

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
料理・食生活	401	烏龍茶 あおき ゆたか 青木 豊	1955	鶴沼	台湾高山烏龍茶について	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-
	①	現地茶園の体験をもとに台湾高山烏龍茶についてセミナー形式でお話しします。希望によりお茶の淹れ方を実演します。																		
	②	2011年よりセミナー・お茶会活動を開始。藤沢、鎌倉、横浜にて随時開催。																		
	③	台湾中部の茶園を毎年春と秋に仕入れのため訪問しています。その体験をベースに高山烏龍茶の歴史、製法、茶園での試飲方法などをお話しします。ご希望により身近な茶器による高山烏龍茶の淹れ方をお茶会形式にて実演いたします。																		
	備考	★デジタル紹介展示有																		
料理・食生活	410	食生活 ますおか さちこ 舛岡 幸子	1954	鶴沼	バランスの良い食事づくりは元気の源	だれでも 小中学生	-	-	-	月	火	水	木	金	-	-	-	午前	午後	-
	①	バランスのとれた食事・規則正しい生活習慣を基本に、身近な材料で楽しく手作り料理をしましょう。																		
	②	生涯学習2級インストラクター(栄養と料理)の資格有り。公民館で料理・パン・お菓子作りの指導をします。特に子どもや若いお母さんに親子で楽しめる食事づくりを提案しています。																		
	③	料理を作るだけでなく、バランスのよい食生活を提案してます。手軽にパパッと楽しく、家族もいっしょに。																		
	備考																			
料理・食生活	1415	ハーブ たかみ ひろうみ 高見 広海	1980	長後	ハーブを楽しむ	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間
	①	ハーブを使っの寄せ植えやハーブティー、お菓子作り、ドライフラワー等色々楽しみましょう。																		
	②	ハーブコーディネーター、園芸装飾技能士、県立農業高校園芸科学科卒業、元農業高校勤務。現在、県立高校で園芸非常勤講師、インテリアグリーンAQUA(園芸店)代表。																		
	③	ハーブは色々な楽しみ方がたくさんあります。ハーブの魅力を一緒に楽しみましょう。																		
	備考																			
料理・食生活	1449	料理 さいとう ほうめい 斎藤 鳳梅	1973	茅ヶ崎市	小麦粉料理	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間
	①	大人気の餃子や肉まん、その他中国ではおなじみのシンプルでおいしい小麦粉料理を、初心者でも簡単に作れるように指導いたします。																		
	②	公民館や自宅で料理教室を開き、小麦粉から肉まん、餃子作りを月1回教えています。																		
	③	中華料理の手順や切り方、おいしさ、自分の得意な料理を皆様にお伝えします。																		
	備考																			
料理・食生活	動画	紹介動画有																		

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
料理・食生活	1469	ハーブ かくもと くみ 角本 久美	1972	辻堂	ハーブを育てて活用しよう！	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	-	-	午前	午後	-
	①	キッチンハーブを育てて使う(簡単料理・寄せ植えも可能)／自分で配合ハーブソルトや七味唐辛子づくり／ハーブでクラフト。																		
	②	長久保公園でのハーブやアロマ講座を2015年度より継続的に担当。幼稚園や小中高PTAでハーブやアロマ講座を経験多数。JHSハーブインストラクター上級。																		
	③	ハーブや樹木を80種類ほど庭で育て、食べたり、クラフトにしたりと生活に取り入れています。引き出しが多くターゲットに合わせた講座内容を作ることができます。																		
	備考																			
動画		紹介動画有																		
料理・食生活	1470	発酵食品 おおた くにこ 太田 邦子	1975	辻堂	麴で簡単腸活！ Happyヘルシー生活	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-
	①	自家製麴を使った麴の効果や活用方法のご紹介。 ・塩麴 ・しょう油麴 ・甘酒の作り方 ・麴化粧水 ・無添加麴スープ																		
	②	(社)麴クリエイター協会所属 麴マスター。自宅でレッスン、オンラインレッスンを開催しています。																		
	③	発酵の力を知っていただき、より健康で楽しい毎日を送るきっかけ作りになったら嬉しいです。																		
	備考																			
動画																				
料理・食生活	1473	タマネギの皮 いのうえ せつこ 井上 節子	1949	鶴沼	抗酸化力のあるタマネギ外皮を使った健康講座と料理	だれでも	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	応相談	-	-	応相談
	①	研究生活で解った、普段捨ててしまうタマネギの皮等の食品の機能性について、お話できます。子どもたちの食育教育、理科教育にも応用して指導します。																		
	②	大学教員として、教育、研究をしてきました。老化の原因である酸化、抗酸化について、市民講座、講演で話をしました。博士、アメリカの大学で研究、小学校教員免許あります。																		
	③	私の知識や経験を皆さんに伝え、生かしていただけたらと思っています。老化、抗酸化食品、タマネギ外皮の力、抗酸化に有効な調理法の話ができます。多くの人にお話しする機会があればと思っています。																		
	備考																			
動画																				
くらしの知恵	407	資産管理 すぎた えり 杉田 エリ	1962	村岡	お金の使い方、資金の運用、税の一般的な考え方	-	-	-	その他	月	火	水	木	金	土	日	応相談	午前	午後	夜間
	①	生まれてからの資金についての講義。老後の資金について、保険・年金・運用の相談。セカンドライフの用意について。																		
	②	銀行を含めて金融機関歴35年。証券外務員1種。内部管理責任者。保険資格者。2級ファイナンシャル・プランニング技能士。終活アドバイザー。																		
	③	現在日本では、個人責任主義といわれていますが、実際に相談したり聞いたりする人が数少なく、自分自身で考えなくてはなりません。その手伝いができたらいいと思います。今までの経験を生かして講義、又は相談を受けたいです。																		
	備考	※指導可能対象:高校生以上 ※指導可能日時:土・日・祝祭日も可能																		
動画																				

4. くらし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
くらしの知恵	1418	動物の 飼い方 たかみ ひろうみ 高見 広海	1980	長後	インコを学ぼう	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間
	①	インコの飼い方、ふれあい方、爪切りやクリッピングの仕方、挿し餌の仕方等を学びます。																		
	②	インコやその他生物の飼育30年。ペットショップ経営5年。現在はふれあいメインのインコカフェ「ことりのおうち」代表。																		
	③	実物のインコやペットを見本にインコの事を一緒に学びましょう。																		
	備考																			
	動画																			
くらしの知恵	1447	整理・ 収納 いけだ ゆみ いけだ ゆみ	1981	鶴沼	子どもとの「お片づけバトル」に さようなら♪	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	応相談	午前	午後	-
	①	1人で頑張り過ぎていませんか？日々の暮らしをラクに快適に、そして家族と笑顔で過ごせるようお悩みをシェアしながら「片付け×家族との関わり方」をお伝えしています。																		
	②	市民・公民館講座やPTA・幼児教室(オンラインを含む)など開催し、延べ1000人以上が受講。 親・子の片づけ2級認定講師／整理アドバイザー1級																		
	③	元・片づけられない女代表。家族が増え、散らかり放題の毎日。精神的にもギリギリの中で「片付け」と出会い、モノとココロのつながりを実感、人間関係も良好に。同じように悩んでいる方のお役に立てたら嬉しいです。																		
	備考	※指導可能日時：土・日曜日は応相談																		
	動画																			
くらしの知恵	1471	家計 整理 おおた くこ 太田 邦子	1975	辻堂	「お金」と「心」を整え自分らしい 暮らしを見つけよう	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-
	①	「お財布を整えるワーク」で無駄使いをしてしまう心理について学び、家計の中のムリ・ムダを無くしていきます。家計整理とお金と心について学びます。																		
	②	日本ホームアドバイザー協会家計整理アドバイザー認定講師。元銀行員。自宅でのレッスン・オンラインレッスン・出張レッスン開催中。																		
	③	「お金」と「心」の関係について深い関わりがあることを知り、他人とは比較しない自分らしい暮らし方の大切さとより豊かな暮らしを提供できたら嬉しいです。																		
	備考																			
	動画																			
くらしの知恵	1478	ライフ プラン ニング しょうなんえふびーそうだ んしつ (NPO法人)湘南 FP相談室	—	藤沢	湘南FP相談室はお金にまつわる 「町のかかり付け医」	だれでも	-	-	-	月	-	-	-	-	土	-	-	-	-	応相談
	①	個人のライフプランニング(住宅資金・教育資金・資産運用・年金・相続など)の講演会・セミナー及び個人向けライフプランの作成支援。																		
	②	「湘南FP相談室」はFP有資格者でもあり、社労士、行政書士、宅建士、相続診断士などの相談員にて講演会・セミナーを20回以上実施、ライフプラン作成・個別相談に対応。																		
	③	湘南FP相談室は、FP資格保有者のお金に関わる専門家団体です。生活の中で直面する様々なお金に関する相談事を公平・中立の立場でアドバイスやライフプラン(LP)作成支援などのご相談に対応しています。																		
	備考	※指導可能日時：相談者各位の勤務日時を考慮して適宜対応可能です。																		
	動画	紹介動画有																		

