

令和7年4月発行

令和7年度版

春日部市生涯学習人材情報登録者一覧

春日部市では、市民の学習活動を支援するため、
趣味・スポーツ等、さまざまな分野で指導者・ボランティアとして
ご協力いただける方を登録し、市民の皆様に紹介しています。

サークル活動の指導者や講師をお探しの方は、ぜひご活用ください！
登録者の連絡先については、下記までお問い合わせください。

【お問い合わせ先】

春日部市教育委員会 社会教育課 生涯学習推進担当

〒344-0062 春日部市粕壁東3-2-15

（春日部市教育センター3階 視聴覚センター内）

TEL: 048-763-2425 FAX: 048-763-2219

メールアドレス: s-kyoiku@city.kasukabe.lg.jp

※視聴覚センターの休所日は月曜日・祝休日です。



市公式HPにて
随時更新♪

↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓↓



目次

【指導者】

No	分野	ページ
1	社会・歴史・経済	1 ～ 1 ページ
2	自然科学・産業・技術	2 ～ 4 ページ
3	音楽・文化・芸能	5 ～ 8 ページ
4	美術・工芸	9 ～ 10 ページ
5	語学・古典・文芸	11 ～ 13 ページ
6	市民生活・健康・福祉	14 ～ 17 ページ
7	スポーツ・レクリエーション	18 ～ 21 ページ
8	今後、新規追加登録者はHPにて更新！	
合 計		

令和7年4月現在

登録件数		
個人	団体	合計
2	1	3
14	1	15
27	0	27
13	0	13
19	0	19
26	1	27
20	4	24
121	7	128

※一覧の「出前講座」欄に○のついている登録者は、
かすかべし出前講座の市民講師としても活躍しています。

詳しくは
市公式HP
へ⇒



また、ボランティアとして、要請のあった市民・団体の学習活動や催し等に参加し、
事業が円滑に進むよう支援する「ボランティア登録者」（現在13名登録中）もごさいます。
※政治、宗教又は営利を目的とした活動には利用できません。依頼内容について確認する為、視聴覚センターへご相談をお願いいたします。



人材情報のご利用方法

- ①生涯学習人材情報登録者一覧の中から、
指導等を依頼したい登録者を選びます。
- ※一覧に掲載している費用等は目安ですので、
依頼内容によって変更する場合があります。
- ②連絡を取りたい登録者について、
社会教育課に電話等で相談してください。
(TEL: 048-763-2425)
- ③社会教育課から登録者に依頼内容を伝え、
登録者の連絡先を依頼主に情報提供しても
良いか確認します。
- ④社会教育課から依頼主に
登録者の連絡先をお伝えします。
- ⑤依頼主は登録者と連絡を取り、
詳細について話し合ってください。



令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

1 社会・歴史・経済

NO	指導ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前講座
1-01	法律	あかほり よしたか 赤堀 良孝	・自筆証書遺言書の書き方講座 ・エンディングノートの書き方講座 行政書士（昭和15年8月8日取得）	成人以上	講義 実技	土・日	【教材費等】 1人あたり500円	○
1-02		ふくだ やすし 福田 泰	初めての障害年金 障害年金を受給するための要件について 社会保険労務士	限定なし	講義	要相談	【教材費等】 1人あたり500円	○
1-03	歴史・民俗	うちまき 内牧フオークロア	内牧地区内の歴史と民俗（寺・古道・祭・習慣など）の案内 少人数でも可能です。 2011年埼玉県文化ともしび賞受賞、生涯学習市民塾開催実績あり	限定なし	講義 ウォーク	月～木・日 （午後）	無料	

令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

2 自然科学・産業・技術

NO	指導ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前講座
2-01	パソコン	うめかわ いさむ 梅川 勇	Windows/パソコンでOfficeの指導 パソコン利用指導歴20年	成人以上	講義 実技	水・金・土・日	【教材費等】 1回あたり500円	
2-02		きたう ひろし 佐藤 広	実施内容の解説（30分程度）を行い、その後2コマ（2時間×2コマ）の実技で、パソコンのキーボードのタッチタイプ（ブラインドタッチ）が出来るように指導します。 パソコンのブラインドタッチ習得を強く希望する人向けの内容です。	限定なし	講義 実技	月・木（午前） 火・水・土	【講師交通費】 実費 【講師謝礼】 全行程で10,000円	
2-03		にった てつじ 新田 哲二	・プログラミング：Scratch等（小学生向け）・HP、ブログの開設指導 ・生成AI・Office他利用・PC全般（OS、ネットワーク、バックアップ、SSD換装他） プログラミング教室：7年超、ITCE（教育情報化コーディネーター）、ICT支援員、社会福祉士、精神保健福祉士 ・防災士	限定無し ※プログラミングは小学生以上	講義 実技	要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1回あたり100円 【講師謝礼】 要相談	○
2-04		ひる Hill（ヒル） よしえ 芳江	スクラッチを使ってプログラミング。ゲームやアートをつくります。 英会話スクール講師歴27年、キッズプログラミング講師歴2年	12歳以下のお子さんとその保護者	実技	水（14～17時） 土（13～16時）	【講師謝礼】 1団体1回あたり3,000円	○
2-05		みわ まさる 三輪 勝	〈デジタル活用支援〉 〈パソコン・スマホ・タブレット基礎から応用全般〉 インターネット・office応用・SNS など、ご希望に応じてサポートいたします。 寺子屋パソコンクラブ・春日部シニアふれあいPCサークル 講師歴10年	限定なし	講義 実技	要相談	【教材費等】 1人あたり100～500円	○
2-06	科学	かわしま まさひろ 川島 雅裕	発達支援、障がい幼児の為にタッチスイッチによる音楽遊び、ロボット遊び、言葉の発達を助ける絵カード遊び 児童指導員	障がいの ある 幼児	実技	土・日	無料	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
2-07	科学	よねい けんじ 米井 健治	・身近になった半導体工学（半導体・金属・絶縁体中の電気の流れ） ・電荷結合素子（CCD）の構造と応用（京都大学工学博士論文より） ・電気回路・電子回路・薄膜工学・真空工学など 京都大学工学博士（論士博第2322号）、東京大学大学院留学、元芝浦工業大学・修士・博士課程教授、元文教大学非常勤講師	限定なし	講義	土（午後）	無料	○
2-08		わくわく かがく 科学クラブ	身近な材料でオモチャを手づくりして遊び、オモチャの不思議な動きや変化を観察します。観察した不思議のわけを考え、実験をします。 以上の体験で科学への理解を深め、関心を高め、一人でも多くの人に手作りの楽しさや科学の面白さを実感していただき、「理科好き」になってほしいと活動しています。 2010年4月 わくわく科学クラブ発足 2016年7月 「地域貢献活動」で日本生命財団から顕彰	小学生 以上	工作 実験	終日	【教材費等】 1人あたり200円	○
2-09		ささき けいた 佐々木 啓太	室内でのドローンの簡単な操縦技能を覚えて頂き、その技能を使った簡単なゲームなどでドローンの楽しさをお伝えします。 無人航空機操縦者技能証明書（ドローンの国家資格）	小学4年生 以上	実技	要相談	【講師謝礼】 要相談	○
2-10	環境・ 自然保護	たざき りゅういち 田崎 瀏一	写真でめぐる世界の風景&日本の風景 カメラ歴18年、2024市展入賞(写真部門)	限定なし	講義	要相談	無料	○
2-11		みや ひろはる 宮 洋春	野鳥、昆虫、草花など生きものを鑑賞し“やすらぎ”と“コミュニケーション”を深めましょう。 小学校・幼稚園・介護施設等にて指導実績あり、 埼玉県環境アドバイザー、元ISO審査員（環境、品質）、 ISO（環境、品質）コンサル及び審査で環境保全について 指導経験多数有り 人材登録して10年以上になります。生きものの珍しい生態が見られます。	限定なし	講義	終日 要相談	無料	○
2-12	キャリア	しいはら としじ 椎原 敏次	苦しまずに前向きな気持ちで資格を取得する方法を伝授いたします。 インテリアコーディネーター、二級建築士、 色彩検定一級、エネルギー管理士	限定なし	講義	火・水・金・日	無料	



NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
2-13	キ ャ リ ア	やまぐち かずお 山口 一夫	・人生100年時代の幸福力アップ セミナー ・人生100年時代のセカンドライフデザインセミナー 主に中高年やシニアの皆さまを元気にする講座を実施いたします。 人材開発コンサルタント歴（30年）。 令和元年より、彩の国いきがい大学プラチナコースにて 「人生100年時代のセカンドライフ・デザイン」講座を担当 セミナー講師&英語通訳ガイドの二刀流で頑張ってます！ 	おおむね 50歳～ 70歳	講義 講演	要相談	【講師謝礼】 1人あたり 500円～1,000円	○
2-14	思 想 ・ 哲 学	まつさか 松坂 ミキ	子育て中のお母さんを対象に、うまくいかない原因を外に探すのではなく自分を見つめ向き合うことで気づいていくことをコーチする。 身体的に実践し、子どもに向き合える自分になる。 メンタルケアアドバイザー、傾聴ボランティア養成修了認定、ノンフィクション小説 「ROOTS」（文芸社より出版）	子育て 中の 母親	講義	実施希望日の 1か月以上 前なら 調整可能	【講師謝礼】 1人あたり1,000円程度	○
2-15		やまと しんいち 大和 真一	中高生の子どもに持つ親、あるいは中高生が対象。 『いまなぜ勉強することが必要なのか・・・』を説明できる様にするための講座です。 若い時に勉強した人としなかった人では、成人してからどのような違いがでてくるのでしょうか。いくつかの具体例で説明します。 九州工業大学工学部大学院修了、技術士（建設部門）、博士（工学）、大学にて講義 中学、高校へ出向いて教室や体育館などでお話しできます。	中高生の子どもを持つ親または中高生	講義	要相談	無料	○

令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

3 音楽・文化・芸能

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
3-1	音楽	あたらし せいじ 新 清司	正しく歌う、声の出し方・口のあけ方 歌手・タレント	限定なし	講義 実技	土	【交通費】 1人あたり500円	○
3-2		すぎうら ゆうすい 杉浦 佑水	芝水院流琵琶の語りと演奏を楽しみましょう。 奥伝	限定なし	講義 実技	金	無料	○
3-3		そうしろう 奏志朗	楽器（オカリナ）演奏	限定なし	実技	終日 要相談	【交通費】 実費 【講師謝礼】 要相談	
3-4		のだ あきこ 野田 明子	オカリナ演奏、楽譜の読み方 ライリッシュ・オカリナ連盟 HP⇒  ライリッシュ・オカリナ連盟認定講師 オカリナで仲間作りをしませんか？ご相談ください。	成人以上	実技	金（午後）	無料	○
3-5		はらだ しんじ 原田 慎二	ジャズ鑑賞の楽曲解説と楽しみ方 講師が学生の頃から熱中したジャズ、集めたLPレコードやCDは2,000枚を超え、一生の趣味としてその醍醐味を探ります。 ジャズナビゲーター（東京都や埼玉県下で長く、ジャズイベント等でジャズを楽しく鑑賞するための解説） 良い音楽と素敵な演奏は心と身体に幸せと元気を与えてくれます。そんな時間をご一緒に！ 	限定なし	鑑賞 解説	金・土 （午後）	【教材費等】 1回あたり200円	○
3-6		ふねなみ そのえ 舟波 園江	初心者から皆伝教則本に沿った音楽の指導をします。 琴生流琴八重会 師範	成人以上	講義 実技	月・火・木 （午後） 水（午前） 金	【教材費等】 100円	

