

1. 教養

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
文学	102	中国文学	岩崎 富久男	漢詩を楽しむ ～陶淵明・李白・杜甫・白楽天を尋ねて
	104	文学	川野 純江	漱石作品を深く読む
	148	文学	三嶋 和代	「赤毛のアン」の前向きな生き方を楽しく学びましょう
	106	文学散歩	阿部 恭巳	鎌倉文学散歩
歴史	108	江戸時代の歴史	新藤 正則	分かり易い江戸時代
	153	世界史	松木 謙一	もう一度学ぶ世界の歴史（日本史を含む）
	156	歴史	藤沢My Winds	湘南の様々な場所を訪れ、歴史を体感しませんか？
	157	歴史	温故知新の会	歴史事象から今そして将来を考えてみませんか？
社会・環境問題	113	エネルギー	藤田 稔	(1)日本のエネルギー問題 (2)石油・研究開発報告
	115	環境	余田 康郎	小学校で農業を学ぼう
	116	地球温暖化・省エネ	江上 賢治	地球温暖化問題。今私達にできること
	145	環境・省エネ	小島 茂	パイプラインに電磁誘導と水電離に依る老朽化防止長寿命化策
	119	中小企業関連	三宅 成一	中小企業の振興、創業、第2創業や後継者育成のお手伝い
	120	防災	(特非)湘南ふじさわシニアネット	だれでも簡単「わが家の地震対策」安全空間作り
	121	放射線・放射能	紺谷 健一郎	私達の健康と身の回りにある放射線
経済	124	経済学	関口 修道	経済学の古典を読もう
国際理解	126	アメリカ文化	篠塚 昌代	アメリカンクッキング&パーティー
	142	国際理解	本田 峯生	国際化とは具体的にどのように理解するか
	150	国際理解	浅川 克彦	日本と違う？中米・パナマと南米・ウルグアイの生活
	147	中国	岡崎 雄兒	日本と中国はなぜ仲良くできないのか？
	159	アフリカ文化交流	石井 恒夫	言葉の通じない地域（アフリカ山間部、砂漠）での文化交流
	160	ラテン文化	ソテロ ギジェルモ	ラテン文化に親しみましょう
法律	130	法律	小野 高広	法律を知ることで、安心した生活を送りましょう
技術・工学	133	建築	十代田 知三	建築入門 ～みんなで楽しく学ぼう
	134	建築	十代田 知三	伝えたい日本の木造建築文化
科学	144	発明	齊藤 祐治	発明（創意工夫で藤沢を活性化）
資格	137	電気技術	伊勢 哲郎	電気電子技術の習得と活用の指導
その他	132	動物のくらし	苗川 博史	ヒツジとヤギについてもっと知ろう
	143	漢字	清田 淑子	あそぼうよ！かんたん・大すき！おもしろ漢字
	151	漢字	四方 佐知子	漢字と楽しくつきあおう
	141	ふれあい学習	齊藤 祐治	ふれあい学習（ものづくりを媒体に指導）
	139	苗字	新藤 正則	苗字の由来について

1. 教養

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
その他	154	先祖調べ	戸部 廣康	ご先祖調べは面白い
	155	学校教育	宮崎 州弘	わが国の学校教育の移り変わりーその特徴と問題点
	158	統計学・図学	菱田 博俊	まずはこれで充分！統計学・図学入門

2. 語学

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
日本語	201	日本語	小堀 延子	日本語を学ぼう！
	202	日本語	神谷 義明	外国人に正しい日本語を教える
中国語	204	中国語	蔡 敏恵	楽しく中国語を学びませんか
	218	中国語	斎藤 鳳梅	初級中国語
英語	206	英語	吉岡 邦夫	小学校4年生以上の方々に英語を教えます
	207	英語	小林 裕子	英語多読指導 ～絵本からペーパーバックまで
	209	英語	神谷 義明	英語筆記 受験勉強
	215	英語	山田 聖子	シンプルに！生きた英会話を楽しく学ぶ
	216	英語	内藤 真由美	おもてなし英会話
	219	英語	佐藤 理恵	自己紹介からトラベル英語まで、外国人と楽しく話そう
イタリア語	211	イタリア語	ベルトロッティ・ジョルジョ	ジョルジョとの会話
	217	イタリア語	アルベルト・ヴィチエンテーニ	毎日のイタリア語
その他	212	インドネシア語ほか	水島 博光	楽しく話そう！インドネシア語/マレー語/英語
	220	インドネシア語	小菅 均	バリ島へ行く前にインドネシア語をマスターしましょう
	213	韓国語	山本 桂嗣	韓国の言葉や文化にふれ、お隣の国との交流につなげよう