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
暮らしの知恵	1489	ライフ プラン 作成 あらい まさみ 荒井 正巳	1965	湘南 台	ライフプランで気づく「やりたいこと」「やれること」	- - - その他	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間	-		
	①	ライフプラン作成のワークショップに参加して、シニア世代を中心に、「やりたいこと」「やれること」を家計とキャリアの視点で、参加者自らで整理して気付きます。																		
	②	金融機関等での相談実績、FP協会での相談員、ワークショップの講師等を経験。ファイナンシャル・プランナー、国家資格キャリアコンサルタント、消費生活専門相談員。																		
	③	街づくりと地域コミュニティの研究をしています。「街」や「コミュニティ」の主役である、地域の人々が活き活きと地域活動に参加するための課題解決について、家計とキャリアの専門家の視点で一緒に考えます。																		
	備考	※指導可能対象:30代以上。主にリタイアメント世代、シニア世代																		
暮らしの知恵	1492	遺言 ゆきまつ ゆうこ 幸松 裕子	1982	辻堂	遺言カフェ 遺言の種類や書き方を気軽に学びましょう	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間
	①	エンディングノートや遺書との違いは？種類があるけど、違いは？など、難しく考えがちな遺言をわかりやすくレクチャーします。元気な今こそ楽しんで学んでみませんか。																		
	②	遺言相続業務を中心に行う行政書士。保有資格:行政書士、2級ファイナンシャルプランナー、コスモス成年後見サポートセンター会員、藤沢市認知症サポーター																		
	③	遺言なんてまだ早いと言わずに、元気な今こそ初歩から気軽に学びませんか。気の合うお友達やご夫婦での参加、サークルや自治会などの勉強会も大歓迎です。質問形式、セミナー形式などご希望に合わせて行います。																		
	備考																			
暮らしの知恵	1493	片付け かつたに ゆみ 勝谷 由美	1961	明治	自分にピッタリの片付け方を見つけよう！	- 成人 -	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	-	午後	夜間
	①	片付けの基本的な考え方をお話します。ワークを通して、自分にピッタリで実践したくなる片付け方を探ります。																		
	②	研修会講師の経験多数。58歳で公務員から片付け収納のプロ(ライフオーガナイザー®)に転身。個人宅のコンサルティング型片付けサービス、セミナー講師として活動中。																		
	③	片付けられないのは、片付け方法があなたに合っていないのかもしれませんが。あなたならではの片付けで心地よい暮らしを手に入れませんか？もっと楽しく幸せに生きるために片付けましょう。																		
	備考	※指導可能対象:18歳以上。																		
暮らしの知恵	1498	着付けと礼儀作法 かとう いずみ 加藤 いずみ	1957	遠藤	きもの(浴衣)の着方や礼儀作法を学ぼう	だれでも	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	応相談	-	-	応相談
	①	きもの名称、紐の扱い方、着装の仕方、半袖帯の結び方、きものたたみ方など一人できもの(浴衣)が着られるようになり、おじぎの仕方や所作が身につきます。																		
	②	・長後中学校「浴衣の講習会」開催・御所見小学校(5年生対象)「浴衣に触れてみよう」授業開催・秋葉台中学校放課後教室「きもの着方とマナー教室」開催																		
	③	伝統文化で民族衣装でもある「きもの」をたくさんの方に触れたり身に着けていただき、次世代に継承できればと思います。浴衣でお祭りや花火を見に行きたいけど着られない方など、お手伝いさせていただきます。																		
	備考	※指導可能日時:2か月前までに要相談。																		
暮らしの知恵	1498																			
	動画	紹介動画有																		

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時														
							曜 日							時間帯							
くらしの知恵	1499	箸文化 みんなのおはしふるじえくと ふじさわぶんち (NPO法人)みんなのお箸プロジェクト 藤沢プランチ	—	遠藤	箸の持ち方食事マナー講座、箸作りワークショップ開催	小中学生	-	-	-	-	-	-	-	-	応相談	-	-	-	応相談		
	①	日本の食文化の基本である「箸づかい」を継承し、未来へ繋いでいくことを目的とし、マイ箸作り、箸文化の講座、箸に関わるイベントなどの企画運営を行っています。																			
	②	神奈川子ども未病応援プログラム実施団体として県内の幼稚園・保育園へ箸の指導を実施し、2024年より藤沢、茅ヶ崎、鎌倉市の湘南エリアの箸指導を行っています。																			
	③	2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録された「和食」。その和食には箸が必須です。箸についての知識を深め、子どもたちに箸づかいを継承する活動を行っています。																			
	備考	※指導可能日時:2か月前までに要相談。																			
	動画																				
心とからだ	1450	マタニティアロマセラピー よしむら みき 吉村 美紀	1967	鶴沼	マタニティアロマセラピー	-	-	-	その他	月	火	-	-	金	土	日	-	午前	午後	-	-
	①	アロマセラピーを使って、足のむくみなどの妊娠中のマイナートラブルやストレスを軽減する方法をご紹介します。またご自宅で使えるマッサージオイルなどをつくります。																			
	②	英国IFA認定プリンシパルチューター・アロマセラピスト。産婦人科病棟で、アロマセラピーを用いた妊産婦のケア、陣痛中のケアを10年ほど行っています。																			
	③	自然療法であるアロマセラピーで、妊娠中の不快感や不安の軽減、日々の元気をサポートします。ケアに携わった経験から、不安や痛みを軽減する陣痛中の過ごし方についてもお話します。																			
	備考	※指導可能対象:妊婦																			
	動画																				
心とからだ	1484	心理療法を知る しんりけあぎのうしかい NPO法人 心理ケア技能師会	—	藤沢	不安を和らげ心静かに生きましよう	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	-	-	-	午後	夜間	-
	①	カウンセリングや心理療法とはどのようなものかを、分かり易く、解説します。																			
	②	心理療法についての講演会実施。カウンセリング・心理療法の実施。公認心理師、産業カウンセラー。																			
	③	心理ケアセンターを長年運営してきました。普段の生活に役立つ心理学の知識を提供いたします。																			
	備考																				
	動画																				
心とからだ	1491	アロマ さいとう ともこ 齋藤 智子	1956	鶴沼	介護に香りを！	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-	-
	①	植物の香りは消臭効果、癒し効果があり、介護される人、する人にとっても心地良く過ごすことが出来ます。香りの効果と使用方法を指導し、介護環境の改善に寄与したいです。																			
	②	IFA英国国際アロマセラピスト、ハーバルインストラクター。ボランティア:緩和ケア15年。東日本大震災アロマボランティア10年。																			
	③	アロマセラピー、ハーブの正しい知識の上で安心安全なケア方法をお伝えします。今までアロマセラピストとしてつらい立場の方に寄り添う活動の中で、香りの効果を見てきており介護生活に取り入れていただきたいです。																			
	備考																				
	動画																				