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
3-7	音楽	みやにし 宮西 かちよう 歌澄陽	箏（こと）演奏、指導 初歩～経験者の合奏まで楽しく指導します。 生田流箏曲筑紫会 飛梅司大師範	限定なし	実技 鑑賞	要相談	【教材費等】 実費 【講師謝礼】 1時間あたり3,000円	
3-8	詩吟	あかほり 赤堀 よしたか 良孝	詩吟の基礎から指導します。 漢詩、和歌、俳句、新体詩など。 詩吟歴 十段 準師範 令和2年9月1日	成人以上	実技	土・日 (13～16時)	無料	
3-9	書道・ ペン字	いがらし 五十嵐 こうほ 光圃	手書きのよさを見直し、美しく好印象を与える文字の習得を目指します。 基礎から応用、漢字。ひらがな、くずし方まで。 墨光書通院・同人、ペン習字教室「光圃会」主宰	限定なし	講義 実技	月・火・土 (午後)	【教材費等】 1人あたり100円	○
3-10		こばやし 小林 びこう 美香	書道、筆ペン、ボールペン字 日本書道教育学会 師範	成人以上	講義 実技	火 (10～12時) 水 (13～17時)	【講師交通費】1,000円 【教材費等】 1回あたり100円 【講師謝礼】 1時間半あたり5,000円 (※人数により要相談)	○
3-11		さいき 斎木 せいほう 静峰	習字、漢字、かな、ペン字、基本から師範まで指導します。 書道歴50年、日本習字学会師範（かな・毛筆・硬筆）、 書遊会 師範、頌門会師範	限定なし	実技	火・水・金 (午後)	【講師謝礼】 1時間あたり3,000円 要相談	
3-12		せきね 関根 めいじょう 鳴城	書道（毛筆を中心とした内容） 初心者向け内容から経験者向けまで希望により対応いたします。 埼玉県高等学校教諭（昭和51年～平成31年）、 毎日書道展審査会員、創玄展審査員、春日部書道連盟副会長	限定なし	実技	要相談	無料	○
3-13	ア筆 文字 ト字	レミコ	にこふで筆文字アート ハーバリウム、キャンドル、アロマクラフト、にこふで筆文字アート 認定講師	限定なし	実技	要相談	【教材費等】 1人あたり 1,000～2,000円	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
3-14	華道	あすけ いちじゅん 安助 一洵	草月流生花 基本から上級の方まで 草月流師範会理事	限定なし	講義 実技	要相談	【教材費等】 1人あたり1,500円	○
3-15		かどう きつ FK華道・着付 け・茶道教室	着付け・華道・茶道 華道・着付け教授・茶道教授補 川口短期大学特別講師、小学校華道特別授業 楽しく無理のないように練習しています。伝統文化で癒されて見ませんか	限定なし	実技	月～木・土 (午前) 日	【教材費等】 1回あたり1,500円	○
3-16		さいき じゅんせい 斎木 洵静	いけ花の基本から師範まで指導いたします。 草月流いけ花歴60年、草月流師範会理事	限定なし	実技	火・水・金 (午後)	【講師謝礼】 1人2時間あたり800円	
3-17	舞踊・ 着付け	ふじい きょうこ 藤井 恭子	地元春日部・埼玉の民踊指導 全国の民踊指導 公益社団法人 日本フォークダンス連盟（民踊）2級指導者 埼玉県民踊レクリエーション連盟指導者 埼玉県立武道館民踊教室指導者 盆踊りも少なくなり、地元の踊りを踊る機会もなくなりました。 ぜひ皆さんで楽しく踊りましょう。	限定なし	実技	月・火 (午前) 要相談	【講師交通費】 実費	○
3-18		ふじま ましろ 藤間 眞白	日本舞踊のほか、着付けや和事の所作、礼儀作法などを指導します。 日本大学芸術学部卒業、日本舞踊師範、 その他コンクール等入賞経験あり	限定なし	講義 実技	要相談	【講師謝礼】 要相談	○
3-19		ほりこし なつみ 堀越 奈津美	安来節どじょう掬い踊り 安来節の唄など 安来節保存会関東支部長、安来節唄師範 個人でもお仲間と一緒にのサークルとしても活動できます。	限定なし	実技	要相談	【講師謝礼】 1回あたり500円	○
3-20	文化・ 芸能	こーへい はなふたし こーへい/花札師	花札(主に高野流・こいこい、はちはちも可) 社会教育主事任用、社会福祉主事任用	限定無し	実技	土・日 平日終業後	無料 内容によって要相談	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
3-21	芸能	いのうえ きよこ 井上 喜代子	- マジック（簡単なものを遊びながら）、玉すだれ（初級） - クラフト（新聞紙で作る手さげバッグ、牛乳パックで小物箱、フェルトの人形） - ラジオ体操	限定なし	実技	要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人1回あたり100円	○
3-22		きいつぼん 生一本	落語（寄席）を楽しんでいただきます。	限定なし	鑑賞	土・日 （午後）	無料	○
3-23		しまだ さだお 島田 定夫	昔あそびのベーゴマ、メンコ、ビー玉、グランド遊び一般について指導します。 昔あそび歴25年	限定なし	実技	土・日	無料	○
3-24		ダーク はま ダーク 浜	マジック指導 春日部マジッククラブ、庄和マジッククラブ他指導	限定なし	講義 実技	終日	無料	○
3-25		みーせんせい おかしな世界	お笑い腹話術マジックショーの鑑賞及び実技 腹話術マジックショーの公演回数が640回を超えました。 	限定なし	実技 鑑賞	要相談	【講師交通費】 1,000円程度	○
3-26		めぐ	南京玉すだれ、基本技、口上、歌 南京玉すだれ経歴28年、指導歴あり、イベント出演あり	限定なし	講義 実技	月～土（午前・午後）	【教材費等】 1回あたり1,000円	
3-27	朗読	かどくら くみこ 門倉 久美子	朗読指導（カリキュラムは時間によって組み合わせができます） 「朗読の基本」から「様々な作品を朗読」まで。受講者の希望やレベルに合わせて指導。 番組・催事の司会、CM・ナレーション等吹き込みの経験あり、 朗読ボランティア指導、コープ・カルチャーセンターで朗読指導 指導歴40年	成人以上	講義 実技	要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 500円 【講師謝礼】 1回あたり5,000円 要相談	○

