座の目的は新聞等、様々な分野へ関心を高め、投稿にチャレンジすることです。脱パソコン、脱スマートフォンの精神でペンを手に取り、綴る習慣を今から始めてみませんか。加えて社会問題にもアプローチします。
9	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等)	新聞投稿再発見!	島田市内	平日13時～15時 日曜日 応相談	どなたでも (小人数も歓迎)	参加当日の新聞(朝刊)をご用意ください。(新聞社は自由)	講師料5,000円	カワハラ 川原 ゆかり	3密を避け、リモート学習があたりまえになってしまった今こそ、新しい余暇の過ごし方を見つける時です。その一つが、おうちでできる身近な新聞投稿です。短歌・俳句・川柳・エッセイなど、眠っている能力に出会うかもしれません。最終目標は投稿ですが、そこに至るまでに高揚感を楽しみませんか。
10	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等)	テーマを決めてのセミナー開催 (お口に関する健康に関して)	島田市内	火曜・水曜 13時～15時	小児～高齢者	内容に応じて、流しのある部屋を用意していただく場合があります	基本無料 必要に応じて材料費をいただきます	ミヤチ カナ 宮地 加奈	日頃、歯科医院や生活に対してのお困りごとをお話してもらうことで、お悩みを「すっきり」させて生き生きした健康な生活を送りませんか？ まずは、食の入り口のお口の健康から元気になりましょう！
11	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等)	親子でリズムダンス	島田市、静岡市、藤枝市 牧之原市、掛川市、焼津市	9時～17時 曜日 応相談	子育て中のママ(子連れレッスン、託児付き可能)男女問わずダンスをやりたい方、初めてみたい方、幼稚園以上の子供たち	コロナ対策として換気できる会場で、会場の広さで人数制限の上限を決めさせていただきたいです。大人対象のクラスは受講者の方もマスク着用必須とさせていただきます。小学校以下の受講者を対象にするクラスについてはレッスン中はマスクなしも考えています。相談させていただきます。	5,000円以上	カワラサキ アユミ 河原崎 愛弓	音楽に合わせてストレッチをしたり体を動かすとそれだけでストレス発散になります！ 心も体もリフレッシュしながら新しい自分発見してみませんか？ 始めてみたいけどきっかけがない方の入り口になればうれしいです。

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
12	0102	家庭生活	子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等)	キッズダンス(幼稚園～&小学生～など年齢より対応可能)	島田市、静岡市、藤枝市 牧之原市、掛川市、焼津市	9時～17時 曜日 応相談	子育て中のママ(子連れレッスン、託児付き可能)男女問わずダンスをやってみたい方、初めてみたい方、幼稚園以上の子供たち	コロナ対策として換気できる会場で、会場の広さで人数制限の上限を決めさせていただきたいです。大人対象のクラスは受講者の方もマスク着用必須とさせていただきます。小学校以下の受講者を対象にするクラスについてはレッスン中はマスクなしも考えています。相談させていただきます。	5,000円以上	カワサキ アユミ 河原崎 愛弓	音楽に合わせてストレッチをしたり体を動かすとそれだけでストレス発散になります！心も体もリフレッシュしながら新しい自分発見してみませんか？始めてみたいけどきっかけがない方の入り口になればうれしいです。
13	0103	家庭生活	服飾手芸(着付け、裁縫等)	棒針編み、かぎ針編み、編み物 手芸をプラスして小物(帽子、バッグ等)からセーターを作ります	島田市内	水・木・金・土 午後2:00～4:00 又は午後7:00～9:00	小学校四年生以上	用具等は相談してください	講師料5,000円程度 材料等は各自でお願いします	マサダ シホコ 増田 志保子	一般的な編み物にビーズや刺しゅうをプラスして、バッグや帽子、セーター、ベストなど個性ある装いを楽しみませんか。ちょっとおしゃれにプラスワニットを作ります。
14	0103	家庭生活	服飾手芸(着付け、裁縫等)	編み物(手編み)	島田市内	9:30～11:30 13:30～15:30	成人(男女問わず)	スチームアイロンをえる場所が必要です。	講師料一回 500円/1人 材料費は作る物の実費	アグチ コ 野口 しづ子	マスクや帽子、マフラー等の実用小物からセーター、コートまで自由に作品を選んで生涯楽しめる講座を目指し、市民文化祭にも毎年参加しております。
15	0103	家庭生活	服飾手芸(着付け、裁縫等)	手編み(かぎ針編み、棒針編み)	島田市内	平日 10:00～12:00 13:30～15:30	小学生以上		講師料5,000円(2時間程度)	マカヒラ ナオミ 又平 尚美	手編みの基礎、記号から正しく身につけましょう。簡単な小物から始め、世界に一つだけの作品を編んでみましょう。