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
心と からだ	1497	ストレス 改善 かつき Katsuki	1977	茅ヶ 崎市	ストレスを撃退せよ！	-	-	-	その他	-	-	-	-	-	-	応 相 談	-	-	-	応 相 談
	①	日常生活でストレスを感じている人は75%、その原因は「自分の健康状態への不安」という調査結果があります。正しい知識と誰でもできる改善法をお伝えします。																		
	②	日本レジリエンス医学研究所米国ストレス研究所日本支部バイオフィードバックセラピスト・社会福祉主事任用など。・幼児～高齢者まで目的別の運動指導・健康ワークショップ																		
	③	私達が本来持っている機能(身体・心・思考)が使えない人達が急増中です。例えば呼吸のこと・ストレスのことなど学校や病院では教えてくれないことがたくさんあります。本来の力を整え活かすことをお話しします。																		
	備考	※指導可能対象: 目的に合わせて応相談。 ※指導可能日時: 応相談。																		
動画																				
心と からだ	1503	人間 関係 おばな みわ 尾花 美和	1972	善行	こころのイライラやモヤモヤをニコニコに！	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前 午後	夜間	-
	①	些細なことでイライラしてしまう、言いづらいことが伝えにくいなど、悩みの多くは人間関係と言われています。コミュニケーションのヒントを生活にいかしませんか？																		
	②	メンタル心理カウンセラー、上級心理カウンセラー、行動心理士、アンガーコントロールスペシャリストの4つの資格を保有。																		
	③	現代は他人の気持ちがわからない人が増えていと言われています。それによるトラブルも増加。保有資格の知識のほかに、企業での人事経験や手芸講師十数年の活動を通してコミュニケーションのヒントをお伝えします。																		
	備考																			
動画																				
心と からだ	1504	アンガー マネジ メント かみや なおこ 神矢 直子	1977	海老 名市	子育てに活かせる アンガーマネジメントでセルフケア	-	-	-	その他	-	-	-	-	-	土	日	-	午前 午後	-	-
	①	プレママ期に、自分の怒りの感情や考え方のクセを知って、育児におけるストレスに上手に対応する方法を身につけましょう。																		
	②	臨床心理士・公認心理師・一般社団法人アンガーマネジメントジャパン認定実践リーダー資格。医療機関や公立学校等でのカウンセラー歴25年。2人の思春期の子の母親。																		
	③	あかちゃんを迎え新たな生活が始まる方へ。出産後は子育てに奮闘する毎日…出産前だからこそ！自分の怒りの正体や考え方のクセを知って、ストレス対応法を身につけましょう。講師自身も出産前に知りたかった！																		
	備考	指導可能対象: 妊娠期の方およびパートナーの方																		
動画																				
スピー チ	1430	スピーチ わたなべ さとこ 渡辺 智子	1978	鶴沼	話し方講座 人前で話すレッスンをします！	だれでも	-	-	-	月	-	水	木	金	土	-	応 相 談	午前 午後	-	-
	①	年齢・ご要望に応じて「話す」レッスンを行います。読み方、発表、スピーチの仕方、滑舌、緊張のほぐし方、元気になれる話し方、読み聞かせのコツなど。																		
	②	フリーアナウンサー歴15年。キャスター・リポーター・司会・ナレーション・インタビューなど声を使った様々な仕事をしています。アナウンサー講師経験有り。																		
	③	アナウンサーとして培ったスキルを沢山の方にお伝えできればと思っています。初めてカメラの前で話した時は緊張で顔が痙攣した私ですが、どうすれば人前でしっかり話せるか、失敗談も含めて楽しく克服法やコツをお伝えします。																		
	備考	※指導可能日時: 10時～16時 土曜日は応相談																		
動画																				

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時															
							曜 日							時間帯								
パソコン	514	パソコン あいていーさろんふじさわ NPO法人 ITサロ ン藤沢	—	村岡	個人・団体等にパソコン講座、指 導の講師を派遣します	だ れ で も	-	-	-	月	-	水	-	金	-	-	応 相 談	-	午 後	-	応 相 談	
	①	市民IT相談コーナー運営。公民館、各種団体等主催のパソコン講習会へ講師派遣。																				
	②	市内公民館パソコン講習会への講師派遣。青少年会館、聴覚障がい福祉センター等への講座開催。一般市民へのパソコン修理対応可能。																				
	③	ITサロン藤沢は、気軽にパソコンの相談ができる場です。当会登録講師が対応します。またITサロン藤沢でパソコン講座を開催しています。																				
	備考																					
	動画																					
パソコン	1502	小児向 けプログラ ミング わだ ゆうじろう 和田 祐二郎	1978	辻堂	小学生向けにプログラミング教え ます！	-	小・中 学生	-	幼 児	そ の 他	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-
	①	小学生対象にScratch(スクラッチ)や、Viscuit(ビスケット)プログラミングを教えます。幼児も可。人数は応相談。																				
	②	元保育士。ジュニアプログラミング検定1級、Pプロ検(プログラミング能力検定)ビジュアル級レベル4																				
	③	元保育士がわかりやすく教えます！プログラミングで絵を動かしたり、ミニゲームを作る楽しさなどを子どもたちに体験してもらいたいと思っています。考える力、論理的思考力なども身につけられます！																				
	備考	※指導可能対象:幼児は保護者同伴。 指導可能日時:土日は夜間なし。																				
	動画																					
パソコン	1505	生成AI しょうなんひろがるえーあ い 湘南ひろがるAI	—	鵜沼	話題の生成AIを気軽に使って遊 びも仕事も楽しく！！	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-	
	①	急速に進出してきた生成AI。そこでデジタル苦手で置き去り感を感じている老若男女、知らないでは許されない社会人、生活や興味に気軽に使いながら学びが進みます。																				
	②	会社向けに、生成AIを利用した業務改善指導。経営者や社会人向けに、生成AIの活用を1回～複数回のセミナーやワークショップ。これらを1年ほど提供し好評を得ている。																				
	③	藤沢市を中心に知的財産権のサポート、中小企業者のビジネスサポートを5年ほどしている。これからの中小企業者の発展には生成AIが必要不可欠と感じたことから湘南における普及の一助を担いたい。																				
	備考																					
	動画																					
福祉	432	手話 ごとう みどり 五島 美登利	1952	鵜沼	子どもから高齢者までやさしい手 話を使って楽しもう！	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	-	-	応 相 談	-	-	-	応 相 談	
	①	手話が初めてでも、手と脳を使ってコミュニケーションが楽しくできるように学んでいきます。																				
	②	手話に関わり30年以上になります。NPO生活支援サインシニア講師。老人デイサービスや保育園などの交流に身ぶり手ぶりで楽しくやさしい手話を指導しています。																				
	③	・高齢になり耳の聞こえが悪くなった方や、子どもとのコミュニケーションをスムーズにするために覚えてほしいボディランゲージがユニバーサルサインです。楽しく学んでみませんか。 ・歌や昔ばなしを手話で表現し楽しめます。(参加型)																				
	備考																					
	動画	紹介動画有																				

