

# 閲覧用

## 利用できる人は？

市内に在住または在勤・在学の方

(※私塾や営利・宗教・政治活動を目的とした利用はできません)

## 利用の手順は？

生涯学習推進センターの窓口にお越しのうえ、申請書を窓口にご提出ください。その場で講師の連絡先が受け取れます。

## 利用交渉

講師に連絡をとり直接交渉します。日時、場所、希望する内容や費用など、お互いに十分に理解が得られるようご相談ください。

### 人材バンクの受付・お問合せ

#### 受付時間

月曜日～土曜日：午前8時30分～午後5時15分  
(年末年始、祝休日を除く)

#### 受付窓口

生涯学習推進センター

所沢市並木6-4-1

(航空管制部向い、旧並木東小学校跡地)

☎2991-0303

# まちの先生



# ご紹介!!

## 生涯学習ボランティア人材バンク講師一覧



(写真：人材バンクフェアから)

◎毎年10月頃、市役所ロビーにて登録講師有志で「人材バンク」をPRするため展示や相談会などのフェアを開催しています。

所沢市生涯学習推進センター

## 人材バンク活動分野別掲載ページ一覧

大分類	小分類		ページ
01 教 養	語学	01	1・2
	歴史・民俗	02	2
	宇宙・天体	03	-
	パソコン	04	2・3
	経営	05	-
	その他	06	3～5
02 くらし	こども	01	5
	中高年	02	5・6
	福祉・介護	03	6
	遺言・相続	04	6～8
	心理・カウンセリング	05	8・9
	健康	06	9～11
	食・料理	07	11・12
	住居・インテリア	08	12・13
	発声・話し方	09	—
	その他	10	13
03日本の文化	書道	01	13
	華道	02	14
	香道	03	14
	茶道	04	14
	着付	05	14・15
	狂言	06	/
	俳句・川柳	07	15
	その他	08	—
04音 楽	声楽・器楽	01	15・16
	その他	02	/
05趣味・カルチャー	園芸	01	16・23
	フラワーアレンジメント	02	17
	囲碁・将棋	03	17
	絵画	04	18・20
	アロマ	05	19
	その他	06	19
06レクリエーション	講話	01	20・21・23
	その他	02	21～23
07 スポーツ	体操・ピラティス・ヨガ	01	23～25
	太極拳	02	25・26
	ウォーキング	03	26
	その他	04	26・27

01 教養	登録内容	<b>何歳からでも学べる英語発音</b>		
01 語学	活動内容 /PR	何歳からでも学べる英語のアルファベット発音練習・初歩的な英語等です。一緒に楽しく学習しましょう。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		
	費用	1回 1,000円/1時間半 時間については応相談 (準備運動・発声練習を含む)		
	登録者 団体名	こばし よういち 小橋 陽一 性別:男 生年:-		
	登録番号	A-311	地域	-

01 教養	登録内容	<b>英語で考える英会話</b>		
01 語学	活動内容 /PR	高校生からシニアまでの英会話トレーニング、中学生から大学生までの授業及び試験サポート「英語で考えるメソッド」。英国シェフィールド大学修士学位 HP「所沢・新所沢 英語で考える」で検索		
	費用	講師謝礼:年齢、内容、レベルによる 80分 2000円前後		
	登録者 団体名	むらやま えつこ (ぶりむろーず) 村山 悦子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B246	地域	

01 教養	登録内容	<b>英語・イギリス文化・翻訳</b>		
01 語学	活動内容 /PR	・英語(講読と英語作文) ・イギリスの言語とイギリス文化一般津田塾大学元教授、現在ボランティアとしてzoomを通じて市民に教える。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)		
	費用	実費:資料代 (講師謝礼等僅少額)		
	登録者 団体名	かなたにのぶお 金谷 展雄 性別:男 生年:-		
	登録番号	A-268	地域	並木

01 教養	登録内容	<b>英語・フランス語・スペイン語</b>		
01 語学	活動内容 /PR	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		
	費用	実費:交通費 講師謝礼:1時間 5,000円		
	登録者 団体名	おーじー (ごとう あさ) オージー 性別:- 生年:-		
	登録番号	C-012	地域	新所沢

01 教養	登録内容	<b>日本語指導</b>		
01 語学	活動内容 /PR	外国人への日本語指導 及び 文化活動(書道) 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		
	費用	講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	すがぬま ひろし 菅沼 洋 性別:男 生年:		
	登録番号	A-264	地域	-

01 教養	登録内容	<b>ラテンアメリカの政治・経済・社会</b>		
02 歴史・民俗	活動内容 /PR	「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。		
	費用	無料		
	登録者 団体名	くどう あきら 工藤 章 性別:男 生年:		
	登録番号	A-256	地域	吾妻

01 教養	登録内容	<b>江戸五街道のミステリー歴史や民話などのよもやま話</b>		
02 歴史・民俗	活動内容 /PR	江戸五街道(東海道・中山道・日光・奥州・甲州道)のミステリー歴史・文化・怪談・民話・伝説などの面白よもやま話江戸五街道(東海道・中山道・日光街道・奥州街道・甲州街道)1,700Km 完全踏破		
	費用	無料		
	登録者 団体名	やました たかゆき 山下 敬之 性別:男 生年:		
	登録番号	A-324	地域	富岡

01 教養	登録内容	<b>パソコン指導、ビデオ撮影とパソコン編集</b>		
04 パソコン	活動内容 /PR	・パソコン操作講習(インターネット・メール・office2021) ・ビデオ撮影・パソコン編集 (AdobePremiere 6/power Director 20,21) 1. 市民ビデオカメラマン登録活動中 2. パソコン講習(松井公民館・新所沢公民館)各月1回/計2回担当 3. 生涯学習推進センター IT相談 担当		
	費用	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		
	登録者 団体名	かさはらまさお 笠原 政男 性別:男 生年:-		
	登録番号	A-080	地域	-

01 教養	登録内容	<b>Instagram講座(SNS 講座)</b>		
04 パソコン	活動内容 /PR	撮影した写真や映像、また読書感想などを発表できるInstagramとの付き合い方、またやり方についてInstagram内で、インスタの使い方、新機能を紹介、フォロワー1200名		
	費用	講師謝礼 1時間 1000円程度		
	登録者 団体名	きくのひとし 菊野 均 性別:男 生年:		
	登録番号	A-326	地域	