3. 文化・芸術

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
絵画	305	絵画	小林 雅美	色鉛筆画や水彩画、デッサン等、絵画の基礎やテクニックを指導
	307	絵画	室町 克代	楽しく描こう
	309	絵画	小玉 政美	身近で楽しい絵をいっしょに描きましょう
	356	絵画	新見 睦	私の記憶画「描き残したい昭和」絵とエッセイのひとこま自分史
	378	絵画	新見 睦	あなたの思い出を絵に描いてみましょう 大人の絵日記
	379	絵画	田村 頼一	絵心がなくても、上手な絵が描ける魔法の筆エアブラシ
	389	絵画	中嶋 美貴	曼荼羅パステルアート
	364	水彩画	林 政夫	風景画や静物画を水彩で楽しく気軽に描く

3. 文化・芸術

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
絵画	310	仏像画	中林 勝弘	点描画法で描く仏像画
	311	墨彩画	野尻 嘉子	四季の墨彩画だより
	388	デッサン	日向 敏郎	絵を描くコツはモノの見方・描き方から！
写真	371	デジタル写真	友保 茂穂	デジタル写真教室
	386	写真	亀崎 孟	江の島の魅力的な風景を撮影しよう！
造形	357	造形アート	小杉 弘美	幼児から大人、高齢者のための造形アート
	380	造形アート	中田 勇	かんたんな絵本を作ろう！
	383	折り紙	大塚 宏子	折り紙～いつでもどこでも誰とでも楽しさと感動を
	384	切絵	アロータ	はじめての切絵☆
工芸	363	手織り	今田 尚美	手織り、裂き織り、手仕事を楽しもう
	385	鎌倉彫り	小森 円正	鎌倉彫りを彫る楽しさ、使う豊かさを自分の手で作る
	314	篆刻	廣澤 豊	篆刻印作り
	370	伝承遊び	齊藤 祐治	伝承遊び(昔の遊び)の作り方、遊び方
音楽	319	合唱指導	細木 佳子	合唱指導いたします
	381	合唱指導	歌いまくりの時間です	童謡～懐メロetc. ジャンルを問わず歌いまくります
	320	ギター	加藤 央介	ギターを身近に ～はじめてのクラシック・ギター
	368	クラシック音楽	新井 省吾	アナログ的な人間性に根ざしたクラシック音楽を！
	390	クラシック音楽	菱田 啓子	音楽を楽しむレクチャーコンサート：作曲家を訪ねて
	322	箏	田上 美智子	誰でもひける箏コンサート
	323	しの笛	安生 通明	しの笛を吹いてみよう
	324	吹奏楽	湘南おひさま楽団	子どもと一緒に参加できる吹奏楽団
	373	ダンス	清水 友美	ステージで歌って踊って演奏しよう！
	374	伝統音楽	藤本 富士雅	粋な日本の伝統音楽を楽しみましょう
	325	ハーモニカ	星 幸江	楽しく吹こうハーモニカ
	326	バイオリン	若山 望	バイオリン入門指導
	327	ピアノ	渡邊 綾子	ピアノで遊ぼう！楽しく歌おう！そして喜びを！
	362	ピアノ	本間 明子	【60歳以上、初心者限定】 ピアノグループレッスン
	328	琵琶	森中 志水(勸)	日本の古典伝統芸能を継承しよう
	367	ボイストレーニング	窪田 恵子	シニアの為の「ボイストレーニング」～滑舌のノウハウ
	376	ボイストレーニング	吉川 春美	うたうためのよりよい発声法
	329	民族音楽	ロス・バッコス	南米民族音楽と一緒に楽しみましょう！
361	和太鼓	太鼓座一音庭一	和太鼓演奏いたします	