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時																
							曜 日							時間帯									
福祉	1467	地域の 居場所 づくり	ちようごふあいとじうごうい いんかい 長後ファイト実行 委員会	—	長後	一人でもできる地域の居場所づく り〜こども食堂	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	-	夜 間	-	
	①	地域の一住民として町のコミュニティのつくり方やこども食堂の始め方、こどもや高齢者の居場所づくりの始め方、現状活動をお伝えします。																					
	②	長後こども食堂を皮切りに町中にこどもや高齢者の溜まり場、食事支援、買い物支援等を行っています。同時に町の活性化目的でハロウィン等のイベント開催もしています。																					
	③	地域活性化目的でシェアカフェやこども食堂、食事支援、地域イベント等の活動が始まったこの経験を皆さんと一緒に始めてみませんか。																					
	備考																						
	動画																						
子ども 対象	436	科学	おもしろかがくたんけんこ うぼう 認定NPO おもしろ 科学たんけん工房	—	明治	子どものための科学体験活動指 導と支援	-	小 中 学 生	-	そ の 他	-	-	-	-	-	-	土	日	応 相 談	午 前	午 後	-	応 相 談
	①	理科好きな子どもを育てるため、科学体験活動の場(ワークショップ)を企画提供し、その科学実験、科学工作、自然観察等、子どもの科学体験活動を指導、支援する。																					
	②	2002年4月NPO法人として発足。以後、湘南台、鶴沼、横浜で毎月1回科学塾を開催。2016年認定NPO法人。現在藤沢、横浜他で年間150回以上の科学塾を開催。																					
	③	子どもたちに“理科って面白い”と感じてくれるような体験学習の場を提供しています。主事業のおもしろ科学体験塾の他に、公民館等の子ども科学教室の支援もしています。スタッフの主力は企業の技術系のOBです。																					
	備考	※指導可能対象:小学4年生〜中学2年生 その保護者も可 ※指導可能日時:土曜日・日曜日が中心 夏休み中は平日に実施することあり																					
	動画																						
子ども 対象	443	理科	くらまえりかきょうしつふし ぎふしぎ 蔵前理科教室ふしぎ 不思議(略称:くらり か)	—	大和 市	工作と実験を通して理科の面白 さを体験しよう	-	小 中 学 生	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	-	-	
	①	主に小中学校を対象に、玩具の作成と遊びを通して関連する科学の原理・原則を楽しく学んでもらう寺子屋式出前教室を行います。詳細は、ホームページをご覧ください。																					
	②	平成17年に東京・神奈川で活動を開始し、その後埼玉・千葉・関西・静岡と活動を広げ、東日本震災後は福島・岩手・秋田でも教室を開催しています。平成26年より広島、宮崎、鹿児島、沖縄で活動しております。																					
	③	工作・実験で成功し楽しい体験をすると理科好きになる可能性が大了。くらりかは5〜6人に指導員が1人つき落ちこぼれをなくしています。年500教室15000人程の教室等を実施。2014年度文部科学大臣表彰科学技術賞理解増進部門受賞。																					
	備考																						
	動画																						
子ども 対象	1433	アナウ ンス 講座	わたなべ さとこ 渡辺 智子	1978	鶴沼	アナウンス講座 体全部を使って 表現スキルを磨こう!	-	小 中 学 校	幼 児	-	月	-	水	木	金	土	-	応 相 談	午 前	午 後	-	-	
	①	これから求められる表現力・スピーチ力を体全部を使って学習します。原稿読みや発表も体験! 話すことがきつと大好きになります。																					
	②	子どもアナウンス発声協会会員。15年程フリーアナウンサー事務所に所属し、リポーターやキャスター・司会・ナレーションなど声を使った仕事を経験。																					
	③	表や紙芝居、テキストなどを使って楽しく元気に講座をします。話すこと、発表が大好きな人から苦手な人まで、伝えることの楽しさやコツを経験談も交えてお話できたらと思います。																					
	備考	※指導可能対象:幼児は年長、親子連れでも可。指導可能日時:10時〜16時 土曜日は応相談。																					
	動画																						

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
子ども 対象	1436	音楽・ 絵本・パ ペット・ 手品 どれみく どれみく	—	六会	演奏・リズム・絵本・パペット・手品 のミラクルタイム	- 幼児 親子 -	月	-	水	-	金	土	-	-	午前	午後	-	-		
	①	演奏・リズム・絵本・パペット・手品をMIX。ニーズに合わせた楽しいプログラムをお届けします。親子一緒なら、なお楽しい♪																		
	②	音大卒の姉妹ユニット。音楽教室講師、合唱団や劇団歌唱指導、レクリエーション介護士、朗読、司会等の現場経験を生かし、あちこちに出発中。																		
	③	30年以上にわたり、保育園、福祉施設等で音楽活動を展開。経験を生かし、ニーズに合わせたプログラムが可能です。全力で楽しい時間をお届けします♪																		
	備考																			
	動画	紹介動画有																		
子ども 対象	1482	脳育 ベビー マッ サージ さくら まい 笹倉 麻衣	1984	長後	非認知能力を築く親子の脳育ベ ビーマッサージ	- - - その他	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-	-		
	①	触れ合いながら楽しめるベビーマッサージで五感に働きかけ、身体・心・脳の成長を刺激します。ママはヨガの要素を取り入れながら美容健康だけでなく産後の回復を促します。																		
	②	勤続10年以上の現役セラピスト。0歳から幅広い年代に合わせた施術を行っています。チャイルドボディセラピスト1級・マタニティトリートメントセラピストを修了。																		
	③	0～3歳はあかちゃんの脳が爆発的に伸びる時期。全身を触り五感をフルに刺激するベビーマッサージは脳育に最適です。着衣のまま、抱っこしながらでも行えます。安心できる環境で一緒にスキンシップを楽しみましょう♪																		
	備考	※指導可能対象：首がすわった乳幼児とその保護者																		
	動画																			
子ども 対象	1496	絵の具 遊び さくら まい 笹倉 麻衣	1984	長後	はちやめちや遊び！絵の具パー ティー	- 小学生 幼児 その他	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-	-		
	①	いつもはダメ！と止められてしまう子ども達の「やりたい！」好奇心を爆発させる、はちやめちや遊び。五感を刺激するカラフルな世界を自由に表現していきましょう！																		
	②	・チャイルドボディセラピストインストラクター・ベビトレヨガインストラクター																		
	③	好奇心を自由に表現し集中して遊びきる経験から想像力、やり抜く力が身につく自己肯定感を高めていきます。全身を使った感覚遊びで自分を表現する楽しさや達成感をたっぷりと味わって欲しいと思います。																		
	備考	※指導可能対象：2歳～小学4年生																		
	動画																			
子ども 対象	1500	ベビー・ キッズ マッ サージ まつもと きょうこ 松本 恭子	1968	鶴沼	ベビー・キッズマッサージ	- - 幼児・親子 その他	月	-	-	-	-	土	日	応相談	午前	午後	夜間	-		
	①	ベビー・キッズマッサージをすることで皮膚から脳に温もりや心地よさが伝わり、五感が育まれます＝脳育になる。ママも親子でヨガレッチ(ヨガ&ストレッチ)をして楽しく運動。																		
	②	現役保育士として働きながら、チャイルドボディセラピスト1級・インストラクターを取得。藤沢市・横須賀市を中心に県内各所で活動中。																		
	③	親子の絆が深まり、心満たされるスキンシップ。身体のしくみを知り毎日触れることでホームドクターになれます。親子で幸せホルモンを分泌して、楽しく育児をしていきましょう。																		
	備考	※指導可能対象：首のすわったあかちゃん～ ※指導可能日時：月・土・日以外は2か月前までに要相談																		
	動画																			