令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

4 美術・工芸

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
4-1	美術・工芸	アートのはら	絵が苦手でも大丈夫！型紙で描けるかわいいイラスト制作のワークショップをご提供します。やさしい色のパステルを削って粉にして、指先でくるくる塗ると、ふんわりキレイなイラストに♪上手下手ではなく個性が出るから周りの人と話が弾むレクリエーションです。 パステル和アートインストラクター講師歴8年、 ワークショップ開催・公民館ご依頼実績多数	限定なし ※小学2年生 以下は 保護者同伴	実技	要相談	【教材費等】 1人あたり2,000円 多人数の場合要相談	○
4-2		かやま せいじ 香山 誠司	紙粘土を使った人形作り（フワフワねん土）を指導します。 初心者の方でも簡単に作ることができます。	限定なし	講義 実技	土・日	【教材費等】 1人1回あたり650円	○
4-3		きざわ のりこ 木澤 範子	七宝焼の基礎から指導いたします。銅板を切って作る作品、ハガキ判の七宝絵等、楽しく指導いたします。 七宝焼経歴40年、日本七宝指導者協会会員	限定なし	実技	月・水・日 (午前)	【教材費等】 1人1回あたり 500～1,000円	○
4-4		くろかわ えつこ 黒川 悦子	絵手紙とは絵のある手紙を送ること。手紙に絵を添えると、気持ちを伝えやすくなります。墨で絵を描いて彩色をし、印を押し仕上げます。初心者でも一から指導します。 日本絵手紙協会公認講師	限定なし	講義 実技	水（午前） 金（午後） 土	【教材費等】 要相談	
4-5		こじま えいこ 小島 栄子	布素材（衣料品、バッグ等インテリア素材）にステンシル型を使って水性アクリル絵の具で染めます。 グレープヴァイン角田まさ子認定講師	成人以上	講義 実技	月・日（午後） 木 要相談	【教材費等】 定期講習の場合 15,000円～要相談 【講師謝礼】 2時間あたり 2500円～要相談	○
4-6		ここ るあな. coco..luana. すずき さくら 鈴木	・貼るだけ簡単ロゼット作り ・貼るだけ簡単インド刺しゅうペンケース作り アンデコールロゼット認定講師、パルトボヌール講師	限定なし	実技	金・土・日 (10～12時)	【交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり 500～1,000円 【講師謝礼】 1団体1回あたり 5,000円	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
4-7	美術・工芸	こんどう いくこ	岐阜県関市発祥の新しいアート。 ビニールシートを彫刻刀で彫って、 江戸切子やステンドグラスのような 輝きのアート作品が出来上がります。 	11歳以上	講義 実技 ワークショップ	要相談	【教材費等】 1人あたり1,000円～ (作品の大きさにより)	○
4-8		にしじま 西嶋 ますみ	アロマクラフト作り、石けん作り 市民塾講師歴10年 アロマセラピー・メディカルハーブ・オリーブオイルソムリエ	限定なし	講義 実技	要相談	【教材費等】 1講座あたり500円 【講師謝礼】 1回あたり 3,000～5,000円	
4-9		はせべ 長谷部 美佐保	「親子で作ろうポンポンマスコット」 好きな色の毛糸で好きな動物等のかわいいマスコットが作れます。 親子でたのしく作って、オリジナルの作品を持ち帰れます。  クロッシェカフェかぎ針編み認定講師、 コープみらいカルチャー講師 幼児から高齢の方まで楽しかったとご好評頂いています	4歳～ 保護者同伴 小5～ 一人で 参加OK	実技	全日程可能	【講師交通費】実費 【教材費】 1個あたり300～500円 【講師謝礼】 2時間あたり2,000円 (20組以上の場合は無料)	○
4-10		めだかの学校 みずの 水野 じゅんこ 順子	布ぞうり、新聞紙で作る造花、新聞紙で作る箱 牛乳パックで作るクラフト（工芸品） 藍の葉染め（生葉）	成人以上	実技	水 (13:30～ 15:00)	【教材費等】 要相談	
4-11		やまかわ 山川 かすみ	パステル画、色鉛筆画、水彩画  武蔵美卒、公立中学校美術教師、カルチャースクール絵画講師	限定なし	実技	月・水～土 要相談	【講師交通費】 実費 【教材費】 200円 【講師謝礼】 1回あたり3,000円	○
4-12		レミコ (LE・ME・KO)	ハーバリウムのお花をキレイに魅せる配置、色の選び方、エッセンシャルオイルの効果、 キャンドルの炎の効果について指導します。 日本ハーバリウム協会、ボタニカルデザイン協会アロマクラフト、leftcandle、コットン パール協会アロマワックスサシェ、ウェットティッシュケース・おしりふきケース デコ 認定講師歴6年	限定なし	実技	要相談	【教材費等】 1人あたり 500～2,500円	○
4-13		わたなべ 渡邊 さちこ 幸子	木目込人形の作り方（全般）を指導します。 古今流真多呂人形教授資格	限定なし	実技	要相談	【教材費等】 要相談	○

令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

5 語学・古典・文芸

NO	指導ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前講座
5-1	語学	うちだ きよし 内田 潔	英語（会話等）について丁寧に指導します。 全国通訳案内士、英検1級、ロンドン駐在4年、	限定なし	講義 実技	日（午後） 要相談	無料	○
5-2		かわな ひろし 川名 広治	英語は、「音」で学べば聞き取れます。 効率的なボキャビル法（15,000語目標）や、英語環境の作り方について指導します。 司法通訳（弁護士会登録）、法廷通訳（地方裁判所登録）	限定なし	講義 グループワーク	要相談	【講師交通費】 実費	○
5-3		さくらい ともこ 櫻井 知子	フランス語 成人、主に60歳以上で、入門～初中級者への指導 獨協大学フランス語学科卒業	成人以上	講義	要相談	【講師交通費】 実費	○