01 教養	登録内容	<b>家庭教育</b>		
06 その他	活動内容 /PR	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日本家庭教育学会会員、28年間の活動実績		
	費用	原則無料		
	登録者 団体名	かていきょういくけんきゅうじょ (おおばやし さつき) 所沢家庭教育研究所 性別:— 生年:-		
	登録番号	C-008	地域	-

01 教養	登録内容	<b>性教育</b>		
06 その他	活動内容 /PR	保護者の方に性教育の大切さを知っていただくとともに、子ども達を性犯罪から守る方法をお伝えします看護師 思春期保険相談士 性教育認定講師		
	費用	500円/人程度		
	登録者 団体名	よこみち かおり 横道 佳織 性別:女 生年:		
	登録番号	B-230	地域	吾妻

01 教養	登録内容	<b>司馬遼太郎 作品解説</b>		
06 その他	活動内容 /PR	作家 司馬遼太郎の作品(小説・エッセイ)の解説埼玉県民活動総合センター市民講師		
	費用	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)		
	登録者 団体名	おなやすひろ 小名 泰裕 性別:男 生年:		
	登録番号	A-307	地域	志木市

01 教養  06 その他	登録内容	<b>電験三種基礎講座</b>		
	活動内容 /PR	電験三種（理論科目）の直流回路・交流回路を学ぶ専門学校・資格の学校講師など 電気主任技術者（第二種）		
	費用	実費（資料代、交通費、会場費） 講師謝礼 2000円/回 応相談		
	登録者 団体名	くぼた ひろみ 久保田 廣美 性別:男 生年:		
	登録番号	A-329	地域	

01 教養  06 その他	登録内容	<b>多様な性(LGBT・SOGI など)に関する講演会</b>		
	活動内容 /PR	多様な性(LGBT・SOGI など)に関する講演会(内容は対象者によってアレンジ可)2010年より多様な性に関する発信活動に取り組む。これまでに、多様な性をもつ子供、若者を支援。		
	費用	実費:交通費 他、講師謝礼:1回2万円～		
	登録者 団体名	りすべくとらむ(おがわ なつき) respectrum 性別:- 生年:-		
	登録番号	C-074	地域	-

01 教養  06 その他	登録内容	<b>環境問題全般を考えるセミナー</b>		
	活動内容 /PR	市民の皆さんと考えるセミナーの実施。特に省エネ推進、創エネ推進、ごみゼロ推進、CSR、SDGs等カーボンニュートラルな暮らしを考え、所沢を拠点に実践する団体。メンバーには環境問題に多くの知見の持ち主を集めています。		
	費用	実費:交通費程度		
	登録者 団体名	うえだ まりの 所沢環境市民の会 性別: 生年:-		
	登録番号	C-076	地域	所沢

01 教養  06 その他	登録内容	<b>持続可能な社会貢献のためのクリエイティブボランティア活動</b>		
	活動内容 /PR	ワークショップやポスター展、作品展などで地方自治体に寄与。広告クリエイターに関する講座など。地方自治体のイベントや社会福祉関係先にて活動中		
	費用	実費: : 交通費、材料費、謝礼応相談		
	登録者 団体名	わたなべ ひろたか ローボノ支援隊 性別: 生年:		
	登録番号	C-077	地域	所沢

01 教養	登録内容	<b>漢文・古文・ことわざ・慣用句等の指導</b>		
06 その他	活動内容 /PR	音読を中心とする漢文・古文講座。漢詩・歴史・思想・文学・随筆・物語等 一般教養を中心とする講座…年齢を表す言葉・ことわざ、物の単位、名数等音読を中心とする参加型講座と教養を中心とする講義式講座。県家庭教育、学習アドバイザー、漢文音読の会代表、県内公民館講座多数実施		
	費用	実費：交通費等 1回2000円 講師謝礼：1回5,000円～		
	登録者 団体名	こもだあきお 古茂田 彰男 性別：男 生年：		
	登録番号	A-316	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>子育て講座</b>		
01 子ども	活動内容 /PR	子育て講座：寝かしつけ、トイレトレーニング、イヤイヤ期、タイプ別子育て、ベビーマッサージ、イクメンパパベビーマッサージ指導者認定、ファミリーサポーター経験（足立区）		
	費用	1回5,000円		
	登録者 団体名	ほりい ゆうこ 堀井 裕子 性別：女 生年：		
	登録番号	B-234	地域	-

02 暮らし	登録内容	<b>ベビータッチケア</b>		
01 子ども	活動内容 /PR	赤ちゃんの肌への心地よい刺激により、ストレスホルモン抑制、免疫力アップへつながります。		
	費用	実費1500円～		
	登録者 団体名	ごとう ゆうこ 後藤 由布子 性別：女 生年：		
	登録番号	B-241	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>健康生きがい作りについてのアドバイス</b>		
02 中高年	活動内容 /PR	居心地よく暮らす7つの魔法の言葉、平和な家庭・社会生活、フレイル予防二級建築施工管理技士、いきいき埼玉まなびあい講師、健康生きがいづくりアドバイザー		
	費用	講師謝礼：1回10,000円～		
	登録者 団体名	きすぎ りくお 来生 陸夫 性別：男 生年：		
	登録番号	A-334	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>中高年の健康、生きがづくり</b>		
02 中高年	活動内容 /PR	・健康・生きがづくり、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 ・認知症病棟実習体験から学ぶ 等各種ワークショップ健康、生きがづくり、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		
	費用	講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	いそたけえ 磯 竹栄 性別:男 生年:		
	登録番号	A-050	地域	新所沢

02 暮らし	登録内容	<b>中・高年の健康生きがづくり</b>		
02 中高年	活動内容 /PR	・講座・講演の各種講師派遣 ・健康・生きがづくり、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」の指導健康・生きがづくり、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		
	費用	実費、講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	ときめきらいふさいたま (いそ たけえ) ときめきライフ埼玉 性別:— 生年:-		
	登録番号	C-006	地域	新所沢