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
ものづくり	445	アクセサリー さかもと まさみつ 坂本 眞光	1964	茅ヶ崎市	シルバーアクセサリー(リング)作成	- - - その他	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	応相談
	①	ロストワックス製法によるワックスカービング(彫刻)から、研磨仕上げまでを一貫して体験します。																		
	②	モノマガジンを始めとするトレンド誌に作品が多数掲載される。アクセサリーデザイン製造「GOAS SILVER」にて、オーダーメイド受注販売、インターネットで通信教育を行う。																		
	③	アクセサリー製造法として宝飾業界ではロストワックスが主流です。設備の面から、民間への普及率は低く、一般的な手法とは言えませんがプロと全く同じプロセスで気軽に指輪を作ってみませんか？初心者対象です。																		
	備考	※指導可能対象:成人のみ ※指導可能日時:1か月前の連絡により調整																		
ものづくり	478	ミシン みやざき みほ 宮崎 美保	1947	鶴沼	ミシン 簡単ロックミシン洋裁	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	-	-	応相談
	①	人材バンク体験講座「ふらっとフラップ」で好評のストレッチ素材のタンクトップ他を作ります。																		
	②	水着作り50年以上、指導歴15年以上(インストラクター7年)																		
	③	ニット素材、ストレッチ水着素材の研究61年。多くの人に(外国人も含む)に教えました。																		
	備考	※外国語での指導も可。																		
ものづくり	1414	リース作り たかみ ひろうみ 高見 広海	1980	長後	リース作り	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間
	①	生花のリース、ドライフラワーリース、多肉植物リースなどをツルから編んでリースの土台作りをします。季節に合わせて色々なリースを作ってみましょう。																		
	②	ガーデンコーディネーター、園芸装飾技能士、県立農業高校園芸科学科卒業、元農業高校勤務、現在県立高校園芸非常勤講師、インテリアグリーンAQUA(園芸店)代表。																		
	③	リースと言っても色々なタイプのリースがあります。有名なのはクリスマスリース(生花やドライフラワー)ですが、他にも季節ごとに色々な楽しみ方があるので一緒に作ってみましょう。																		
	備考																			
ものづくり	1437	マクラメ わだ まちこ 和田 真知子	1948	明治	脳トレするマクラメ	だれでも	-	-	-	-	-	水	木	-	土	日	-	午前	午後	夜間
	①	マクラメはひもを結んで作る手芸です。素材や色を変えてプラントハンガー、キーホルダー、クリスマスリース等色々なものができます。会話しながら脳の活性化するのに役立ちます。																		
	②	高齢者福祉施設、公民館、学校等で、マクラメ講師歴36年。																		
	③	伝統工芸であるマクラメの歴史や用途等の話が出来ます。各年代の楽しみ方に応じた四季折々の内容(素材・色合い)を考慮します。																		
	備考	※指導可能日時:水・木曜は午前・午後のみ																		
ものづくり	動画																			

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時															
							曜 日							時間帯								
もの づく り	1438	カルト ナー ジュ はたなか ひろこ 畑中 弘子	1965	鶴沼	カルトナーージュにひと手間かけて 生活に楽しさと潤いを	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	-	-	
	①	厚紙で作った箱に布や紙を貼って仕上げます。作品によっては、付随する簡単なタッセルやリボン刺繍の指導もさせていただきます。																				
	②	日本ヴォーグ社フレンチメゾンデコール認定講師。自宅・幼稚園や学校でのPTA対象講座。出張での講師。																				
	③	フランス発祥のカルトナーージュを、お好きな紙や布を使っていただき、好きなものに囲まれる幸せ、手作りの楽しさを、丁寧な指導を心がけてお伝えしていけたらと思っています。																				
	備考	※指導可能対象：小学生以上 ※指導可能日時：木・日は終日、月・水・金は午前、火・土は午後。																				
動画																						
もの づく り	1453	手芸 おばな みわ 尾花 美和	1972	善行	楽しい！かわいい！手芸を体験 しませんか	だ れ で も	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	応 相 談	-	-	-	応 相 談	
	①	世界でたった一つの作品が作れる手芸。リボンレイ、ぬいぐるみ、編み物、UVレジンなど様々なジャンルに対応します。手を動かしてすてきな作品を楽しみましょう。																				
	②	手芸教室主宰。手芸店講師。リボンレイインストラクター資格取得。公民館、PTA、地域サークル、福祉施設、企業等での講習会指導。お子様から年配の方まで広く対応。																				
	③	手芸を通して手作りの楽しさを感じていただけるように心がけています。ニーズに合わせた講座内容が可能です。																				
	備考	★デジタル紹介展示有																				
動画	紹介動画有																					
もの づく り	1485	パウダー サンド アート えのん 笑のん～ENON ～	1963	村岡	子どもも、大人も、砂遊びしよう！	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	-	-	土	日	-	午 前	午 後	-	-	
	①	色砂を使うパウダーサンドアート体験/アロマフレグランスストーン体験/デコパーツ等を使うクラフト体験																				
	②	2019年より主にサンドアート講師として活動してきました。日本サンドペインティング協会上級講師・アロマフレグランスストーン協会認定講師																				
	③	子育て、介護、福祉事業所での勤務経験を活かし、あらゆる年代の方々と楽しい遊び時間を共有してきました。ものづくりは脳を活性化させます。知育にもストレスケアにもなる、砂遊びを体験してみませんか。																				
	備考																					
動画																						
もの づく り	1490	ローズ ウィンド ウ あさだ はるよ 浅田 納代	活動休止中			で作るステンドグラス～ローズ ウィンドウを作ろう！	-	-	-	そ 他	月	-	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	-	-
	①	数枚の薄い紙を使い、折る・切る・重ねて貼る作業をします。出来上がった作品を光にかざすと、まるでステンドグラスのように輝く、色の変化を楽しんで頂きます。																				
	②	一般社団法人日本ローズウィンドウ協会認定講師。2020年全国ローズウィンドウ展出展。2022年文化庁事業ローズウィンドウアーティスト展出展(山形)。																				
	③	カッターナイフを使う作業ですが、お子様や慣れない方はハサミで作れるものを用意します。指先を使い集中することで脳が活性化し、リラックス効果も得られます。色のマジックと脳トレを体感しにお越し下さい。																				
	備考	※指導可能対象：小学生以上 ※指導可能日時：平日は月・金(午前・午後)水(午後)木(午前)																				
動画	紹介動画有																					

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時															
							曜 日							時間帯								
趣味	416	地理・ 旅行	おおにし じゅんぞう 大西 順三	1941	明治	日本の旅、地名、まちおこし	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-
	①	日本の旅、地名、まちおこしに関する面白い話、ガイドブックに載っていない情報などの提供。																				
	②	生涯学習大学、公民館、老人福祉センターなどで19年間活動。地理能力検定1級(2004年度全国4位)日本地名研 究所会員。ふるさと創生コンサルタント。																				
	③	日本各地の旅の話や地名の話、あちこちで行われている「まちおこし」など、少人数から対応します。旅行講座を老人福 祉センターで、16年前から継続実施中。																				
	備考																					
動画																						
趣味	446	アロマ テラ ピー	もり さちよ 森 幸代	1963	鶴沼	香りのある暮らし	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	-	-	-	午 前	午 後	-	-
	①	アロマセラピー…精油を使って香水やマッサージオイル等の製作。 ハーブ…ハーブティーのブレンド方法のご紹介・使い方。 お香…匂い袋やお線香を手作りする。																				
	②	日本アロマ環境協会認定インストラクター、日本フィットセラピー協会認定フィットセラピスト、日本漢方養生学協会養生指 導士初級、東洋医学的アロマセラピー修了。薫物屋香楽認定香司。																				
	③	香りの力で「心地よい暮らし」「健康で美しく」を目指して楽しく簡単に生活の中に取り入れていく方法をお話しています。 自分に合った「香り」を見つけていきます。																				
	備考																					
動画																						
趣味	447	アロマ テラ ピー	あや あるけみつく すた じお AYA alchemic studio	—	藤沢	身近な人のためのアロマケア講座	だ れ で も	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	応 相 談	-	-	-	応 相 談
	①	・アロマセラピーの基礎知識 ・メンタルケア、フィジカルケアの方法 歴史にちなんだ活用法 簡単なトリートメント等、ターゲットに合わせた内容を提供します。																				
	②	指導歴15年AEAJ総合資格認定校校長、医療機関内のアロマサロンで、来所者のストレスケアに取り組む。ESSCでス ポーツアロマの提供。SFC研究所で和ハーブの研究。																				
	③	両親、夫のがんの介護、三人の息子達の子育てをアロマやハーブを活用して乗り切ってきました。現在、小児科をはじ めとした医療機関、スポーツ分野でも活動しており、様々な場面での活用方法をお伝えします。																				
	備考																					
動画	紹介動画有																					
趣味	448	アロマ セラピー /ハーブ	ますい きよこ 舩井 喜代子	1956	平塚 市	実践ハーブ＆アロマ	だ れ で も	-	-	-	-	火	-	木	金	-	-	応 相 談	-	-	-	応 相 談
	①	日常の生活の中での病気予防、リラクゼーション、アトピーケア、美肌・老化対策など、アロマ＆ハーブの香りを使い安 心・安全な実践できるアロマケア用品を作りながら心身のケアをお話します。																				
	②	日本アロマアーティスト協会認定アロマアーティスト。(株)ハーブアート認定ハーバルエスティション。公民館活動・保健師・ 介護現場の看護師へのアロマ講座。池袋コミュニティ・カレッジ、(株)カルチャー 横須賀・大船などで開講中。																				
	③	アロマセラピーを中心に東洋医学、心理学、体ケア、呼吸法など統合した形で心と体の癒しを楽しむ学習をしながら安 心安全な実践できるアロマ用品を作ります。30年間の経験を香りと共に日常生活にいかせるようお手伝い致します。																				
	備考	※指導可能日時：水曜日、第3木曜日、第1土曜日、第2・3・4日曜日は除く																				
動画	紹介動画有																					