5-4		シャオレイ	中国語について丁寧に指導します。 ・中国百景調べ、味わい、地方分けて風土・人情・食事・文化的特色を学ぶ ・自社の社員研修として中国語を習わせたい企業やプレゼン、スピーチ等のレッスン指導 全米ヨガアライアンス認定E-RYT500取得 大人数から少人数まで対応いたします。	限定なし	講義	水 要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり800円 【講師謝礼】 1団体1回あたり 10,000円	○
5-5		じゃぬま しゅうてい 蛇沼 秀貞	中国語について、基礎から上級・ビジネスまで丁寧に分かりやすく指導します。 指導歴20年以上（高校、公民館、個人レッスン等）	限定なし	講義	要相談	【講師交通費】 実費 【講師謝礼】 要相談	
5-6		スペイン語クラブ Cascabel (かすかべる)	初めて学ぶ方や基礎をやり直したい方を対象に、日本人に馴染みやすいスペイン語を分かりやすく、楽しく学べるコツを指導します 全国通訳案内士語 スペイン語、オンラインのスペイン語教室運営	限定なし	講義	土（午前）	【教材費等】 1回あたり500円	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
5-7	語学	ひらの 平野 さゆり 小百合	中国語の基礎から応用まで丁寧に指導します。	限定なし	講義	火・水・木・土	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人1回あたり 300～500円 【講師謝礼】 1団体1回あたり 5,000円	
5-8		ひる Hill（ヒル） よしえ 芳江	英会話、英語プレゼンテーション、英語エッセイ 英検、IELTS、TOEFL、FCE、留学向けSAT、APカリキュラム 英検準会場校・英検パートナー塾講師歴30年 英国の大学卒業・ロンドンで勤務歴あり	限定なし	講義	要相談	【交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり300円 【講師謝礼】 1人あたり500円	○
5-9		みやもと 宮本 ひろし 弘司	指導者の豊富な経験に基づいて、英語力習得のための基礎から応用に至るまで丁寧に指導します。 英会話サロン主宰 アメリカ在住6年 英検1級	限定なし	講義	水・木・金・土・日 要相談	【講師謝礼】 1人1回あたり1,000円	
5-10		みらんだ Miranda Seiko せいこ わんだー Wonder	英語、英文学、TOIEC等、資格試験について指導します。 大学講師（英語、英文学）	成人以上	講義	要相談	【教材費等】 要相談	○
5-11		ゆん 尹 ぶん 智暎	韓国語に対して初心者から上級レベルまで丁寧に指導します。 生活用語、またK-POPの歌詞、韓国ドラマの鑑賞なども一緒に楽しみながら勉強もできます。明るくて楽しいレッスンを目指します。	限定なし	講義 実技	平日	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり100円 【講師謝礼】 3,000円	
5-12	古典・ 文芸	いそや 磯谷 ふゆひ 冬日	俳句の作り方全般。 俳句講師歴11年、花野俳句会講師、俳人協会会員	成人以上	講義 実技	要相談	【教材費等】 1人あたり200円	○
5-13		うちやま 内山 まさかつ 政勝	漢字に関わる話全般、書き間違いやすい漢字、四字熟語、故事、諺、漢字の歴史や古代文字等、漢字にまつわる話を紹介します。また、「論語」全般についてもお話しします。 漢字教育士、論語指導士、漢検 漢字教育サポーター、 漢検準一級、中学高等学校教員免許取得	成人以上	講義	終日	【教材費等】 1人1回あたり200円	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
5-14	古典・文芸	こいけ ゆうすけ 小池 祐介	「古文書を読む」講座の開講 古文書を通じ、歴史と触れ合いながら、楽しく無理なく学習していきましょう。 国士館大学大学院人文科学研究科人文科学専攻 修士課程修了、 一般財団法人社会通信教育協会認定生涯学習1級古文書インストラクター資格、 学芸員、高等学校1種免許（地理・歴史）など	限定なし	講義	要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり500円	○
5-15		こもだ あきお 古茂田 彰男	①漢文⇒やさしい論語・孟子・韓非子・老子・莊子・勝組の書 「孫子」を読む・三国志・史記・漢詩を味わう・中国の文学ほか ②古文⇒枕草子・徒然草・伊勢物語・土佐日記・奥の細道・江戸川柳ほか ③一般教養⇒元号について・生活の中の五行説・敬語・熟語・ ことわざ・故事成語ほか けんかつまなびあい講師、漢文音読の会代表、坂戸市民塾講師、埼玉県家庭教育・学 習アドバイザー、学芸員、社会教育主事、県内公民館にて講座依頼多数 ほか 参加者全員による音読を中心とする参加型講座です。	限定なし	講義	要相談	【講師交通費】 実費 【講師謝礼】 7,000円	
5-16		たかはし くにお 高橋 邦夫	俳句全般、特に「加藤楸邨」について指導します。	限定なし	講義	要相談	【教材費等】 1人1回あたり100円	
5-17		はらだ しんじ 原田 慎二	論語、漢詞、漢文、中国古典全般及び日本を含む 東洋思想の解説、素読、創作指導等 論語指導士、漢字教育士、漢字教育サポーター 和漢の古典を学びながら古代人から現代に生きる私たちへ 生きる喜びと幸せのヒントをいただきます。	小学生 以上	講義	金・土 (午後) 要相談	【教材費等】 1回あたり200円	○
5-18	数字	こばやし 小林 ナンプレ教室 きょうしつ	ナンプレビギナーから中級レベルまで指導可能 2019年頃より現在まで上級者編まで習得中	限定なし	講義 実技	火・木・日	【講師交通費】 実費 【教材費】 1人あたり200円	○
5-19	出版	ひらの よしひさ 平野 恵久	○本づくりと出版体験を語る 児童相談所長、児童養護施設長、乳児院施設長、専門学校講師等を歴任 自著数冊出版経験あり	高校生以 上	講義	土・日 (14～16時)	【教材費等】 1人1回あたり300円	○