3. 文化・芸術

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
音楽	393	詩吟	高羽 義行	日本の伝統芸能の「詩吟」を学ぼう！
	394	詩吟	藤沢吟道会	みんなで仲良く元気に楽しく大声で詩吟を楽しもうね
	395	長唄	湘南長唄同好会	長唄を通して伝統的三味線音楽を知る
	392	オカリナ	安井 邦之	オカリナを楽しもう
演劇	334	演技指導	井上 義明	演技および発声・発音の基礎
	333	演劇	清水 友美	演劇入門 ～身体表現や発声を体験しよう
	377	演劇	腹話術を伝える会	腹話術パフォーマンス&チャレンジ！！
	387	演劇と朗読	市民劇団オンリーワン	朗読の指導と朗読劇「ひまわり～DVをのりこえて」上演
	332	オペラ	川口 博	オペラ解説
華道・茶道・書道	335	華道	伊東 香恵	お花を生けよう！
	336	華道	篠塚 昌代	生活に潤いを ～花を飾りましょう
	337	華道	工藤 栄子	「のびのびと楽しく！！」いけましょう
	338	華道	藤沢華道協会	日本の伝統文化“いけ花”を気軽に楽しみましょう
	339	華道	渋井 淳代	伝統文化いけばな指導（小原流）
	340	香道	柳 健一	香りの話（香りと人の歴史や生活との関係・香りの文化）
	342	茶道	藤本 勝子	お茶の心
	365	茶道	齋藤 美智代	煎茶のおけいこ
	344	書道	高村 明容	書の基礎固めから展開へ
	375	書道	和田 三代子	書の楽しさを学ぼう！
	382	書道	武藤 元子	毛筆でひらがなを楽しく書く
	348	墨象	新倉 郁子	書を楽しく学ぼう
鑑賞	350	映画 オペラ	蓮村 直	映画を通して文化・芸術を知る
	352	映画	山川 肇	映画ファン集まれ！
	354	昭和歌謡	鈴木 孝仁	なつかしのメロディー ～昭和歌謡を楽しもう
	355	タンゴ	斎藤 八郎	アルゼンチン・タンゴを聴きませんか
	391	落語	やすらぎ落語塾	落語の出前致します。地域の皆さんへ笑顔を届けます。
舞踊	366	日本舞踊	西川 扇湧	温故知新 日本の伝統芸能を大切に！

4. くらし

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
料理・食生活	401	烏龍茶	青木 豊	台湾高山烏龍茶について
	410	食生活	舩岡 幸子	バランスの良い食事づくりは元気の源

4. くらし

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
料理・食生活	427	料理（講義）	春田 昌廣	大切に伝えてゆきたい 世界遺産の四季の日本料理
	1449	料理	斎藤 鳳梅	小麦粉料理
	1415	ハーブ	高見 広海	ハーブを楽しむ
	1456	バッククッキング	山本 英子	バッククッキングでらくらく料理！
くらしの知恵	404	冠婚葬祭	浅野 実	終活を考えてみよう ～葬儀屋からのアドバイス
	412	生活	漆原 健雄	「暮らしを快適に！」生活用品を試みましょう
	413	整理・収納	佐藤 早苗	整理・収納・清掃
	1447	整理・収納	いけだ ゆみ	子どもとの「お片づけバトル」にさようなら♪
	1418	動物の飼い方	高見 広海	インコを学ぼう
	430	医療費	市村 のぼる	節約カフェ～医療費ゼロの生活習慣
	407	資産管理	杉田 エリ	お金の使い方、資金の運用、税の一般的な考え方
	493	資産運用	鳥海 光夫	20代から始める資産運用
心とからだ	1400	声診断	青木 孝子	声診断メソッドによる声でわかる心の使い方を知る
	1450	マタニティアロマ セラピー	吉村 美紀	マタニティアロマセラピー
	1457	自己肯定感	山本 英子	子どもの自己肯定感を育てよう
	1459	子どもの叱り方	伊藤 美佳	「叱り方」からより良い親子関係を！
	1460	褒め言葉	服部 正	褒めて、認めて、感謝する 心が元気になる
スピーチ・ コミュニケーション	495	スピーチ	庄司 幸市	イベントの司会出前、「人前で話すスピーチ」の指導応援
	1430	スピーチ	渡辺 智子	話し方講座 人前で話すレッスンをします！
道徳	1434	道徳	吉澤 明	伝えたい言葉
パソコン	501	パソコン	西原 隆二	パソコンの仕組み
	507	パソコン	及川 欣也	パーソナルコンピューター（PC）の指導、問題解決の手伝い
	509	パソコン	友保 茂穂	パソコンで生き生き生活をエンジョイしましょう
	511	パソコン	加藤 央介	はじめてのパソコン・誰でも使えるパソコン
	514	パソコン	NPO法人 ITサロン藤沢	個人・団体等にパソコン講座、指導の講師を派遣します
	513	マルチメディア	（特非）やまゆり	パソコンでマルチメディア図書を作りませんか
	1445	スクラッチ	能 明彦	大人向けScratch講座
福祉	432	手話	五島 美登利	子どもから高齢者まで楽しい手話を使って遊ぼう！
	1428	視覚障がい	藤沢市誘導奉仕会サン ウォーク	視覚障がいの目の代わりになりませんか
	1429	視覚障がい	園田 治子	視覚障がいの目の代わりになって手伝えることは？
	1455	介護職	高橋 卓也	介護職場の働き方改革（国籍問わず）
	1465	認知症カフェ	和田 真知子	やってみよう！認知症カフェ（アドバイザー）