02 暮らし	登録内容	<b>音楽療法</b>		
03 福祉・介護	活動内容 /PR	・ピアノ、リトミック指導 ・音楽療法（デイサービスや高齢者向け住宅など）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、NPO 法人ミュージックパレット会員、ヘルパー 2 級		
	費用	講師謝礼：1 時間 6 0 0 0 円～		
	登録者 団体名	おざわさちこ 小澤 佐智子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-042	地域	小手指

02 暮らし	登録内容	<b>高齢者への健康長寿推進</b>		
03 福祉・介護	活動内容 /PR	介護の方法や、認知症と物忘れについて、孤食から共食にする方法など 健康管理士 1 級		
	費用	実費：交通費、コピー代 謝礼：5000 円		
	登録者 団体名	えびな のりこ 海老名 則子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-237	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>福祉、介護に関する相談</b>		
03 福祉・介護	活動内容 /PR	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）24 時間 365 日、電話無料相談をしています。 HP あり		
	費用	実費：資料代、交通費 講師謝礼		
	登録者 団体名	ぶーげんびりあ（いずみ しづこ） 特定非営利活動法人ブーゲンビリア	性別：—	生年：—
	登録番号	C-057	地域	吾妻

02 暮らし	登録内容	<b>終活関連セミナー</b>		
04 遺言・相続	活動内容 /PR	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、宅地建物取引士、貸金業務取扱主任者 <a href="http://www.ivy-g.com/">http://www.ivy-g.com/</a>		
	費用	無料		
	登録者 団体名	たなか さとる 田中 諭	性別：男	生年：—
	登録番号	A-263	地域	—

02 暮らし	登録内容	<b>相続（成年後見・遺言・相続）セミナー</b>		
04 遺言・相続	活動内容 /PR	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		
	費用	実費：300～500 円 講師謝礼：1 回 5,000 円程度、応相談		
	登録者 団体名	暮らしとびじねすをしえんするかい（うしお くにはる） 所沢暮らしとビジネスを支援する会	性別：—	生年：—
	登録番号	C-063	地域	小手指

02 暮らし	登録内容	<b>遺言・相続・経営</b>		
04 遺言・相続	活動内容 /PR	・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 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 <a href="http://www.ushio-keiei.jp/">http://www.ushio-keiei.jp/</a>		
	費用	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		
	登録者 団体名	うしお くにはる 牛尾 邦治	性別：男	生年：—
	登録番号	A-258	地域	小手指

02 暮らし	登録内容	<b>暮らしの相談（遺言・相続・成年後見等）</b>		
04 遺言・相続	活動内容 /PR	特定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 相談セミナー受講生 延1000名 セミナー後の個別無料相談の開催		
	費用	実費 応相談		
	登録者 団体名	しおつきまさたか 塩月 正高 性別:男 生年:		
	登録番号	A-233	地域	松井

02 暮らし	登録内容	<b>不動産相続</b>		
04 遺言・相続	活動内容 /PR	親から相続した不動産をどうしたらいい？ 相続不動産から解放される4つの方法不動産 ACADEMIA 株式会社代表 シニアライフ相談カウンターめーぷる所沢店代表 宅地建物取引士受験講座主催兼代表講師		
	費用	無料		
	登録者 団体名	ひらはら としやす 平原 利泰 性別:男 生年:		
	登録番号	A-332	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>カラーセラピー</b>		
05 心理 ・カウンセ リング	活動内容 /PR	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)		
	費用	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		
	登録者 団体名	あらおかまゆみ 荒岡 真由美 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-027	地域	入間市

02 暮らし	登録内容	<b>セルフ・カウンセリング 講座</b>		
05 心理 ・カウンセ リング	活動内容 /PR	セルフ・カウンセリング講座「書くことから始まる一人でできる自己発 見法」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 <a href="http://www.self-c.net">http://www.self-c.net</a>		
	費用	実費：交通費、教材費、講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	せるふかうんせりんぐがつかい(もりした あやこ) 一般社団法人生涯学習セルフ・カウンセリング学会 性別:— 生年: —		
	登録番号	C-014	地域	神奈川県

02 暮らし 05 心理・カウンセリング	登録内容	<b>こども達の睡眠改善、発達障害・自己肯定感等の子育てアドバイス</b>		
	活動内容 /PR	こ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)こ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		
	費用	講師謝礼：1回 5,000 円(活動により無償～応相談)		
	登録者 団体名	やまだ のりこ 山田 典子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-227	地域	

02 暮らし 05 心理・カウンセリング	登録内容	<b>3色パステルアートセラピー</b>		
	活動内容 /PR	3色のパステルで手軽に楽しく絵を描くアートセラピー脳波にも効果があることを実証済。 高齢者施設、精神科デイケア、学童保育等) 3色パステルアートインストラクター、ヒーリングアートセラピーインストラクター、日本メンタルヘルス協会基礎心理カウンセラー		
	費用	実費：材料費、交通費 講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	はらだ みさき 原田 みさき 性別:女 生年:		
	登録番号	B-244	地域	

02 暮らし 05 心理・カウンセリング	登録内容	<b>怒りとの付き合い方</b>		
	活動内容 /PR	怒りとは？ 気持ちをさがそう、気持ちを表そう一般社団法人アンガーマネジメント協会キッズインストラクター		
	費用	1時間500円+テキスト代 200円(3回通して1冊)		
	登録者 団体名	みぞき きょうこ 溝木 京子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-236	地域	

02 暮らし 06 健康	登録内容	<b>つぼ健康法</b>		
	活動内容 /PR	つぼ健康法ツボ手当、家庭医を指導します		
	費用	実費：資料代 200 円、講師謝礼：1回 3,000 円		
	登録者 団体名	くらもと よしあき(くらもと いほう) 倉本 嘉昭 性別:男 生年:-		
	登録番号	A-187	地域	松井

02 暮らし	登録内容	<b>ハンドセラピー</b>		
06 健康	活動内容 /PR	<p>・ハンドセラピーの体験、地域ふれあい講座 ・ハンドセラピー養成講座手のぬくもりをとおした癒しのケアで、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</p>		
	費用	体験は無料 地域ふれあい講座 1回 5,000円より(30名まで)		
	登録者 団体名	はんどセラピーさい (うえの ときこ) ハンドセラピー彩・所沢地区 性別:— 生年: -		
	登録番号	C-071	地域	新所沢