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時														
							曜 日							時間帯							
趣味	474	フラ ワー すぎた えり 杉田 エリ	1962	村岡	フラワーアレンジメント	- - - その他	月	火	水	木	金	土	日	応 相 談	午 前	午 後	夜 間	-			
	①	生花を使って、テーブルフラワーからブーケ、又はコサージュの作成。																			
	②	フラワーデザインアカデミー講師、デザイン科卒業、花ゆうぎフラワーデザイン講師。																			
	③	花のある生活は、心がなごみリラックスします。家にある草花や生花を使って身近に花を感じていただければと考えま す。楽しくお花の話をしながらフラワーアレンジをしてみませんか！																			
	備考	※指導可能対象：高校生以上 ※指導可能日時：祭日も可能																			
動画																					
趣味	475	フラ ワー いとう かえ 伊東 香恵	1940	六会	お花を生けよう！	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	-	-	午 前	午 後	-	-
	①	トライアングル〜クレセントの基本型、ブライダルブーケ、花束、かご花、イベント花等、オアシスにさしますので、簡単 にきれいにできます。																			
	②	自宅、地区センター、出張、ホテルでのブライダル飾花15年間生込み。																			
	③	お花を生けているときは楽しく、作品を作りできるときはすがすがしい心になります。とてもびっくりします。枯れても又 別の作品ができ、花を生けるには最後がありません。花がある限り作品を作れ、華道は永遠です。																			
	備考	※指導可能日時：土曜日は午前のみ可能																			
動画																					
趣味	1408	算数・ 数学 もり まさひこ 森 眞彦	1941	明治	マジックやパズルで楽しむ算数・ 数学講座	だ れ で も	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	応 相 談	-	-	-	応 相 談
	①	マジックやパズル風の問題を取り入れて算数や数学を楽しみながら学びます。具体的には数理マジックのほか、鶴亀算 などの和算、不思議な魔方陣、計算問題や図形の問題など。																			
	②	工学修士、技術士。近くの公民館のサークルで長年、各種のマジックに取り組んできました。最近は藤沢市の公民館や 老人福祉センターの講座に市民講師として参加しています。																			
	③	知的好奇心を刺激するような面白い問題を取り上げれば抵抗なく楽しく学べます。自分の力で問題が解けたときには壮 快な気分が味わえます。考えること自体が頭の体操にもなり、また認知症の予防にもつながると思います。																			
	備考	※指導可能対象：主に中高年																			
動画																					
趣味	1431	アロマ・ フラワー エッセン ス わたなべ さとこ 渡辺 智子	1978	鶴沼	日々のストレスを緩和する、笑顔 のお守り作ります	だ れ で も	-	-	-	月	-	水	木	金	土	-	応 相 談	午 前	午 後	-	-
	①	アロマやフラワーエッセンスを使ってご自身が日々健やかに笑顔になれる方法をお伝えします。世界にひとつだけのお 守りミストを作ります。																			
	②	ホクラニインターナショナル(HRN)フラワーエッセンスアドバイザー・アンティー認定講師。自分の心身を整えるセッショ ン・講座経験有。																			
	③	“病は気から”というように知らず知らずのうちにたまったストレスから身体を壊していく方が多いこの時代、ご自身の心身 を労って整えてあげることで自分のまわりの大切な人も整っていくことをぜひ体感して下さいね。																			
	備考	※指導可能日時：10時～16時 土曜日は応相談																			
動画	紹介動画有																				

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時															
							曜 日							時間帯								
趣味	1432	フラ ワー	もり めぐみ 森 めぐみ	1955	藤沢	生活の中で楽しむ自由な花あし らい	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-
	①	花のある暮らしは日々の生活にゆとりと潤いを生み出します。生花、アートフラワーなど、花材にとらわれず、四季の行事を取り入れて楽しみながら自由な発想でアレンジします。																				
	②	茨城県つくば市にて、1991～2014年「花の工房フィオレッティ」主宰。																				
	③	30年余り花に携わってまいり、お子様からお年寄りまですべての年代の方に楽しい一時を過ごしていただくノウハウを培ってまいりました。花に関することで何か興味がおありの場合、何でもお声掛けいただけましたら、幸いです。																				
	備考																					
	動画																					
趣味	1435	フラ ワー	はぎわら ゆきこ 萩原 幸子	1960	茅ヶ 崎市	季節を楽しむフラワーアレンジメン ト♪	だ れ で も	親 子	-	-	月	火	-	-	-	-	-	応 相 談	-	午 後	-	-
	①	生花やプリザーブドフラワーを使って、季節感のあるアレンジメントを作りましょう。季節の行事をお花で彩り、生活に取り入れましょう！お子様から大人まで楽しめます。アロマやハーブを使ったアレンジも作ります。																				
	②	ヒビヤフラワーアカデミー認定ブーケデザイナー。公的施設のイベントでのワークショップやカルチャースクールの講師として、大人や親子の講座でアレンジメントを指導する。①AEAJ認定アロマセラピーアドバイザー、アロマハンドセラピスト②JAMHA認定メディカルハーブコーディネーター、ハーバルセラピスト。																				
	③	生花やプリザーブドにクラフト系の資材を使って、シーズナルなアレンジ作りを楽しみましょう！デザインは、お好みで自由にお作りいただけます。初心者の方でも安心してご参加下さい。湘南らしさも大切にしています。																				
	備考	※午前は応相談。																				
	動画																					
趣味	1446	フラ ワー	いしかわ あきこ 石川 明子	1960	鎌倉 市	英国式フラワーアレンジメントとク ラフト作成	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-
	①	アーティフィシャルフラワーを使用し、生花の瑞々しさを表現した作品・ナチュラル素材を使用したリース、素焼き鉢、額、ハーバリウムなどのクラフト作品を作成します。																				
	②	自宅・公民館・カルチャーセンターなどで通算25年間指導。英国コンスタンススプライフラワーアレンジメントスクールにてディプロマ取得。																				
	③	小作品から大作品まで多種類の作品のアイデアがあります。ケアホームでご高齢の方にも指導しております。作成時間は小作品で2時間くらいです。枯れずに長く飾れてセンスの良い作品を目指しております。																				
	備考	※幼児は保護者同伴																				
	動画	紹介動画有																				
趣味	1466	散策	ほり ひろなお 堀 浩侃	1937	湘南 台	江の島・藤沢・大磯の観光案内	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	-	-
	①	江の島・藤沢・大磯を歩いて巡る。藤沢の昔話。																				
	②	江の島・藤沢ガイドクラブ。湘南藤沢文化ネットワーク(個人会員)。藤倶楽部。																				
	③	現在3カ所でガイドボランティアをやっていますが、これまで学んだものを皆さんへ伝えたい。ウェブリーブログ「ロンの部屋」開設中。																				
	備考	※指導可能日時:1ヶ月前までに連絡																				
	動画																					