4. くらし

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル	
子ども対象	433	えいご絵本	原田 佳子	えいご絵本読みきかせ	
	498	親子で学ぶ	長南 華香	子どもの心を知って親子でニッコリ講座	
	435	音楽ムーブメント	音楽ムーブメント	親子で楽しめる音楽即興プログラム	
	436	科学	(認定NPO) おもしろ科学たんけん工房	子どものための科学体験活動指導と支援	
	439	けん玉	折原 輝雄	けん玉、コマ、ベーゴマ、紙ひこうきの指導	
	443	理科	蔵前理科教室ふしぎ不思議(略称くらりか)	工作と実験を通して理科の面白さを体験しよう	
	444	リトミック	りくりくらん	6ヶ月さんから4歳さんまで！ママと一緒にリトミック	
	1433	アナウンス講座	渡辺 智子	アナウンス講座 体全部を使って表現スキルを磨こう！	
	1436	音楽・絵本・パペット・手品	どれみるく	演奏・リズム・絵本・パペット・手品のミラクルタイム	
	1458	子どもの食事作り	山本 英子	子どもを元気で健康に育てるための食事作りのヒント	
ものづくり	445	アクセサリー	坂本 眞光	シルバーアクセサリー（リング）作成	
	499	クラフトバンド手芸	千葉 真由子	クラフトバンド（エコクラフト）手芸	
	462	手芸	常盤 幸子	手作りをしてみませんか？	
	1453	手芸	尾花 美和	楽しい！かわいい！手芸を体験しませんか	
	1423	スイーツデコ	菊池 秀代	楽しくスイーツデコを作ろう！	
	465	竹花簞	若菜 正義	作る喜びをみんなで楽しく！	
	466	筍の皮のフラワーデザイン	丸山 直江	新素材 孟宗竹の筍の皮で花を	
	470	布ぞうり	はっぴい布ぞうり	おしゃれでかわいい布ぞうりを作ろう！！	
	1414	リース作り	高見 広海	リース作り	
	478	ミシン	宮崎 美保	ミシン 簡単ロックミシン洋裁	
	1437	マクラメ	和田 真知子	脳トレするマクラメ	
	1438	カルトナーージュ	畑中 弘子	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	
	1441	ポーセラーツ	山根 志保	ポーセラーツで自分だけのオリジナル食器を作ろう！！	
	1442	ハーバリウム	山根 志保	好きな花材だけを使って私だけのハーバリウム作り	
	1463	ハーバリウム	松本 直子	ハーバリウム・ハーバリウムアクセサリーを楽しむ	
	1444	リボンレイ	松本 直子	リボンレイやリボンで作る小物	
	1454	ロゼット	松本 直子	針も糸も使わないロゼット作り	
	1464	ファブリック・デコレ	松本 直子	ファブリック・デコレを楽しみませんか	
	趣味	474	フラワー	杉田 エリ	フラワーアレンジメント
		475	フラワー	伊東 香恵	お花を生けよう！
476		フラワー	小林 雅美	生花で作るフラワーアレンジメントを楽しみましょう	
1432		フラワー	森 めぐみ	生活の中で楽しむ自由な花あしらい	