02 暮らし	登録内容	<b>めん棒セルフケア講座</b>		
06 健康	活動内容 /PR	<p>木のめん棒を使用しての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）めん棒ダイエットインストラクター クリニカルゾーンセラピーマスターコース修了</p>		
	費用	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		
	登録者 団体名	ごとう ゆうこ 後藤 由布子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-224	地域	新所沢東

02 暮らし	登録内容	<b>口の健康</b>		
06 健康	活動内容 /PR	口についての健康教室、講演会等歯科医師免許		
	費用	無料		
	登録者 団体名	しかいしかい (しもやま けんいちろう) 社団法人所沢市歯科医師会 性別:— 生年: -		
	登録番号	C-038	地域	松井

02 暮らし	登録内容	<b>表情筋トレーニング(フェイスストレッチング)</b>		
06 健康	活動内容 /PR	<p>表情筋トレーニング (フェイスストレッチング) 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。 <a href="http://www.color-presents.com">http://www.color-presents.com</a></p>		
	費用	実費：あり、講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	あらおかまゆみ 荒岡 真由美 性別:女 生年: -		
	登録番号	B-079	地域	入間市

02 暮らし	登録内容	<b>寝たきりにならない体操</b>		
06 健康	活動内容 /PR	寝たきりにならない体操(ペットボトル1分間体操 10種)寝たきりにならない体操で元気で百歳!		
	費用	実費:資料代 200円、講師謝礼:1回 3,000円		
	登録者 団体名	げんきでひやくさいいきるとものかい(くらもと よしあき) 元気で百歳生きる友の会 性別:- 生年:-		
	登録番号	C-073	地域	松井

02 暮らし	登録内容	<b>食についてのお話・自分でできる体ほぐしの技術</b>		
06 健康	活動内容 /PR	自分でできる体ほぐし(お話と実践)、食事(減塩)、足の指ほぐし、骨粗しょう症を防ぐ方法、体操と筋トレなど管理栄養士、一般社団法人ケア・ウォーキング普及会 普及員 生涯学習推進センターや民間営利団体で講座経験多数		
	費用	実費(試食などの時)、講師謝礼(10,000円~予算に応じて相談)		
	登録者 団体名	やまむら えいこ 山村 英子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B247	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>オーラルフレイユ予防、くちビルディング選手権指導、 アロマセラピー、健康管理</b>		
06 健康	活動内容 /PR	オーラルフレイユ予防、くちビルディング選手権指導(オーラルフレイユ予防個人競技)、アロマセラピー、健康管理高齢者等のオーラルフレイユ(口内から始まる衰え)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・aeaj認定アロマセラピスト・くちビルディング個人競技認定トレーナー・自分の道鑑定士		
	費用	講師謝礼:1回 5,000円(応相談) 資料代実費		
	登録者 団体名	せきど みえこ 関戸 美恵子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-226	地域	三ヶ島

02 暮らし	登録内容	<b>手ごねパンづくり</b>		
07 食・料理	活動内容 /PR	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。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。 パン生地のごね、発酵、成形、焼成までの全工程を行います。		
	費用	材料費、謝礼ともに応相談		
	登録者 団体名	はせべ ゆみ 長谷部 由美 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-218	地域	吾妻

02 暮らし	登録内容	<b>紅茶セミナー</b>		
07 食・料理	活動内容 /PR	«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！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		
	費用	実費：交通費、材料費、講師謝礼：1回 5,000円～		
	登録者 団体名	きはらあけみ 木原明美 性別：女 生年：-		
	登録番号	B-104	地域	-

02 暮らし	登録内容	<b>魚の卸し方、鮨の握り方 他</b>		
07 食・料理	活動内容 /PR	魚の選び方、イワシやアジのおろし方、寿司の握り方・巻き方調理師免許あり。寿司、天ぷら、うなぎの料理経験あり。		
	費用	魚の購入費と 謝礼 2000円程度		
	登録者 団体名	くまい むつお 熊井睦男 性別：男 生年：-		
	登録番号	A-327	地域	

02 暮らし	登録内容	<b>カラーコーディネート</b>		
08 住居 ・インテリア	活動内容 /PR	カラーコーディネート（色彩活用術）ColorPresents 代表 <a href="http://www.color-presents.com">http://www.color-presents.com</a>		
	費用	実費：あり、講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	あらおかまゆみ 荒岡 真由美 性別：女 生年：-		
	登録番号	B-026	地域	入間市

02 暮らし	登録内容	<b>パーソナルカラー診断</b>		
08 住居 ・インテリア	活動内容 /PR	・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。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		
	費用	実費：材料費、交通費 講師謝礼：1回 5,000円～		
	登録者 団体名	きはら あけみ 木原明美 性別：女 生年：-		
	登録番号	B-013	地域	-

02 暮らし	登録内容	<b>テーブルコーディネート</b>		
08 住居 ・インテリア	活動内容 /PR	「テーブルコーディネート」ちょっ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！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		
	費用	実費：材料費、講師謝礼：1回 5,000円～		
	登録者 団体名	きはらあけみ 木原明美 性別：女 生年：-		
	登録番号	B-198	地域	-

02 暮らし	登録内容	<b>インテリアコーディネート</b>		
08 住居 ・インテリア	活動内容 /PR	・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		
	費用	実費：材料費、交通費 講師謝礼：1回 5,000円～		
	登録者 団体名	きはら あけみ 木原 明美 性別：女 生年：-		
	登録番号	B-012	地域	-

02 暮らし	登録内容	<b>マーケティング・マーケティングリサーチ</b>		
10 その他	活動内容 /PR	自営業者、個人も活用したいマーケティング手法、アンケート手法の紹介中小企業診断士として、マーケティングの正しい理解、およびアンケートデータ・統計データの使い方を紹介。		
	費用	実費(資料代)		
	登録者 団体名	うめつ みちゆき 梅津 充幸 性別：男 生年：-		
	登録番号	A-322	地域	-