4. くらし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
趣味	1468	アロマ かくもと くみ 角本 久美	1972	辻堂	アロマを身近に活用するコツ！	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	-	-	午前	午後	-
	①	アロマで手作り化粧水／アロマで掃除／アロマフレグランスストーン体験／ルームスプレーづくり／虫よけスプレー／風邪予防のコツ等。																		
	②	長久保公園でのハーブやアロマ講座を2015年度より継続的に担当。幼稚園や小中高PTAで講座経験多数。アロマの元となる植物の話などオリジナル講座多数。																		
	③	肌につけるもの、洗うもの、掃除するものすべて植物の恵みで手作りしています。ハーブを含む植物も数多く育てて生活に密着して活用しています。引き出しが多くターゲットに合わせた講座内容を作ることができます。																		
	備考																			
	動画																			
趣味	1480	ワイルド フラ ワー はらだ ひろみ 原田 裕美	1969	辻堂	“癒しの花ワイルドフラワー”アレン ジメント	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	-	-	-	午前	午後	-
	①	オーストラリアン・プリザーブド・ワイルドフラワーを使用し、フラワーアレンジをします。																		
	②	POKOフラワーヒーリング・アカデミー認定講師。自宅にて、資格取得コース・お楽しみ体験クラス。テラスモール湘南J EUGIAカルチャーセンターにて、月一回、講座。																		
	③	“癒しの花ワイルドフラワー”とは、オーストラリアの先住民が薬草として使用してきた草花。気になる草花を、自由にアレンジし、飾ることが癒しになります。																		
	備考	★デジタル紹介展示有																		
	動画																			
趣味	1488	将棋 こじま しげる 小島 茂	1940	村岡	将棋を指しながら新しい指手を生 み出そう！	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	-	応 相 談	午前	午後	-
	①	将棋を指しながら発想の転換から新手を生み出す。楽しみながら交流が深まる。																		
	②	学園祭(高校)で将棋クラブ員と3年間将棋を指しました。将棋道場に通って15人勝抜きの経験があります。																		
	③	参考書・新聞記事の記録など「指し手順」を参考にしながら楽しく遊びましょう。																		
	備考																			
	動画																			
趣味	1494	ドローン すがぬま ゆたか 菅沼 豊	1957	厚木 市	ミドル・シニア世代対象 はじめて のドローン講座	-	-	-	そ 他	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜 間
	①	子どもの頃憧れた『大空を自由に飛びたい』『ワクワクする趣味を持ちたい』そんな方を対象とする講座です。必要な法的規則を知り、屋内でドローンの操縦体験をします。																		
	②	NHKカルチャー、厚木塾リーダー、松本市・安曇野市、通信制高校、都市ガス会社他で、「はじめてのドローン講座」を開講。国家資格「無人航空機操縦者技能証明書」保有。																		
	③	私は大空を羽ばたかずに悠々と舞う鳥を見るのが好きです。そんな鳥への憧れをドローンに託してドローンと対話をしながら飛ばしています。この楽しみを一人でも多く、藤沢市民の方にも知っていただきたいです。																		
	備考	※指導可能対象:ミドル・シニア世代の方 ※指導可能日時:土日は午前不可。																		
	動画																			

4. くらし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時															
							曜 日							時間帯								
趣味	1495	麻雀	つじかわ けんご 辻川 健吾	1954	村岡	麻雀の楽しみ方を初歩から学び ましょう	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	-	-	-	午 前	午 後	-	-
	①	麻雀のルール・役の作り方・点数の数え方をはじめとして、牌の読み方・複雑な牌さばきまでを一緒に学びます。																				
	②	藤沢市の関連団体主催の生涯学習教室の初心者麻雀教室の講師を1年半ほどつとめていました。																				
	③																					
	備考																					
	動画																					
趣味	1501	フラ ワー	まいい みすず 正井 美鈴	1955	鶴沼	フラワーアレンジを楽しみません か	だ れ で も	-	-	-	-	火	水	-	-	土	日	-	午 前	午 後	-	-
	①	生花、プリザーブド、アーティフィシャルフラワー等で季節や様々な行事を大切にして、自由に表現するフラワーアレンジをお伝えしています。																				
	②	フラワーサークル活動・高齢、福祉施設・青少年の花育活動の推進																				
	③	生花、プリザーブド等で、お部屋のインテリア、様々な行事、プレゼント用、ウェディングブーケを、ご希望に応じて練習します。色々なお花と触れ合う中で、日常生活により豊かな心安らぐひと時を感じていただきたいです。																				
	備考																					
	動画																					
セカ ンド ライ フ	497	海外ボ ラン ティア	あさかわ かつひこ 浅川 克彦	1939	湘南 大庭	海外ボランティアで充実したセカ ンドライフを！	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-
	①	JICAシニア海外ボランティアとして日本を代表して開発途上国のために活動し、充実したセカンドライフを実現できるよう後押しします。（私の3年間の経験に基づく話です）																				
	②	JICAシニア海外ボランティアとして、パナマおよびウルグアイで3年間活動。帰国後、小・中・高校や社会人団体の依頼でJICAボランティアや国際理解について話す機会が多い。																				
	③	パソコンを使って話を進めるのが一般的ですが、利用者（聞き手）の目的や都合に合わせて、内容、時間、方法を調整します。一方的な話にならないよう、質問やディスカッションを重視して話を進めます。																				
	備考																					
	動画																					
セカ ンド ライ フ	1461	市民後 見人	ふじさわしみんなこうけん にんふたばかい 藤沢市市民後見 人 ふたば会	—	鶴沼	市民後見人になってみませんか？	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	-	-
	①	市民後見人として活動している知識、経験を基に成年後見制度、後見人の役割、体験談をご紹介します、皆さんが市民後見人の活動に参画いただけるようお手伝いします。																				
	②	ふたば会は藤沢市による市民後見人養成講座終了生の集まりで、すでに成年後見の活動を経験しているか、これから活動を目指しているメンバーで構成されています。																				
	③	市民後見人は養成講座を修了し、市民後見人バンク登録後、推薦され、後見人となります。藤沢市民であれば資格等は必要ありません。高齢化に伴い日常生活への支援が必要な方を支える活動を一緒に進めていきましょう。																				
	備考																					
	動画																					

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時														
							曜 日							時間帯							
セカンド ライフ	1472	相続 にしざわ ゆみ 西沢 優美	1982	藤沢	自分らしく暮らすための「老後の準備」「相続の準備」	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	応相談	午前	午後	夜間	応相談
	①	お金や住まいに関する老後の準備・相続の準備について、経験談を用いてわかりやすくお話しします。単なるお勉強ではなく、今日から実践できるような具体的な内容です。																			
	②	財産管理、相続対策専門の司法書士。地域包括支援センター、地域の縁側事業、老人会や自治会などで、講師として5年以上の経験があります。																			
	③	皆様集まっのセミナー形式でも、ソーシャルディスタンスを意識した相談会形式でもOKです。方法はご相談ください。普段は周りにお話ししにくにことでも気軽に相談できる場になればいいと思っています。																			
	備考	※指導可能日時：夜間、土・日曜日は応相談																			
動画																					
セカンド ライフ	1487	終活 ひろその HIROSONO	1962	長後	終活とは？何から始める？どうすれば？が分かります	-	-	-	その他	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	-	-
	①	最近よく耳にする「終活」全般について、家族3人の介護にも携わってきた認定終活アドバイザーが、丁寧に分かり易くお伝えします。人生100年時代、備えあれば憂い無し♪																			
	②	認定終活アドバイザー・宅建物取引士・2級FP技能士。県立鎌倉高校を経て法政大学にて福祉を専攻。卒業後学習塾講師として勤務。現在はSNSを中心に終活情報提供中。																			
	③	数百年に亘り長後・高倉地区にお世話になって参りましたので、これまで培ってきた知識を、地域や市の方々の為に役立てたいと存じます。知識のみならず明るさと元気もお届け致します。宜しく願い致します。																			
	備考	※指導可能対象：成人。																			
動画																					
農業・園芸	1416	農業・園芸 たかみ ひろうみ 高見 広海	1980	長後	農業・園芸の基礎	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間	-
	①	草花や野菜等植物の栽培の仕方や植物の構造等を学びます。																			
	②	ガーデンコーディネーター、園芸装飾技能士、県立農業高校園芸科学科卒業、元農業高校勤務、現在県立高校園芸非常勤講師、インテリアグリーンAQUA(園芸店)代表。																			
	③	農業高校で学ぶ事と同じような内容の勉強ができます。																			
	備考																				
動画																					
農業・園芸	1417	園芸 たかみ ひろうみ 高見 広海	1980	長後	園芸を楽しむ	だれでも	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間	-
	①	花やグリーンを使って寄せ植えやクラフト作り、園芸植物の生態指導等、植物の事を幅広く教えます。(草花、多肉植物、観葉植物、山野草、コケ、水性植物等)																			
	②	ガーデンコーディネーター、園芸装飾技能士、県立農業高校園芸科学科卒業、元農業高校勤務、現在県立高校園芸非常勤講師、インテリアグリーンAQUA(園芸店)代表。																			
	③	園芸や植物を通して楽しんでいただければ嬉しいです。																			
	備考																				
動画																					