4. くらし

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
趣味	1435	フラワー	萩原 幸子	季節を楽しむフラワーアレンジメント♪
	1446	フラワー	石川 明子	英国式フラワーアレンジメントとクラフト作成
	416	地理・旅行	大西 順三	日本の旅、地名、まちおこし
	487	散策	(特非) J I A O L I U 鎌倉	鎌倉観光ガイド
	1466	散策	堀 浩侃	江の島・旧藤沢宿の観光案内
	446	アロマセラピー	森 幸代	香りのある暮らし
	447	アロマセラピー	AYA alchemic studio	体に優しい素材で作る日用品・化粧品講座
	491	アロマセラピー	齋藤 優子	アロマで健やかに美しく
	1462	アロマセラピー	海老名 友美	生活の中で生かすアロマ
	448	アロマセラピー/ ハーブ	舩井 喜代子	心と体を癒す「ハーブ&アロマ健康法」
	1431	ペットアロマセラピー	渡辺 智子	ペットアロマセラピー ペットと楽しむアロマ
	1408	算数・数学	森 眞彦	マジックやパズルで楽しむ算数・数学講座
	415	そろばん	五島 美登利	そろばんでパチパチ右左脳元気なり
	1403	そろばん	池田 正己	そろばんで速算力・暗算力・右脳力を身に付けよう
468	鉄道	板倉 慶隆	楽しく学べる電車の話	
セカンドライフ	497	海外ボランティア	浅川 克彦	海外ボランティアで充実したセカンドライフを！
	483	市民後見人	(特非) 市民後見さざなみネット	今 なぜ市民後見人 元気高齢者の社会参画
	1461	市民後見人	藤沢市市民後見人 ふたば会	市民後見人になってみませんか？
	484	中高年の生き方	藤田 稔	(1)生涯現役で生き抜こう (2)自分史発刊指導
	1443	終活	柳生 純一	エンディングノートを通して終活を考える
	1452	終活	和田 江理佳	おひとり様の終活 私達のできる事
農業・園芸	452	ガーデニング	金子 幸江	花壇作りや寄せ植えなど草花と楽しみましょう
	1416	農業・園芸	高見 広海	農業・園芸の基礎
	1417	園芸	高見 広海	園芸を楽しむ
	1451	自然観察	江尻 晴美	季節の植物や虫の不思議を楽しもう！
美容・ファッション	1424	スカーフの活用	加龍 智子	スカーフ1枚で楽しくオシャレに笑顔になりますか！
	492	ファッション	伊藤 隆一	ファッションと生活、マーケティング、人間力を学ぼう
	419	美容	森下 洋子	本来の美しい表情を実現する呼吸洗顔、呼吸法、メイク
	1406	美容	保要 佳美	一人でできるスキンケア法を教えます！
	1404	ヘアアレンジ	保要 佳美	簡単にステキに変身できる方法を教えます！
	453	カラーコーディネート	安東 裕子	パーソナルカラー
	455	カラーコーディネート	安井 ひろの	色の数だけ幸せが増える

4. くらし

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
美容・ファッション	494	カラーコーディネート	aL-Planning	あなたの色ご存知ですか？カラーは人生を変えます
	458	着付け	寺田 薫	着物を楽しみませんか？
	1405	着付け	保要 佳美	浴衣を着てみませんか？

