

| 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 | 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 | 島田市内 | 応相談 | 子どもから大人まで | | 講師料5,000円 (内容、時間によって変動あり 応相談)交通費、 教材費(使用する 場合) | アキタ ハルナ 秋田 陽那 | 身体を動かしたり声を出したり楽しみながらストレス発散、健康づくり、新しい自分の発見！ それぞれのペースに合わせた内容で行うので初心者の方も安心して一緒に楽しみましょう！ |
| 2 | 0102 | 家庭生活 | 子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等) | アロマを使ったコスメや日用品作りをしながら健康について考える | 島田市内 その他相談 | 平日10:00～14:00 その他相談 | なし | 屋内でできれば電気使用したい | 要相談 材料費1,000円 | イダ トモコ 飯田 智子 | 健康知識が全くなく子供が体調を崩すと即病院。その選択肢しかありませんでした。日本ではアロマは雑貨扱いですが、予防にも使えることも知ってほしくて活動しています。家庭でもできるケアの大切さを知りませんか？ |
| 3 | 0102 | 家庭生活 | 子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等) | ヨガ講師としてマタニティヨガ、健康維持のためのヨガ(シルバーさん等)、一般向けヨガ、ストレッチ、体操、呼吸法等 イスヨガ | 川根町家山、金谷、島田市内 | 日中 10:00～16:00頃 まで | 成人、シルバー等 マタニティさん等 | 目的に応じて内容を 思案していきます | 市に応じたりサークルさんだと5,000円～8,000円(約90分レッスン)応相談 | ヒロノ ケイコ 廣野 啓子 | 高齢化社会でシルバーさんのやさしいヨガやイスヨガが増えています。無理なくストレッチや呼吸法でも対応可能です。マタニティヨガでは赤ちゃんのためのヨガリラックス中心に安全に対応していきます。 |
| 4 | 0102 | 家庭生活 | 子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等) | 子育てママのためのアンガーマネジメント入門、個性を活かす心理学 | 牧之原市～沼津市 主に中部地区 | 平日、土日可 9:00～16:00 応相談 | 未就園児～中学生までのお子さんを持つ保護者さま | 会場はプロジェクターの使用できる場所を希望します。 | 講師料 8000円 (交通費込み) ※応相談 | ミドリカワフリオ 緑川 法子 | 子育てを楽しむコツをお伝えします！ |
| 5 | 0102 | 家庭生活 | 子ども(出産、育児、教育、遊び、情操、しつけ等) | 小学生から音楽(歌やリズム、ステップ)を生活の中に取り入れて親子で音を楽しむことを目指すカリキュラム | 島田市内、藤枝市、焼津市 | 平日、土日可 応相談 9:00～16:00 | 乳児親子～シニア | | 講師料5,000円 交通費(応相談) | モリカワ キョウコ 森川 恭子 | 乳児親子からシニアまで笑いながら楽しく心、身体、脳の活性化。音楽を通じて日常で取り入れられる脳の活性化、健康維持を目指します。 |
| 6 | 0103 | 家庭生活 | 服装手芸(着付け、裁縫等) | 普段着から礼装までの着付 | 島田市、藤枝市、焼津市 | 土曜日 19:30～21:30 | 中学生～大人の女性 | | 講師料のみ 5,000円 | アカホリ ヨウコ 赤堀 陽子 | 器具を一切使わないため苦しく無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。 |
| 7 | 0103 | 家庭生活 | 服装手芸(着付け、裁縫等) | 初心者向け洋裁 手芸 | 島田市内 | 平日 午前中 | 小学生～大人まで | | 講師料5000円 材料費別途(講師のものを使う場合) 好きな生地をお持ち込みください | ヒモノ ユウコ 火物 祐子 | リフレッシュできる趣味を持ちませんか？ 一緒に手芸を楽しみましょう♪ |
| 8 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | パン講座・親子クッキング | 島田市内 | 平日10:00～15:00 | 小学生以上 | 会場は調理が可能な場所。パンの場合はオープンがある場所 | 講師料6,000円 教材費1,000円 程度 | アキタ ミヤコ 秋田 美八子 | 「作ること」からコミュニケーションが広がっていくよう、楽しんでいただけ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) |
|-----|------|------|----------------------|---|-------------------------------------|---|--|--|-------------------------------|---------------------------------|--|
| 9 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | 健康講和、食育、料理 | 特になし | 特になし | 特になし | | | シオサワ ハルミ 塩澤 春美 | 食は楽しくなければいけません。 栄養学を少し加えて健康で楽しい食生活へのアドバイス及び実践 |