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
16	0103	家庭生活	服飾手芸(着付け、裁縫等)	着付け 木久流	島田市内	平日19時～21時	女性		講師料5,000円	アカホリ 赤堀 ヨウコ 陽子	器具を一切使わないため、苦しくなく楽に着付けができます。少し習えば着られるようになりますので、浴衣や普段着から始めてみませんか。
17	0103	家庭生活	服飾手芸(着付け、裁縫等)	カット(前髪など)、メイク(セルフメイク・アイブロウ)、着付(自分で着られる)、ヘアアレンジ(編み込み)	島田市内	18時～	20歳以上	車いす着付け 寝たきりカット・シャンプー	要相談	ナガオ 長尾 ヨリ子 紀子	カット…前髪の切るコツを教えます。 メイク…アイブロウのお手入れの仕方、グラデーションの付け方 着付…自分のお持ちの着物で着られます。
18	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	パンづくり	島田市、藤枝市、焼津市	平日9時30分～12時	成人	オープンがある場所 定員10名程度	材料費1回800円	スズキ ユカ 鈴木 有香	身近な材料と道具を使って安心して安全なパンを楽しみながら作りませんか。
19	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	栄養と料理	島田市内	土・日曜日9時～12時	一般		材料費700円	ヨコヤマ ヨシノ 横山 芳乃	素材を生かして、楽しく健康クッキング!!
20	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	栄養と料理	島田市内	日曜日 9時～12時	一般		材料費700円	シオザワ ハルミ 塩澤 春美	素材を生かして、楽しく健康クッキング!!
21	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	栄養と料理	島田市内	日曜日 9時～12時	一般		材料費700円	ヤスハラ キヨミ 安原 清美	素材を生かして、楽しく健康クッキング!!
22	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	調理、親子クッキング、おうちパン講座(ホームベーカリーやオープンがなくてもできるパンづくり)	島田市内	平日10時～15時	小学生以上		講師料5,000円(2時間程度) 材料費(500円～1,000円)	アキタ ミヤコ 秋田 美八子	楽しく、手軽に、おいしく、ヘルシーに。 皆さんが笑顔になれる講座を心がけています。

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
23	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	手打ちそば(そば打ち、そば料理)の指導	調理室等 テーブル3~5台、水のある所	9:00~13:00 (そば打ちは夜間も)	一般		講師料5,000円 材料費各自1,000円	ヤマダ イブキ 山田 信之	本場のおいしいそば粉を使い、そば打ちの指導をします。(そば打ちの道具は当方で用意します。) 希望により、打ったそばでおいしい食べ方、料理などで食事をします。
24	0104	家庭生活	食生活(料理、栄養等)	カンタンお菓子づくり ~無添加で安心なおうちスイーツ~	志田地区を中心に掛川~清水	年末年始以外いつでも 応相談	親子を中心に粘糊 ~シニアどなたでも 男性も歓迎します。	お菓子は、調理設備が無くてもできます。 ・お菓子のおうち作り定員100名 ・お菓子でひな飾り・クリスマスケーキ作り	講師料5,000円 材料費1,000円程度	ヒラバヤシ ムツミ 平林 睦美	安心スイーツや薬膳料理を学んで、コロナに負けない身体作りを目指しませんか？ 今後最も大切な【食】の情報を共有できたらと思います。 コロナ禍で多人数の調理実習は難しい状況ですが、依頼者の希望を個別に聞き可能性を考え提案します。お気軽にお電話(メール)ください。オンライン実習講座も可能です。
25	0105	家庭生活	住まい(園芸、室内装飾、日用品の作成等)	プリザーブドフラワーやドライフラワーのお花たちを使ってハーバリウムやレジンアクセサリーを作ります。固まるハーバリウムも作成できます。	静岡県中部、西部	10時~16時	子どもからお年寄りまで		ハーバリウムボトル1,500円~ レジンアクセサリー800円~ 固まるハーバリウム2,500円~3,500円	ヤマダ エリ 山田 恵理	ケイフラワーです！ たくさん種類のお花に囲まれて、お花遊びしませんか？
26	0105	家庭生活	住まい(園芸、室内装飾、日用品の作成等)	どんな部屋が自分にとってステキ、心地よいかを知る講座	島田市及び近隣地域の	土日9時30分~15時30分の1~2時間 平日 応相談	小学生以上 お子様連れのお母さまも参加可能です	テーブルがある場所	講師料おひとり500円程度	マサダ マミ 増田 真美	みんなでワイワイ楽しく話をしながら、どんな部屋で過ごしたいのか、自分にとっての”好きの共通点”を見つけましょう！