5. スポーツ・健康

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
各種スポーツ	602	登山	大塚 忠彦	登山指導
	652	バレエ	幕田 千佳子	パリ・オペラ座流派のクラシックバレエを学びませんか
	660	ラグビー	草島 勇	ラグビー精神を知ろう
	653	陸上競技	宮治 邦夫	陸上競技のルールを覗いてみよう
レクリエーション	651	社交ダンス	本間 啓子	新しい社交ダンス
	609	スクエアダンス	湘南マリンSDC	アメリカのダンスを楽しんでみませんか！
	606	スポーツウェルネス吹矢	石坂 甫	生涯スポーツのスポーツウェルネス吹矢で楽しもう
	607	スポーツ吹矢	川村 聖	皆で楽しく遊びながら健康寿命をのばそう
	608	ターゲット・バードゴルフ	藤沢市ターゲット・バードゴルフ協会	ゴルフクラブ1本を使い、傘に入れる個人競技です
	610	バリ舞踊	長谷川 亜美	バリ舞踊、バリ文化を楽しもう
	612	ペタンク	湘南ペタンククラブ	ペタンクで健康になろう
	655	ラテンダンス	御代川 義則	楽しい健康ラテンリズムステップ
健康管理	613	音楽療法	こころと音楽のつどい	心にひびく美しく楽しい曲を聴いて元気に
	686	音楽と健康	音楽で健康を考える会	あなたの体、大丈夫？音楽でリフレッシュ！
	618	健康管理	吉村 美男	健康管理・生活習慣病予防
	672	健康管理	戸部 廣康	ビール苦味成分のアルツハイマー病への予防効果
	620	骨盤矯正	小林 祥子	絶対効くセルフケア、教えます 骨盤矯正にも効果あり
	667	整体	中島 裕	体を正しく使って気持ちを前向きにしよう
	664	ヘソヒーリング	ヘソクラブ	オーラ撮影で健康診断&ヘソヒーリング
	661	耳つぼ	山崎 和子	耳つぼで自律神経を整えて、いつまでも若々しく！
	658	笑いヨガ	林 英奈	笑顔で笑って心も体も健康に！誰でも楽しめる笑いヨガ
	668	笑いヨガ	佐々木 康憲	笑いヨガ！！
	656	ハンドマッサージ	福元 盾子	高齢者さん、介護のためのハンドマッサージ
	685	マインドフルネス	近藤 和彦	米国生まれの瞑想法を中心とした脳のトレーニング
体づくり	626	健康体操	秋山 茂夫	中高年のための健康体操
	635	健康体操	相良 陽子	「リズム体操で楽しく身体づくり」 「踊ろう！キョウダンス・オリンピック音頭」

5. スポーツ・健康

登録者一覧 (分野別)

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
体力づくり	647	健康体操	御代川 義則	健康改善体操
	659	健康体操	真彩	骨盤エクササイズ
	669	健康体操	鈴木 友範	子どもからシニアまで、健康体操・脳活体操・運動（格闘フィットネス）で心もカラダもリフレッシュ
	681	健康体操	青柳 彩子	ストレッチと体幹運動で冷え対策！！
	683	健康体操	矢野 哲平	リラックスカフェ（こころもカラダも気持ち良く！）
	684	健康体操	清水 亜佐子	キックボクシングエクササイズでストレス発散！！
	628	散策	阿部 恭巳	鎌倉ウォーク・ハイキング
	629	水中ストレッチ	宮崎 美保	シンクロスイミングストレッチ
	646	ストレッチ	N.F.らぼらとリィピンころ体操ストレッチサークル	天寿を全うするファイナンシャルプラン作りを手伝う
	648	太極拳	大沼 一心	楊名時太極拳（ようめいじたいきょくけん）
	633	体操	（公社）日本3B体操協会 神奈川南支部	赤ちゃんから高齢者、障がいのある方も楽しく健康に！
	634	体操	秋田 琢次	優しい体操（生涯にわたる健康づくり）
	650	脳トレ体操	岡田 敦	頭（脳）と体を活性化
	637	ピアノ&ヨガ	ピアノ&ヨガ	ピアノの生演奏をバックに行うストレッチヨガ
	682	バランスボール	渡井 莉那	バランスボールでココロもカラダもリフレッシュ！
	632	養生太極拳	瀧川 治代	身体を動かす事により心と身体を元気にしましょう
	639	ヨガ	ジャパン ヨガ アカデミー	ヨガによる健康作り
	640	ヨガ	岡部 洋子	ヨガで元気な生活を
	644	ヨガ	鈴木 悠理	大人のためのゆったりヨガ
	663	ヨガ	安達 美和子	脳と腸のヨガで健康になろう！
678	ヨガ	青木 久美子	リラックスヨガ～ゆったりとした呼吸とともに	
680	ヨガ	浦田 靖子	ヨガ&アーユルヴェーダ ヨガで健やかな毎日をも！	
676	マタニティ・産後ヨガ	中嶋 みき	心とカラダしなやかに ハピネスマタニティ・産後ヨガ	

6. ボランティア

分類	NO	テーマ	氏名	タイトル
保育	701	保育支援	保育ボランティア 子育て じゃん・けん・ぼん	子どもも親も“もっと豊かな生活”を応援する保育支援
お話	703	おはなし	おはなしクレヨン	絵本とおはなしのかけはし
その他	712	生きがい支援	藤沢My Winds	過去の懐かしい物に触れて認知症予防しませんか？