令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

6 市民生活・健康・福祉

NO	指導ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前講座
6-1	市民生活	あかほり 赤堀 よしたか 良孝	令和4年5月13日に改正走路交通法が施行され、高齢者講習及び認知症機能検査の内容が変わりました。 平成31年・令和4年認知症検査の体験談や埼玉県警察のHPに掲載されている参考資料等についてお話できればと思います。 平成31年・令和4年運転免許更新時の認知機能検査100点	おおむね 75歳 以上	講義 実技	土・日	【教材費等】 1人1回あたり500円	○
6-2		あるまていつく らいふ Aromatic life	アロマの使用方法、心や身体に与える作用などを学びながら、手作りコスメを中心にせっけんや入浴剤などをつくります。 (公社)日本アロマ環境協会認定 アロマセラピーインストラクター アロマセラピーアドバイザー ナチュラルビューティスタイリスト	限定なし	講義 実技	平日	【教材費等】 1人あたり 1,000~2,000円	○
6-3		いがらし 五十嵐 かずこ 和子	ふろしきの結び方、包み方を指導し、体験していただきます。 特に災害時におけるふろしきの活用法をお伝えしたいと思います。 一般社団法人ふろしき研究会会員	限定なし	講義 実技	月・火・土 (午後)	無料	○
6-4		いまい 今井 まゆみ 真由美	フラワーアレンジメントについて指導します。 マナコフラワーアカデミー師範	限定なし	実技	月 (午前・午後) 要相談	【教材費等】 1,000円	○
6-5		おしむら 押村 ようこ 陽子	アロマセラピー、カラーセラピー、セルフセラピー、アートセラピーについて指導します。 チャイルドカウンセラー、家族療法カウンセラー、ジュエリーデザイナー、アロマセラピスト、カラーセラピスト、食育アドバイザー	限定なし	講義 実技	要相談	要相談	○
6-6		しいはら 椎原 としじ 敏次	照明と健康の関係を専門的見知からお伝えし、良質な睡眠で健康寿命に役立てていただきます。 照明コンサルタント、インテリアコーディネーター、二級建築士、色彩検定一級	限定なし	講義	火・水・金・日	無料	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
6-7	市民 生活	もり ゆか 森 由香	片付けに関する講座をお引き受けします。 整理収納コンサルタント、片付け講座講師歴12年 無理のない片付けを始めてみませんか？お手伝いいたします。	成人以上	講義	火、水、金	【講師謝礼】 1人あたり500円	
6-8	食生活・ 料理	あきもと さちこ 秋元 幸子	・日本茶の美味しい淹れ方講座 ・和紅茶の美味しい淹れ方講座 ・日本酒初心者向けの日本酒の気軽な楽しみ方 日本茶インストラクター・唎酒師（ききさけし）・ソムリエ 活動報告 ブログ⇒  急須で淹れるポイントを学びながら実際にお茶を淹れて味わいます。 日本酒のミニクイズをしながら少量味わいます。（初心者向け講座）	成人以上	実技	要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり500円 【講師謝礼】 1回あたり5,000円	
6-9		コリアクッキ ング	韓国家庭料理 H10年に調理師免許取得、料理指導28年	成人以上 男性も ぜひ！	実技	月・日 （午前）	【材料費等】 1人あたり2,000円	○
6-10		じゃぬま しゅうてい 蛇沼 秀貞	中華料理について、時短でわかりやすく指導します。 講師指導歴20年以上	限定なし	講義 実技	要相談	【講師交通費】 実費 【講師謝礼】 要相談	
6-11		そば かい ふじ 蕎麦の会 藤	日本そばの打ち方・蕎麦つゆの作り方 一般社団法人 全蕎協 素人そば道 3段位	小学4年生 以上	実技	全日可能 要相談	【教材費等】 1人1回あたり1,500円 要相談	○
6-12		ら 楽ぱん	あらかじめ用意したピザ生地やパン生地を使い、「成形」の工程から焼き上げまで指導します。親子を対象とした指導も可能です。 パン講師に3年師事、食品衛生責任者	限定なし	実技	要相談	【教材費等】 1人あたり2,000円	○
6-13	健康・ 福祉・ 医学	あすけ たかこ 安助 隆子	健康指導 健康管理士 上級指導員	限定なし	講義	要相談	無料	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
6-14	健康・ 医学・ 福祉	いわた やすひで 岩田 泰秀	家族が自宅でできるiCARE(あいケア)式メソッドによる認知症の予防と治療について実践的に指導します。指導することは心の持ち方と食事、循環、解毒排泄、休息睡眠をバランスよく改善すること。iCARE式メソッドをマスターすれば認知症のみならず、他のいろいろな病気にも応用可能です。	成人以上	講義 実技	要相談	無料	○
6-15		さつた きよあき 薩田 清明	- 女性の健康寿命延伸のキーは、骨の健康である - なぜ女性は加齢と共に骨が弱くなるのか 元東京家政学院大学食品衛生学・公衆衛生学教授	成人以上 (10人以上 での 受講希望)	講義	木・金・土・日	【教材費等】 1人あたり100～200円	
6-16		シャオレイ	- 座学でアーユルヴェーダ食事活、季節ごとの食生活をしっかりとお伝えします。 - スパイスと野菜などの食事メニューを提供し、ご自宅でも再現しやすい講座、普段の生活にもギー(油)を使って自宅マッサージで若々しさを継続します。 全米ヨガアライアンス認定E-RYT500取得 お気軽にお声がけください！	限定なし	講義 実技	火・金 (午後) 要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり500円 【講師謝礼】 1団体1回あたり 10,000円	○
6-17		たかはた ふみに 高畑 富美子	- 在宅介護から学んだこと ～一人の介護、みんなの介護～ - 知識は力なり ・介護者の生活も大切等 老人保健福祉文献賞 最優秀賞受賞「母の世界に付き合って」、NHKミニドラマ原案者、地区協力員として介護相談員15年間	限定なし	講義	水・木・土・日	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり100円	○
6-18		たなか かよこ 田中 佳代子	わらべうたを使ってベビーマッサージ 幼稚園教諭、保育士、わらべうたベビーマッサージ・シニアのためのわらべうた脳活インストラクター 赤ちゃんとお母さんのふれあいを通じて、心の絆を深めましょう	親子 (3か月～ ハイハイ 時期の 赤ちゃん)	実技	要相談	【教材費】 オイル使用の場合 1回あたり100円 【講師謝礼】 1講座あたり5,000円	○
6-19		たなか かよこ 田中 佳代子	わらべうたを使ってシニアのための脳活と運動機能維持（認知症予防） 幼稚園教諭、保育士、わらべうたベビーマッサージ・シニアのためのわらべうた脳活インストラクター サークルとして活動できます。脳活をして一緒に毎日を生き生き過ごしましょう	成人以上	実技	要相談	【講師謝礼】 1講座あたり5,000円	
6-20		ひらいわ すみに 平岩 純子	滑舌・口腔ケア等声出しの為の基礎トレーニング テキストを用いたリレー朗読及び群読 認知症予防のための基礎知識等講義 NPO法人声とことばの力認定講師	50歳 以上	講義 実技	月～水・土・日 (午後)	【教材費等】 1講座あたり300円	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
6-21	健康・医学・福祉	ひらの よしひさ 平野 恵久	○児童相談所と児童養護施設及び乳児院の現状と課題 ○児童虐待とは何か、解決への取り組み ○多文化共生保育の現状と課題 ○様々な子育て支援のあり方と今後 児童相談所長、児童養護施設長、乳児院施設長、専門学校講師等を歴任	高校生以上	講義	土・日 (14～16時)	【教材費等】 1人1回あたり300円	○
6-22		まつざき じゅんこ 松崎 純子	足もみセルフケアのカンタンな方法 足もみの基礎知識、歴史など 健康管理士、若石リフレクソロジー講師、足もみ塾認定講師	限定なし	講義 実技	要相談	【教材費等】 1人あたり 1,000～1,300円	○
6-23	防災・安全	いのうえ ただお 井上 忠雄	特殊災害対策（化学・バイオ・放射線・核・爆発物・放火・群衆災害等）と市民の安全、国民保護法、危機管理など 一般社団法人公共安全推進協会理事、元陸上自衛隊化学学校長、NPO法人NBCR対策推進機構前理事長（名誉理事長顧問）など まれにしか起こらない特殊災害ですが、市民の安全の確保のために、一緒に勉強してみませんか。気軽にお声がけください。	限定なし	講義	水・木・日	【教材費等】 1回あたり100円	○
6-24		おくだ まさし 奥田 真司	リスクマネジメント、労働安全・衛生、有害物質除去、廃棄物処理、減災、春日部に生じる災害。 1級土木・建築・造園施工管理技士、公害防止主任管理者、作業環境測定士、防災士、被災宅地危険度判定士、環境カウンセラー、労働安全コンサルタント、衛生工学衛生管理者、安全工学修士	中学生以上	講義 実技	要相談	無料	○
6-25		しんぼ のぶお 新保 延孝雄	テキスト、展示物やプロジェクターなどを使って、自分が住んでいる地域の防災・減災について、実施例に基づき、解りやすく講義します。内容は広範囲に及び、書店では得られない知見を勉強できます。 日本防災士会 防災士、日本成人病予防協会 健康管理士・統括指導員、他多数	限定なし	講義 実技	終日 要相談	無料	○
6-26		ふじた しげお 藤田 保雄	労働安全衛生法に基づく職長教育、電気取扱作業、危険予知訓練、高齢者転倒骨折災害の予防（太極拳による転倒予防訓練）について指導します。 職長教育（RST） 電気取扱危険予知トレーナー	限定なし	講義 実技	月・水・木・土・日	無料	○
6-27		やまと しんいち 大和 真一	関東平野、特に春日部市の地盤の生い立ちと軟弱地盤のリスクについて。春日部市が関東大震災級の大地震に襲われたとき、地盤は液状化するか、住宅は傾くか等について。これまでに見た多数の地震被害（阪神大震災、東日本地震、熊本地震、能登半島地震など）の経験から実例でお話します。 九州工業大学工学部大学院修了、技術士（建設部門）、博士（工学） 市内の自治会からお声がけしていただいています。少人数でも可能です。	限定なし	講義	要相談	【教材費等】 1人あたり1,000円	○



令和7年度 春日部市生涯学習人材情報登録者一覧 【指導者】

(令和7年4月更新)