03 日本文化	登録内容	<b>書道(全般)</b>		
01 書道	活動内容 /PR	書道全般(実技指導、講座等)の講師書家、日本教育書道連盟名誉教授(漢字・仮名)、同公認審査員、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)		
	費用	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		
	登録者 団体名	わかまつひさお(わかまつえいこう) 若松 久男 性別：男 生年：		
	登録番号	A-283	地域	新宿区

03 日本文化	登録内容	<b>華道</b>		
02 華道	活動内容 /PR	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）華道古流教授（経歴 50 年）		
	費用	実費あり		
	登録者 団体名	ありさかみえこ 有坂 ミ工子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-017	地域	三ヶ島

03 日本文化	登録内容	<b>煎茶道</b>		
04 茶道	活動内容 /PR	急須使用の茶道全日本煎茶道連盟会員 煎茶道松風流正師範		
	費用	実費、講師謝礼：お茶 お茶菓子代 500 円		
	登録者 団体名	さとう みちこ 佐藤 美知子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-242	地域	

03 日本文化	登録内容	<b>着付・作法・書道</b>		
05 着付	活動内容 /PR	着付（自装・他装）、作法（心のおしゃれ）、書道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います。		
	費用	実費：交通費、材料費等がある場合 講師謝礼：無料		
	登録者 団体名	いまお ひさこ 今尾 久子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-195	地域	-

03 日本文化	登録内容	<b>着物の着付</b>		
05 着付	活動内容 /PR	「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。 ヤマト着物学院着付教授		
	費用	実費：交通費 講師謝礼：1回 2,000 円		
	登録者 団体名	きはらあけみ 木原明美 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-078	地域	-

03 日本文化  05 着付け	登録内容	<b>着物の着方、着せ方</b>		
	活動内容 /PR	着物を楽しまたい方から、技術を身に着けたい方まで、フォロー致します。ハクビ京都きもの学院教授免許、京都きもの芸術文化協会上級師範1級、名取り		
	費用	実費、1回1人1000円、もしくは2人以上グループ1人当たり500円 要相談		
	登録者 団体名	いけだ みつこ 池田 光子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-240	地域	

03 日本文化  07 俳句・川柳	登録内容	<b>初心者向け俳句</b>		
	活動内容 /PR	初めての俳句、初心者向け俳句教室小学校の学習、夏休み、正月後の全校の選句等。文化団体連合会所属（HP： <a href="https://akeminakamura359.wixsite.com.&gt;website">https://akeminakamura359.wixsite.com.&gt;website</a> 「雨蛙俳句会」で検索）		
	費用	無料		
	登録者 団体名	あまがえるはいくかい（すずき せいこ） 雨蛙俳句会 性別:— 生年:—		
	登録番号	C-066	地域	所沢

03 日本文化  07 俳句・川柳	登録内容	<b>俳句指導</b>		
	活動内容 /PR	俳句指導上尾市、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		
	費用	実費：交通費、教材費 講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	しみず としお(しみず やまびこ) 清水 敏男 性別:男 生年:		
	登録番号	A-252	地域	上尾市

04 音楽  01 声楽・器楽	登録内容	<b>吹奏楽、ホルン</b>		
	活動内容 /PR	吹奏楽の指導、ホルンによるミニコンサート吹奏楽、ホルンの経験35年以上、学生の吹奏楽部のコーチ、老人ホームや病院等でのコンサートでの経験多数		
	費用	無料		
	登録者 団体名	さかい だいすけ 酒井 大輔 性別:男 生年:		
	登録番号	A-331	地域	

04 音楽	登録内容	<b>ピアノ調律・修理</b>		
01 音楽・器楽	活動内容 /PR	ピアノ調律、修理、整調のDIY指導 古典調律の知識、実践ご自宅の使用していないピアノを自力で復活させませんか。調律、修理方法などを楽しく丁寧に指導します。ご希望により段階的に複数回実施します。		
	費用	実費（必要工具はご相談ください 事前アドバイス可）講師謝礼 1時間 5000円（応相談）		
	登録者 団体名	おびか じゅん 小比賀 淳 性別:男 生年: -		
	登録番号	A-323	地域	柳瀬

04 音楽	登録内容	<b>歌曲・アリア等コンサート、声楽の指導</b>		
01 音楽・器楽	活動内容 /PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歌曲「オペラ・アリア」等のコンサート（ソプラノリサイタル）</li> <li>・声楽の指導二期会会員、ソロリサイタルの他、オペラコンサートに多数出演</li> </ul> 所沢演奏家協会会員として「花水木の咲く街のコンサート」に多数出演		
	費用	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		
	登録者 団体名	なかざわあやこ 中沢 章子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-040	地域	吾妻

04 音楽	登録内容	<b>端唄・俗曲・三味線</b>		
01 音楽・器楽	活動内容 /PR	端唄・俗曲・民謡・三味線の演奏及び講習端唄 20年小唄 20年の経験：持ち唄 200曲		
	費用	実費：教本、バチ、小物、貸三味線料 講師謝礼 応相談		
	登録者 団体名	にいべいくこ（ふじもとひでさだゆう） 新部 育子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-098	地域	-

05 趣味・カルチャー	登録内容	<b>園芸・盆栽 山野草 ガーデニング</b>		
01 園芸	活動内容 /PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ガーデニング（園芸、盆栽、山野草の栽培方法）</li> <li>・植物よもやま話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</li> </ul>		
	費用	実費：教材費等 1,500円/1人 講師謝礼：1回 5,000円		
	登録者 団体名	やまもともきお 山本 百起男 性別:男 生年:		
	登録番号	A-200	地域	東大和市

05 趣味・カルチャー 02 フラワーアレンジメント	登録内容	<b>フレッシュフラワー・プリザーブドフラワー</b>		
	活動内容 /PR	生花、プリザーブドフラワー等を使用して、ひとつの作品を作ります。完成作品を飾って楽しみましょう。公益社団法人日本フラワーデザイナー協会本部講師・視覚試験審査員 https://emifiore.com/		
	費用	実費：花材費		
	登録者団体名	まえだ めぐみ 前田 恵 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-179	地域	吾妻