| 10 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | パン、焼き菓子 | 島田市、藤枝市 | 平日9:30～12:00 | 大人 | オープンのある場所 | 講師料5,000円 材料費1,000円～1,500円 | 社会教育課へ 問い合わせ 0547-36-7962 | 身近な材料を使ってパンや簡単な焼き菓子を作ってみませんか？ |
| 11 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | フードプロセッサーやレンジ、オープンを使った和洋菓子・アジアスイーツ おかしのおうち 初めての薬膳料理 | 島田市、藤枝市、焼津市、静岡市 他島田市から車で1時間程度の場所 | 平日、土日可 要相談 9:30～11:30 13:00～15:00等 | 子供から大人まで 男性レッスン、シニアレッスンや、幼児と保護者の親子レッスンも可能です | 調理設備があれば望ましいですが、火を使わないレッスンも可能です。安全の為アシスタントを付けます。 | 講師料8000円、アシスタント料4000円、材料費、交通費 | ヒラハヤシ ムツミ 平林 睦美 | パパッと手軽に作れるスイーツが得意です。自然派素材を使いぶきっちょさんでも美味しくおしゃれに♪おかしのおうちは工作感覚で調理設備不用で100名まで可能。 薬膳料理は身近な食材を使って基本を学びます。 |
| 12 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | マタニティーの方も小児の方も高齢者もそれぞれのライフステージ別の歯科疾患と全身についてのセミナー及び、ブラッシング方法及び口腔機能低下症にならないためのアプローチなど。健康講座など。 | 島田市及び近隣市町 | 平日、土日可能 日曜日終日可能 平日や土曜日は夜間帯 | 全ての世代可 ただ、対象を分けて行う | プロジェクター及び、必要に応じて流しのある部屋 | 1人材料費500円程度 講師料なし | ミヤチ カナ 宮地 加奈 | マタニティーから、シニアまでの 全ての世代の健康寿命の延伸をしましょう！ |
| 13 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | 長野から取り寄せた美味しいそば粉を使い、自分の手で打つ「手打ちそば」に挑戦してみよう | 島山市内 | 9:00～12:00 | どなたでも | 道具は用意します | 材料費 | ヤマダ ノブユキ 山田 信之 | 長く細いそばを自分の手で打ってみましょう。こしがあって美味しいそばにびっくりすることと思います。希望によりそば料理なども行います。 |
| 14 | 0104 | 家庭生活 | 食生活(料理・栄養等) | 料理教室 | | 指定なし | どなたでも | | | 社会教育課へ 問い合わせ 0547-36-7962 | |
| 15 | 0105 | 家庭生活 | 住まい(園芸、室内装飾、日用品の作成等) | サンドアート、ジェルキャンドル、砂絵 | 島田市、藤枝市、菊川市、掛川市、焼津市 | 平日できれば 午前中 平日午後と土日は 応相談 | スプーンを持てる方なら誰でもOK 3歳～大人まで | ジェルキャンドルの場合電源が必要になります | 講師料5000円 材料費750円～ | シモジ アキコ 下地 昭子 | サンドアートと砂絵のワークショップを行なっております、Happy Waveの下地です。 スプーンを持てる方なら誰でもできる作品作り その時その瞬間の想いを作品に表現してみませんか？ |
| 16 | 0105 | 家庭生活 | 住まい(園芸、室内装飾、日用品の作成等) | 日々の暮らしの中にハーブをとり入れて、生活を楽しむ | 島山市内 | 相手の希望に対応 | 年齢問わず | | 材料費 | ナガタ エミコ 長田 優み子 | ハーブには色々な利用の仕方、楽しみ方がありません。それらを利用して、心豊かな時間を一緒に過ごせたら素敵ですね |

| 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) |
|-----|------|------|----------------------|---------------------|------------|------------------------------|----------|-----------------|-----------------------|--------------------|---|
| 17 | 0105 | 家庭生活 | 住まい(園芸、室内装飾、日用品の作成等) | UVレジンでコースターや小物入れの作り | 島田市内及び近隣市 | 平日9:00～13:00 土日・祝日 応相談 | 子供から大人まで | テーブル、イス、電源のある室内 | 講師料5,000円 材料費(応相談) | ハンモト トモコ 橋本 智子 | 小さなお子様でも体験できる工作や年齢に合わせてレジンを使ってキーホルダーや海の小物入れが作れます。UVレジンなので作品は当日お持ち帰りいただけます。子供会、学校行事も対応可 |
| 18 | 0105 | 家庭生活 | 住まい(園芸、室内装飾、日用品の作成等) | カスタムクレヨン作り | 浜松～静岡 間 | 基本平日 要相談 9:00～15:00 | 子供から大人まで | 電源の使える部屋 | 講師料5,000円 | ママシタ サオリ 間々下 早織 | 海外でも人気のクレヨン作り・メルトクレヨンアートは子どもから大人まで楽しめます。石油系の油を使っていない安心安全なクレヨンです。特に大人がハマる初めての体験をしてみませんか？ |