7 スポーツ・レクリエーション

NO	指導ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前講座
7-1	スポーツ・レクリエーション	にほん 日本スポーツウエルネス吹矢協会 かすかべ ちゅうおほぶ 春日部中央支部	吹矢というスポーツを通して健康に良いとされる腹式呼吸を実践し、吹矢得点の満足感と仲間との一体感を得られるように指導します。  スポーツウエルネス吹矢講師歴10年、 日本SW吹矢協会準師範上級公認指導員 吹矢を楽しみながら健康に!!	成人以上	実技	火・金 要相談	【交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり100円	○
7-2		カーレット かすかべ 春日部	卓上でできるカーリング、カーレットのルールを丁寧に指導します。バリアフリー、ユニバーサル、頭脳&コミュニケーションスポーツとしてあたたかい人間関係づくり、元気アップにつなげます。	限定なし	講義 実技	要相談	【講師交通費】 実費 【教材費等】 用具1式 3,000円（※2式目以降） 【講師謝礼】 1回あたり3,000円	○
7-3		くどう 工藤 きよこ 清子	用具を使って様々な音楽に合わせて行う体操で、運動が久しぶりという方でも、安心して、どなたでも楽しんでいただけます。 日本3B体操協会公認指導員、市内公民館等での指導歴25年	成人以上	実技	月（午前） 金（午後）	【教材費等】 1回あたり50円 【講師謝礼】 1団体1回あたり3,000円	○
7-4		にった 新田 アキ	ストレッチ体操、社交ダンス全般 財)日本ポールルームダンス連盟 プロインストラクター1級 元ラテンA級 埼玉県ポールルームダンス連盟理事、ダンス教室37年経営指導 ダンス歴40年以上	小学5年生以上	実技	月・木・土 金（午前） 要相談	【講師謝礼】 1時間あたり 10,000円	○
7-5		ピュアキッズ すが 須賀 さとみ 里美	子ども向けのダンスや体の基礎づくりについて指導します。未就学児（3歳～）対象と小学生以上対象とに分けて、対象者に合わせた内容でココロもカラダも健康でいられるような指導を心掛けます。 健康運動指導士、元テーマパークダンサー、 キッズダンス指導歴10年、中学・高校教員免許（保健体育）	こども 要相談	実技	要相談	【講師交通費】 実費	○
7-6	健康体操づくり	いけがみ 池上 たけひろ 武紘 (導引養生功)	■気功入門 「養血補気益寿功」により、腹式呼吸法、ゆったりとした動作、 経絡（ツボ）の刺激など気功の基本が体験できます。 ■やさしい健康気功： 「五臓元気功」により、五臓六腑の機能を高める健康法が学べます 導引養生功 日本総本部 指導員	成人以上	講義 実技	要相談	【教材費等】 1人あたり500円	○

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
7-7	体操・健康 じくろ	えのもと だいすけ 榎本 大助	指と棒一本で足を揉むことで血流循環をよくして、自然治癒力や免疫力を高め、病気を改善する健康法を指導します。 官足法指導員、導引養生功指導員	限定なし	実技	木	【講師交通費】 実費 【教材費等】 要相談	○
7-8		カキラリスト いづみ	ろっ骨エクササイズ カキラ（関節を動かしやすくする体操） 介護予防かきら体操（指や腕をうごかして、脳トレ効果もあるエクササイズ）（背中をうごかすことで腕が上がりやすくなる） 日本総合健康指導協会公認認定カキラリスト/KaQiLa the STOOL指導者 介護予防・認知症予防かきら認定指導者/JCCA公認ストレッチポールインストラクター	成人以上	実技	火・金（午前） 要相談	【講師謝礼】 1団体1回あたり 5,000円	
7-9		かすかべし 春日部市 ぶじゅつたいきょくけんれんめい 武術太極拳連盟	生涯スポーツとしての太極拳を分かりやすく、親しみやすく指導いたします。 日本武術太極拳連盟 公認指導員 在籍	限定なし	実技	終日	【講師交通費】 実費 【講師謝礼】 2時間あたり5,000円	○
7-10		こうえきしゃだんほうじん 公益社団法人 じきょうじゅつ ふきゅうかい 自彊術普及会 かすかべ しぶ 春日部支部	自彊術31動作の体操指導、自彊術療法（もみ療法）の指導 ご自身と家族の健康維持・病気の予防・改善に役立つよう丁寧に指導します。 中伝以上の有資格者が指導にあたります。 病気の予防・改善を目的とした体操です。気軽にご参加を。	限定なし	講義 実技	要相談	無料	○
7-11		こうえきしゃだんほうじん 公益社団法人 じきょうじゅつ ふきゅうかい 自彊術普及会 かどくら くみこ 門倉 久美子	自彊術31動作の体操指導、自彊術療法（もみ療法）の指導 ご自身と家族の健康維持・病気の予防・改善に役立つよう丁寧に指導します。 準師範、春日部支部長、指導歴41年。NHK教育テレビ出演、 春日部市及び近隣の市からの依頼により、体育館・公民館・小中学校等で指導 病気の予防・改善を目的とした体操です。気軽にご参加を。	限定なし	講義 実技	要相談	無料	○
7-12		ここ るあな. coco..luana. すずき 鈴木 さくら	首の座った赤ちゃんから、80代の方のヨガを指導しております。ゆったり、心と身体に無理なくご自身のペースでやっていただけるやさしいヨガを指導します。 ヨガ指導歴6年、RYT200修了、中・高等学校保健体育免許、ヨガニードラ・セラピスト、JAHA認定ベビママヨガ/キッズヨガ、チェアヨガ など	女性限定 （男性は 要相談）	実技	金・土・日 （10～12時）	【講師謝礼】 1団体1回あたり 5,000円（人数相談）	○
7-13		しおだ けいこ 塩田 恵子	中国の代表的な健康気功である導引養生功を指導します。 穏やかな呼吸とゆったりとした動作を、美しい古典音楽を聴きながら実践します。 導引養生功日本総本部指導員 北京体育大学導引養生功初段	成人以上	実技	要相談	【講師謝礼】 要相談	