05 趣味・カルチャー 02 フラワーアレンジメント	登録内容	<b>プリザーブドフラワー</b>		
	活動内容 /PR	アートフラワー、プリザーブドフラワーのアレンジ（コサージュ、母の日プレゼント、X'mas リース、正月飾り等）の製作指導・JFAA（J. フローラルアーティスト協会）認定講師 百貨店出品販売の経験多		
	費用	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		
	登録者団体名	やまもとまさこ 山本 雅子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-139	地域	富岡

05 趣味・カルチャー 02 フラワーアレンジメント	登録内容	<b>フラワーアレンジメント&amp;生け花</b>		
	活動内容 /PR	「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、プチブーケ、造花や生花でつくるオーナメント他）。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・高校華道部にて講師歴 20 年		
	費用	実費：材料費、交通費 講師謝礼：1 回 2,000 円～		
	登録者団体名	きはら あけみ 木原明美 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-014	地域	-

05 趣味・カルチャー 03 将棋・囲碁	登録内容	<b>囲碁の指導と対局</b>		
	活動内容 /PR	囲碁初心者、中級者への訪問指導と、中級、高級者への訪問対局囲碁クラブ、碁会所での対局、指導（約 40 年間）、日本棋院 5 段免状取得		
	費用	実費（交通費）、講師謝礼（1 時間あたり 1000 円程度）		
	登録者団体名	くどう かずお 工藤 和男 性別:男 生年:-		
	登録番号	A-330	地域	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>日本画</b>			
	04 絵画	活動内容 /PR	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 一般社団法人日本画院 入選 38 回、受賞 4 回 執行理事（地域推進部長）、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		
	費 用	講師謝礼：1 回 3,000 円/2 時間程度			
	登 録 者 団 体 名	たかだしゅんいち 高田 俊一 性別：男 生年：			
	登録番号	A-199	地域	吾妻	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>花の色鉛筆画、はがき絵</b>			
	04 絵画	活動内容 /PR	花の色鉛筆画、絵手紙、はがき絵美大（日本画学科）助手として勤務、 自宅にて絵画教室指導 卒業後 日展入選 ケニヤにて小学校、中学校 美術指導体験有		
	費 用	実費：1 人 200 円、交通費 講師謝礼：1 回 5,000 円			
	登 録 者 団 体 名	むらたわか 村田 和香 性別：女 生年：-			
	登録番号	B-128	地域	所沢	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>絵画全般</b>			
	04 絵画	活動内容 /PR	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)現在、 カルチャーセンター及び各地の公民館で指導		
	費 用	実費、講師謝礼：応相談			
	登 録 者 団 体 名	まつやまとしひこ 松山 俊彦 性別：男 生年：			
	登録番号	A-240	地域	東村山市	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>パステルシャインアート、名画鑑賞プログラム</b>			
	04 絵画	活動内容 /PR	・パステルシャインアート講習（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介護施設や障害 者施設で毎月講座を開設。 アートリップ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		
	費 用	実費：材料費 500 円～700 円 講師謝礼：1 回 5,000 円			
	登 録 者 団 体 名	おおたに こずえ 大谷 こずえ 性別：女 生年：			
	登録番号	B-211	地域	山口	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>ハーブ・アロマテラピー</b>			
	05 アロマ	活動内容 /PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハーブについての講義と実習</li> <li>・アロマテラピーについての講義と実習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</li> </ul>		
	費用	実費：材料費 講師謝礼：1回 10,000円			
	登録者 団体名	くろき とみこ 黒木 宝子 性別：女 生年：-			
	登録番号	B-005	地域	-	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>ハーブ、アロマテラピー</b>			
	05 アロマ	活動内容 /PR	ハーブとアロマテラピー体験講座(クラフト等)、アロマハンドトリートメントアロマテ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		
	費用	実費：500円～ 講師謝礼：3,500円～			
	登録者 団体名	いそのくにこ(ふいーるえも) 磯野 久仁子 性別：女 生年：-			
	登録番号	B-202	地域	新所沢	

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>カルトナーージュ工作</b>			
	06 その他	活動内容 /PR	カルトナーージュは、厚紙と布を使ったフランスの伝統工芸です。実用的なものを中心に季節を感じる作品も作ることができます。カット済みの厚紙にボンドで布をはる布小物を作りませんか？指先の動作で脳の活性化！		
	費用	材料費 500円～ 謝礼 500円/1人			
	登録者 団体名	いざわ みか 伊澤 美香 性別：女 生年：			
	登録番号	B-238	地域		

05 趣味・カル チャ-	登録内容	<b>写真撮影指導</b>			
	06 その他	活動内容 /PR	写真撮影の基礎と実践指導公益社団法人 日本写真家協会会員		
	費用	無料			
	登録者 団体名	ふくその こうじ 福園 公嗣 性別：男 生年：			
	登録番号	A-312	地域	小手指	

05 趣味・カルチャー 04 絵画	登録内容	<b>クラブ活動運営代行・講師派遣</b>		
	活動内容 /PR	まんが・イラストを楽しむクラブ活動新潟市で「新潟まんがイラストクラブ」運営、市内 8 区で放課後の地域クラブ活動実施。美術部の後任請負、「適応指導教室」での授業を担当		
	費用	実費:、謝礼：一人につき 500 円※応相談		
	登録者団体名	おおいし ひろこ 所沢まんがイラストクラブ 性別： 生年： -		
	登録番号	C-078	地域	所沢

05 趣味・カルチャー 04 絵画	登録内容	<b>イラスト、民謡などの講師や、地域クラブの指導</b>		
	活動内容 /PR	まんがイラスト講師、地域クラブ指導員、民謡歌唱、民謡レクリエーション、盆踊り指導新潟市市内 8 区で放課後の地域クラブ活動実施。民謡レク芸人として地域のイベントや福祉施設でも活動中		
	費用	実費:、謝礼：一人につき 500 円※応相談		
	登録者団体名	おおいし ひろこ 大石 弘子 性別： 生年： -		
	登録番号	B249	地域	所沢