4. くらし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時															
							曜 日							時間帯								
農業・ 園芸	1451	自然 観察	えじり はるみ 江尻 晴美	1982	辻堂	身近な樹木の不思議	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	-	-	-	午 前	午 後	-	-
	①	樹木医が学校では教わらない、植物や虫の不思議を楽しく教えるプログラムです。（内容は打ち合わせにより、自然物の簡単な工作などの対応もできます）																				
	②	造園設計、樹木管理の仕事を経て、現在、自営で街路樹や公園樹木の健康診断を中心に仕事をしています。樹木医資格取得。																				
	③	2016年から2年間、春に東京都港区のさくら類についての市民講座を一部担当しました。植物や虫の仕組みは、とても面白いものがあります。それをお話・観察・工作など様々な角度からお伝えいたします。																				
	備考																					
	動画																					
美容・ ファッ ション	419	美容	もりた ようこ 森下 洋子	1953	兵庫 県神 戸市	本来の美しい表情を実現する呼 吸洗顔、呼吸法、メイク	-	-	-	そ 他	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	-	-
	①	顔にかかったマイナスの力を解放し、本来の美しい表情をとり戻すための呼吸洗顔とフェイスアップメイク法、呼吸法など日常生活の中でできることをお伝えするプログラム。																				
	②	団体・グループ・子育て中の母親等への講座。介護施設などでの介護リフレッシュ講座など。教員免許。フェイスアップアーティスト。レイキヒーラー。神戸市生涯学習市民講師登録。																				
	③	28年の教育の仕事から学んだことを土台に呼吸法を取り入れ、ストレスを解放し、本来持っているキレイを更に引き出すための洗顔法・メイク・姿勢・心に響く声の出し方等、日常生活の中でできる心と身体の健康法、自信を持つためのレクチャーをします。																				
	備考	※指導可能対象：女性																				
	動画																					
美容・ ファッ ション	453	カラー コーディネ ート	あんどう ゆうこ 安東 裕子	1961	鶴沼	パーソナルカラー	だ れ で も	-	-	-	月	火	水	木	金	土	日	-	-	-	-	応 相 談
	①	色についての知識を話し、自分に似合う色の見つけ方などのアドバイス。																				
	②	1級色彩コーディネーター、パーソナルカラーアナリスト、カラーイベントの企画運営。カラー診断、講演会など。																				
	③	色の世界はとても広く深い。自分を変える色と出会ってみませんか。服選びに悩んでいる方にも参考になると思います。																				
	備考																					
	動画																					
美容・ ファッ ション	1404	ヘア アレンジ	はながた よしみ 花方 佳美	1982	茅ヶ 崎市	簡単にステキに変身できる方法 を教えます！	-	小 中 学 生	幼 児	親 子	月	火	水	木	金	土	日	-	午 前	午 後	夜 間	-
	①	子育て中の子どもの前髪カットや三つ編みなどのヘアアレンジを指導します。																				
	②	美容歴14年の経験で幼児のカットから七五三などのヘアメイク、着付け、ブライダル支度までトータルで技術を取得。フェスやお祭りで子どもの変身コーナーを催す。																				
	③	自分の経験をより多くの方に活用してもらい、特に子育て中のお母さんを応援しています。必要なポイントをわかるようにお伝えします。困っていることを解決しませんか？																				
	備考	※指導可能日時：1ヶ月前であればご希望時間に合わせます																				
	動画																					

4. 暮らし

①指導活動内容 ②今までの活動経験や資格 ③自己PR・メッセージ

登録 No.	テーマ	氏名・団体名	生年	居住 地区	タイトル	指導可 能対象	指導可能日時													
							曜 日							時間帯						
美容・ファッション	1405	着付け はながた よしみ 花方 佳美	1982	茅ヶ 崎市	浴衣を着てみませんか？	だれでも - 親子 -	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間	-		
	①	一人で着る方法、人に着付ける方法を指導します。帯結びのアレンジが増えるようになります。																		
	②	美容歴14年の経験で七五三などのヘアメイク、着付け、ブライダル支度までトータルで技術を取得。浴衣着付け勉強会後、そのままお祭りに参加など。																		
	③	自分の経験をより多くの方に活用していただき、特に親子で楽しんでもらいたいです。日本の伝統文化をお祭りなどのイベントで身近に感じてみませんか？																		
	備考	※指導可能日時：1か月前であればご希望時間に合わせます																		
	動画																			
美容・ファッション	1406	美容 はながた よしみ 花方 佳美	1982	茅ヶ 崎市	一人でできるスキンケア法を教えます！	だれでも - - その他	月	火	水	木	金	土	日	-	午前	午後	夜間	-		
	①	メイクの落とし方、洗顔の仕方、化粧水、乳液などのつけ方まで一つひとつ指導します。																		
	②	美容歴14年の経験でスキンケア、ボディマッサージ、ブライダルエステから支度までトータルで技術を取得。ブライダルフェアなどで体験会を催す。																		
	③	自分の経験をより多くの方に活用していただき、特に子育て中のお母さんを応援しています。自分のお顔を美しく整えて素肌美人を目指しましょう。																		
	備考	※指導可能対象：18歳以上 ※指導可能日時：1ヶ月前であればご希望時間に合わせます																		
	動画																			
美容・ファッション	1424	スカーフの活用 かりゅう さとこ 加龍 智子	1966	明治	スカーフ1枚で楽しくオシャレに笑顔になりませんか！	だれでも - - -	月	火	水	木	金	土	-	-	午前	午後	-	応相談		
	①	スカーフ1枚巻いてアレンジを変えることで洋服や小物は雰囲気が大きく変わります。無限のアレンジを楽しみ、色々な方々とコミュニケーションを図りながら笑顔になりましょう！																		
	②	スカーフ・ストールコーディネーター講師。1枚のスカーフで数多くのアレンジができます。まず基本的な巻き方を5通りくらいご紹介いたします。実践し覚えることで活用していただきたいと思います。																		
	③	高齢者から若年者まですべての方が対象です。お家でねむっているスカーフを利用して生き生きとした生活をエンジョイしていただきたいと思います。また、ちょっとした活用方法もお教えいたします。																		
	備考	※指導可能日時：土曜日の午前中は相談により可																		
	動画	紹介動画有																		
美容・ファッション	1474	眉メイク はながた よしみ 花方 佳美	1982	茅ヶ 崎市	眉を整えてマスク美人に	だれでも - - -	月	火	水	木	金	土	日	-	-	-	-	応相談		
	①	眉の書き方やお手入れの仕方をお伝えします。																		
	②	イベントやコンテストなどに出演される方のヘアメイクを担当しています。ブライダルの経験もあり。洋装、和装どちらもできます。美容師免許証取得。																		
	③	今、マスクを利用して生活するようになり、目元や眉が重要になっています。すてきになるようお手伝いします。																		
	備考	※指導可能日時：1ヶ月前であればご希望に合わせます																		
	動画																			