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
7-14	体操・健康づくり	シャオレイ	・親子ヨガ、ベビーマッサージ、産後回復、健全育成などのマッサージ活とヨガ ・健康寿命をのばすウォーキング講座 ・骨盤底筋群を鍛える、カラダの不調を整えるヨガレッスン ・免疫力UP、腹式呼吸で内臓環境を整えるヨガ瞑想講座  全米ヨガアライアンス認定E-RYT500取得 ヨガ関連講座内容についてお気軽にご相談ください！人材登録5年目です♪	限定なし	講義 実技	火・金（午後） 要相談	【講師交通費】実費 【教材費等】 1人あたり500円 【講師謝礼】 1団体1回あたり 10,000円	○
7-15		たかはた 高畑 ふみこ 富美子	・イスを使った筋肉トレーニング （自分にふさわしいダンベルを持っでの運動、10ポーズ、フレイル予防等） ・イスを使った脳トレーニング （楽しみながらトリプルタスク（一度に3つのことをする）） いきいき埼玉活動指導普及員、 ダンベル健康体操指導協会インストラクター	限定なし	講義 実技	水・木・土・日 要相談	【講師謝礼】 1人1回あたり500円	○
7-16		どばし 土橋 ようこ 洋子	椅子に座ってヨガを行います。深い呼吸をしながら、ご自宅でもできる簡単なポーズを中心に行っていきます。ポーズが簡単な分、呼吸をしっかりと行うため、自律神経が整い、気持ちが安定したり、よく眠れるようになったりとヨガならではの効果が期待できます。 RYT200、シニア向けチェアヨガインストラクター、骨盤スリムヨガインストラクター、介護予防健康アドバイザー、介護福祉士	成人以上	実技	土 （10～14時） 要相談	【教材費等】 1人あたり500円 【講師謝礼】 1団体1回あたり 5,000円	○
7-17		はーとふる すが 須賀 さとみ 里美	子育て中のママさんから子育てに一段落したママさんまでの健康体づくりについて指導します。 健康運動指導士、バレトンインストラクター ママ向けダンス指導歴5年	成人以上	実技	要相談	【講師交通費】 実費	○
7-18		ハッピー ブレイン♪	脳と腸を活性化する誰でもカンタンにできる健康体操。 毎日1分。家事や仕事の合間にできるセルフストレッチをお伝えします。自分の治癒力を上げて、イキイキと望む人生を手に入れましょう。	成人以上	実技	平日午前	無料	○
7-19		Hana	リラックスヨガ、ストレッチヨガ、シニアヨガ、主にハタヨガ、キッズヨガ、ダンスヨガ等を指導しています。ヨガの中にマッサージを加え、血行促進につながるヨガレッスンを提供しております。エアロビも取り入れたヨガレッスン指導も可能です。 ヨガ指導歴4年、全米ヨガライセンスryt200、海外・ジムスタジオ経験あり	限定なし	実技	全日程可能	【講師交通費】 実費 【教材費】 マット貸出代 1人200円 【講師謝礼】 1人あたり800円	

NO	指導 ジャンル	登録名	指導内容・経歴等	受講 対象者	形態	活動可能な日時	受講者の費用（目安）	出前 講座
7-20	体操・健康づくり	ひらの 平野 さゆり 小百合	ヨガ、自力整体、解剖学について指導します。 全米ヨガアライアンスRYT200	限定なし	実技	火	【講師交通費】 実費 【教材費等】 1人あたり 300～500円	○
7-21		ふじた 藤田 しげお 保雄	・ 武術太極拳（入門、24式） ・ ストレッチ体操 武術太極拳連盟指導員	限定なし	講義 実技	月・水・木・ 土・日	無料	○
7-22		ふなき 船木 みよ子	健康を保つための体操（ストレッチ、筋トレ、脳トレ、腰痛・転倒予防体操、マッ サージ、ゲーム等に） 今、流行の曲や昔から唄いつがれていう曲に振りをつけて踊るレクダンス 中高保健体育教師、専門学校にて体育講師、体操・レクダンス指導歴41年、スポーツ プログラマー、レクコーディネイター、日本フォークダンス連盟1級等の資格 健康体操で100歳まで元気で！サークル化もOKです。	おおむね 60歳以上	実技	要相談	【講師謝礼】 1回1時間半あたり 5,000円	○
7-23		やまもと 山本 まさこ 眞子	デトックス体操は、真気流健康法の予防医学から生まれた体操です。 体の仕組みを知り、体を動かす意味を学び、自律神経と 血流の関係を調整することで免疫力を高めるお手伝いをしていきます。  市内公民館での指導歴40年、極理整体学校で学び 中国上海中医药大学国際伝統医学教育中心過程取得、 メンタルケアアドバイザー、AGEフードコーディネーター、ホリスティックケア財 団講師	成人以上	講義 実技	日（午後）	無料	○
7-24		やまもと 山本 ゆき 由紀	ヴィンヤサヨガ、ヨガニードラ、陰ヨガ、リストラティブヨガ、パワーヨガ、瞑想ヨ ガ、マインドフルネス、瞑想 ヨガ初心者から、丁寧に指導します。 ヨガインストラクター講師歴9年	限定なし	実技	木（午後）	【講師交通費】 実費 【講師謝礼】 1団体1回あたり 5,000円	

はるがく帳を 学習記録にお役立てください

公民館等で配布中！



記入例

学習の記録		78 はる
日時	27年11月21日(土)	
午前・午後	0時50分 ~ 午前(午後)2時30分	
名称	春日部市美術展覧会 観覧	
会場	ふれあいキューブ	
内容・感想	友人が出品している春日部市美術展覧会に行ってきた。 どのように作品を鑑賞したらよいのか分からなかったで、審査員が作品鑑賞などの解説をしてくれる「ギャラリートーク」という企画に参加した。制作方法やどのような作品なのかを聞ながら絵画や工芸品を鑑賞することができ、とても勉強になった。どの作品も作者の思いが込められていて素晴らしいかった。	

■春日部市生涯学習パスポート「はるがく帳」は、自ら学んだ内容や修得した資格、学んだ成果を生かしたボランティア活動や地域活動等を、ひとつの学びの行動として1ページごとに記録する学習記録ノートです。今までの自分を振り返り、生涯にわたって今後どのような自分になりたいかをイメージし、学習の目標や計画を立てることができます。

■学習の記録に応じて、単位認定証や奨励賞を授与します。学んだことを振り返り、学習成果を生かしたり、次の学びのステップアップへつなげたりと、皆さんの生涯学習に活用してください。

■視聴覚センター、各公民館、ぽぽら春日部、ハーモニー春日部の窓口にて配布しています。

春日部市生涯学習都市宣言

21世紀は、個人の価値観に合わせ心身ともに充実した生活を営む、質的な豊かさを実現する時代です。

市民一人ひとりがうるおいのある生活を送るためには、生涯にわたり学びつづけることが重要です。

また、多彩な歴史・文化にかこまれ、心豊かで活力ある市民が暮らすことができるまち「春日部」の実現は、わたしたちみんなの願いです。

わたしたちは、いつでも、どこでも、楽しく、みずから生涯学びつづけ、自己を高めるとともに、人と人との絆を深めるまちを目指すため、ここに「生涯学習都市」を宣言します。

- わたしたちは、スポーツ、文化・芸術に親しみ、健やかで活力に満ちた生活を送ります。
- わたしたちは、郷土の歴史・文化を愛し、教養を高め、心豊かな暮らしに生かします。
- わたしたちは、学んだことを地域で生かし、すべての市民がいいきりと活躍できるまちをつくります。

2009年(平成21年)4月1日

春日部市