06 レク 01 講話	登録内容	<b>笑って聞く男女の脳の違い</b>		
	活動内容 /PR	笑って聞く男女の脳の違い「男は IQ、女は度胸」・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		
	費用	講師謝礼：10,000 円～ 応相談		
	登録者団体名	きたざわまさつぐ（あやしやこいつ） 北沢 正嗣 性別：男 生年：		
	登録番号	A-218	地域	富岡

06 レク 01 講話	登録内容	<b>笑って聞ける「健康講座」</b>		
	活動内容 /PR	笑って聞ける「健康講座」 「笑い与健康」～元気で長生きのコツとツボ～・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		
	費用	講師謝礼：10,000 円～ 応相談		
	登録者団体名	きたざわまさつぐ（あやしやこいつ） 北沢正嗣 性別：男 生年：		
	登録番号	A-219	地域	富岡

06 レク	登録内容	<b>所沢の歴史・文化の語り</b>		
01 講話	活動内容 /PR	所沢の歴史・文化等を語る生涯学習をすすめる市民会議のところ学語り部養成講座を終了		
	費用	実費：交通費		
	登録者 団体名	かたりべのかい（くぼた けいこ） 語り部の会 性別：— 生年：—		
	登録番号	C-070	地域	富岡

06 レク	登録内容	<b>笑いの話や笑える話</b>		
01 講話	活動内容 /PR	笑いの話や笑える話、「笑いを探る」・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		
	費用	講師謝礼：10,000 円～ 応相談		
	登録者 団体名	きたざわまさつぐ（あやしやこいつ） 北沢正嗣 性別：男 生年：—		
	登録番号	A-220	地域	富岡

06 レク	登録内容	<b>ジャグリング指導・実演</b>		
02 その他	活動内容 /PR	・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。 <a href="https://ichiro.t.wixsite.com/jugfly">https://ichiro.t.wixsite.com/jugfly</a>		
	費用	講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	じゃぐりんぐくらぶ（たなか かずき） 所沢ジャグリングクラブ 性別：— 生年：—		
	登録番号	C-024	地域	入間市

06 レク	登録内容	<b>マジック</b>		
02 その他	活動内容 /PR	ステージを中心としたマジックの出前高齢者施設、自治会、子ども会等 年間 50 回程度の実績あり		
	費用	実費：交通費（2,000 円/回）		
	登録者 団体名	さいのくにいきいきマジックくらぶ（おかもと りょうへい） 彩の国いきいきマジッククラブ 性別：— 生年：—		
	登録番号	C-029	地域	小手指

06 レク	登録内容	<b>紙芝居</b>		
02 その他	活動内容 /PR	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)) <a href="https://www.facebook.com/casseroleeditor">https://www.facebook.com/casseroleeditor</a>		
	費用	講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	いとうひろし 伊藤 博 性別:男 生年:		
	登録番号	A-306	地域	富岡

06 レク	登録内容	<b>けん玉</b>		
02 その他	活動内容 /PR	けん玉を使った遊び方・健康維持法(フレイル予防)【経歴】NHK紅白歌合戦ギネスチャレンジ3年連続出場、けん玉ワールドカップ4年連続出場、小学校・児童館・子ども食堂等でのボランティア経験多数【資格】日本けん玉協会2級指導員、健康けん玉指導員、段位四段ノグローバルけん玉ネットワークけん玉先生、EXPERT3級		
	費用	講師謝礼：1回5,000円(交通費含む)		
	登録者 団体名	あいざわ まさと 相澤 正人 性別:男 生年:		
	登録番号	A-321	地域	新所沢東

06 レク	登録内容	<b>紙芝居と歌</b>		
02 その他	活動内容 /PR	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)美大にて助手として勤務 絵画教室指導		
	費用	実費：交通費 講師謝礼：1回5,000円		
	登録者 団体名	むらたわか 村田 和香 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-129	地域	所沢

06 レク	登録内容	<b>似顔絵</b>		
02 その他	活動内容 /PR	希望される方に似顔絵、スケッチ等教示 ・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。・自己流ですが、描き方も教えます。		
	費用	実費：画材代		
	登録者 団体名	おかもと かずお 岡本 和夫 性別:男 生年:		
	登録番号	A-308	地域	新所沢東

06 レク	登録内容	<b>フラダンス</b>		
02 その他	活動内容 /PR	フラダンス・レイメイキングフラ歴 20 年 地域ボランティア活動をしています。小学校の母親教室、子どもフラ等。生花でレイを作ることもします。		
	費用	フラ 1 回 1,000 円 レイメイキングは花材実費+1 回 2~3H 2,500 円		
	登録者 団体名	しらいし まゆみ 白石 まゆみ 性別:女 生年: -		
	登録番号	B-232	地域	-

06 レクリ エーション	登録内容	<b>ADHD な僕が生きやすくなれた訳</b>		
01 講話	活動内容 /PR	講師自身が ADHD を持って生きやすくなれた経験を通しての講演会、インプロ（即興演劇）で前向きな表現を学ぶ映画監督、役者、海外映画祭受賞歴多数		
	費用	講師謝礼		
	登録者 団体名	まつおか しゅん 松岡 峻 性別:男 生年:		
	登録番号	A-333	地域	

06 趣味・カル チャー	登録内容	<b>寄せ植え</b>		
01 園芸	活動内容 /PR	ギャザリング技法の指導あおき式ギャザリング認定、ハンギングバスケットマスター、グリーンアドバイザー、ららぽーと・マルイなどでワークショップ、自店でのレッスン、コナズ珈琲植栽		
	費用	実費：花材、器代、培養土代等		
	登録者 団体名	わかやま なな 若山 菜菜 性別:女 生年:		
	登録番号	B-239	地域	

07 スポーツ	登録内容	<b>メディカルヨガ指導</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティ ス	活動内容 /PR	事務職の方向け肩コリ解消リラックスヨガ日本統合医学協会メディカルヨガインストラクター		
	費用	無料		
	登録者 団体名	ながの まりこ 長野 真理子 性別:女 生年:		
	登録番号	B248	地域	

07 スポーツ	登録内容	<b>ヨガ</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティス	活動内容 /PR	介護予防/認知症予防のヨガ ・椅子に座ったヨガ・ストレスマネジメントのヨガ ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士		
	費用	実費：交通費、講師謝礼 1 回：3000 円 多人数の場合応相談		
	登録者 団体名	つるさき なつこ 津留崎 奈律子 性別:女 生年: -		
	登録番号	B-231	地域	吾妻

07 スポーツ	登録内容	<b>体の歪みと健康について(講座と体操)</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティス	活動内容 /PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体の歪みについての講座</li> <li>・ゴムバンドを使った体操指導管理栄養士・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。</li> </ul>		
	費用	交通費		
	登録者 団体名	ふくむら さなえ 福村 早苗 性別:女 生年:		
	登録番号	B-217	地域	狭山市

07 スポーツ	登録内容	<b>ピラティス</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティス	活動内容 /PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>・骨盤調整ピラティス指導</li> <li>・親子ピラティス指導保健センター、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</li> </ul>		
	費用	実費：交通費、講師謝礼：応相談		
	登録者 団体名	うえだむねもと 上田 宗主 性別:男 生年:-		
	登録番号	A-164	地域	-

07 スポーツ	登録内容	<b>ヒップホップダンス、ロックダンス他</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティス	活動内容 /PR	ヒップホップダンス、ロックダンス他の指導		
	費用	応相談		
	登録者 団体名	まつした ひろこ 松下 ひろ子 性別:女 生年:-		
	登録番号	B-200	地域	-

07 スポーツ	登録内容	<b>ストレッチ体操</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティ ス	活動内容 /PR	ストレッチ体操の指導		
	費用	応相談		
	登録者 団体名	まつした ひろこ 松下 ひろ子 性別:女 生年: -		
	登録番号	B-199	地域	-

07 スポーツ	登録内容	<b>笑いヨガ</b>		
01 体操・ヨガ ・ピラティ ス	活動内容 /PR	・笑いヨガ、芸者姿に扮して唄う、傾聴、リフレクソロジー、ハンドマ ッサージ高齢者施設、自治会、老人会などの集まりに出演、笑いの健康 効果とみんなで笑う楽しさを実演。唄は余興として。		
	費用	実費：交通費		
	登録者 団体名	かわはらちえこ（ところざわ ちえ） 河原 千恵子 性別:女 生年:		
	登録番号	B-172	地域	並木

07 スポーツ	登録内容	<b>ヨガとストレッチ</b>		
01 体操・ヨ ガ・ピラティ ス	活動内容 /PR	呼吸に合わせたヨガの動きで身体をゆるめる RYT 2 0 0 全米ヨガアラ イアンス、IHTA 認定ヨガインストラクター2 級、1 級 HP : <a href="http://mosh.jp/tocoyogashiori/home">mosh.jp/tocoyogashiori/home</a>		
	費用	講師謝礼：3 人まで 3000 円 1 人増ごとに 500 円		
	登録者 団体名	たかはし しおり（ところ しおり） 高橋 詩織 性別:女 生年:		
	登録番号	B-245	地域	

07 スポーツ	登録内容	<b>楊名時太極拳・八段錦・24 式太極拳の指導</b>		
02 太極拳	活動内容 /PR	・楊名時太極拳、八段錦の指導 ・高齢にもやさしい健康法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		
	費用	1 回 団体に 1,000 円		
	登録者 団体名	こぬまさひろ 小沼 正廣 性別:男 生年:		
	登録番号	A-299	地域	所沢

07 スポーツ	登録内容	<b>伝統太極拳の指導</b>		
02 太極拳	活動内容 /PR	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。陳氏太極拳協会指導員		
	費用	講師謝礼：1 か月 3,000 円(学生は応相談)		
	登録者 団体名	かわのよしひと 河野 吉人 性別:男		
	登録番号	A-314	地域	三ヶ島

07 スポーツ	登録内容	<b>ノルディック・ウォーキング</b>		
03 ウォーキング	活動内容 /PR	若い方から高齢者まで効果的に全身運動ができるノルディック・ウォーキングの指導ノルディック・ウォーキング・インストラクター、健康生きがいづくりアドバイザー		
	費用	実費：ポールレンタル料1対（500円～1000円）他 初回室料		
	登録者 団体名	くらふじ みちよ 藏藤 美千予 性別:女 生年:		
	登録番号	B-243	地域	

07 スポーツ	登録内容	<b>インターバル速歩の講習と実技指導</b>		
03 ウォーキング	活動内容 /PR	インターバル速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）指導者はインターバル速歩インストラクター		
	費用	無料		
	登録者 団体名	さいとう りょういち 斉藤 良一 性別:- 生年:-		
	登録番号	A-328	地域	所沢

07 スポーツ	登録内容	<b>フラッグフットボール</b>		
04 その他	活動内容 /PR	「フラッグフットボール」の初心者からの指導から競技ができるまで気軽に安全にできるスポーツです。詳しくは KCFA(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		
	費用	無料		
	登録者 団体名	あめりかんふつとぼーるきょうかい (こだ けいすけ) 埼玉県アメリカンフットボール協会 性別:- 生年:-		
	登録番号	C-072	地域	所沢

07 スポーツ  04 その他	登録内容	<b>卓球指導(硬式、ラージ)</b>		
	活動内容 /PR	卓球×ポジティブ心理学「卓球でもっと素敵な毎日を♪」 より多くの方にラリーや試合を楽しんで頂くための卓球教室日卓協公 認コーチ、部活指導員、メンタル心理カウンセラー、ポジティブ心理学 PIR、卓球療法士、2015年度 JAM 普及功労者アワード功労賞受賞		
	費用	実費 講師謝礼：1時間 3000円、2時間 5000円※1団体、応相談		
	登録者 団体名	やまぐち まさとし 山口 雅俊 性別:男		
	登録番号	A-325	地域	三ヶ島

07 スポーツ  04 その他	登録内容	<b>ディスコン</b>		
	活動内容 /PR	・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子どもから高齢者まで誰 でもいつでも気軽に楽しめます。 <a href="http://www.saitama.-discon.jp">http://www.saitama.-discon.jp</a>		
	費用	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		
	登録者 団体名	でいすこんきょうかい (いそ たけえ) 所沢市ディスコン協会 性別:- 生年:-		
	登録番号	C-032	地域	新所沢