

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
能力開発	1	電子おもちゃの製作	塩澤 守行	福島市泉	電子おもちゃ製作。	小・中学生	40年以上の指導歴がある。
	1	オーディオ機器の製作	塩澤 守行	福島市泉	オーディオ機器(アンプ、スピーカー等)の製作。より良い音で聴くためのノウハウ。電子おもちゃ製作。	青年 成人 高齢者	40年以上の指導歴がある。
	2	エネルギー発生装置	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	新エネルギーの考え方、アイデアと仕組みなど理論と種類。	成人 高齢者	
	3	ソーシャルネットワーク	半谷 梢	福島市北矢野目	ふくしまのインフルエンサーが個人、団体、店舗等の情報発信の仕組みをより良くするノウハウを教えます。	成人	3年の指導歴 県観光復興事業担当者(2011～2015)
	5	パソコン(シニア対象)	阿部 幸雄	福島市南矢野目	めまぐるしく変化する高度情報化社会でシニア世代がパソコンやネットワークを利用して、より楽しく活動的な生活を目指すためにパソコンや情報ツールの使い方や利用法を楽しく学ぶ講座です。	成人 高齢者	指導歴18年／東日本大震災復興支援委員会ICT支援活動、福島県情報リテラシー向上事業対象市町村及びFTVカルチャーセンター、かんぼ清明、桑折町、郡山市あさかの学園大学などでのICT講師活動。
	5	パソコン(はじめてのパソコン・インターネット)	阿部 幸雄	福島市南矢野目	初心者やシニア層がパソコンの基礎からワード基本、インターネットやメール活用法までを体系的に学べる講座です。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴18年／須賀川市、郡山市、会津若松市、南会津町、三春町、川俣町、福島市内学習センター、浪江、飯館、川俣各避難仮設住宅でのICT講座。
	5	パソコン(インターネットとタブレット活用法)	阿部 幸雄	福島市南矢野目	Google社アンドロイド・タブレットやアップル社iPadの基本操作と人気アプリ・ゲームなどの楽しみ方やインターネット活用法を初心者・シニア層に楽しく分かりやすく紹介します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	タブレット指導歴6年／県情報リテラシー事業(郡山市、会津若松市、南会津町、三春町、川俣町)など。桑折町ICT講座。
	5	パソコン	仲野 正	福島市笹谷	シニア初心者の方々に、やさしく、ていねいにパソコンを指導します。	高齢者	
	5	プログラミング	藤倉 祐太	桑折町	小中学生向けのプログラミングを指導。ICTリテラシー技術、論理的思考等身に付けさせたい能力に応じてカリキュラムを作成できます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	郡山市で小学生への指導歴有
	5	ロボット制御	吉田 健	福島市野田町	ArduinoまたはMicroBit等を使った制御、ロボットの作成(小中学校でのICT導入に伴うプログラミングの拡張から制御:microbit等を利用した動くロボットの学習)	小・中学生 青年 成人 高齢者	元工場システムエンジニア・青年海外協力隊システムエンジニア・県立工業高校教諭・ICT支援員・県立美術館講座受託等
	5	データベース	吉田 健	福島市野田町	Access Excel 等を使ったデータベース管理	青年 成人	元工場システムエンジニア・青年海外協力隊システムエンジニア・県立工業高校教諭・ICT支援員・県立美術館講座受託等
	6	韓国語学習	荒明 定義	福島市飯坂町	韓国語会話指導。初めての方でも、やさしく日常会話が出来よう文法よりも、会話を中心とした日本人向けの学習法で指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	山形県出羽職業訓練所で2年、(株)小松製作所海外事業部で5年、飯坂学習センター「まだんクラブ」で3年の指導歴が有ります。
	6	メンタルトレーニング	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	個人個人のメンタルトレーニング・セルフイメージの気づき方。構成員教育の着眼点と実際育成。	青年 成人 高齢者	ライオンスクラブ、経営者研修会の講師。子育て支援サポート講習講師
	6	色彩能力	小池 久子	福島市南矢野目	色彩は生活全てにわたって関わりを持っています。「好き」「素敵」といった感覚だけでファッションインテリアの配色を決めるのではなく、色彩の基礎的な事柄を習得し、色彩能力検定3級取得にチャレンジします。	青年 成人	福島学院大学短期大学部非常勤講師(色彩学)7年の指導歴があります。
	6	オンライン講座	佐藤 明美	福島市笹谷	これから小さい起業を考えているためのSNSやホームページの作り方と運用方法を教えます。既に起業している方の相談も可能です。	成人	約3年
	6	自分史	武田 悦江	郡山市富田町	家族史を作ろう(小・中学生)自分史から引き出すキャリアプランニング(青年・成人)年表から始める自分史、自分史エッセイ(高齢者)	小・中学生 青年 成人 高齢者	公共施設・カルチャーセンターでの講師
	6	取材・インタビュー術	武田 悦江	郡山市富田町	何のために取材するのか?話しやすい雰囲気づくりのコツ インタビュー結果のまとめ方	小・中学生 青年 成人 高齢者	東日本大震災に関するインタビュー本2冊出版 web媒体での執筆
	6	読書コーチ(読書術)	原田 祥子	伊達郡桑折町	読書術を指導します。思考編集術も指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	10年の指導歴が有ります。大学生の読書指導歴5年。
	6	コーチング	原田 祥子	伊達郡桑折町	コーチング やりたいことをやる!に変える。感情の的確な伝え方。	小・中学生 青年 成人	15年の指導歴が有ります。
	6	コーチング	番匠 啓太	福島市野田町	ワークショップで自分及び相手を知ること、人間関係の改善、行動力アップの実現	小・中学生 青年 成人 高齢者	元高校教諭 スポ少、講師塾、中小企業同友会で指導
	6	恋愛コンサルタント	番匠 啓太	福島市野田町	異性との人間関係の改善、夫婦関係の改善、男女関係のメカニズムなど	青年 成人	

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
2 趣味・教養	1	童謡・唱歌・なつメロ	相原 節子	福島市泉	古閑裕而作品を中心に童謡・唱歌・なつメロなどみんなで楽しく歌う指導をいたします。	小・中学生 青年 成人 高齢者	古閑裕而記念館のハモンドオルガンを毎週日曜日昼頃弾かせていただきながら 集まったお客様と一緒に歌っていただいています。
	1	どじょうすくい男踊り	赤間 利晴	福島市黒岩	島根県の民俗芸能「どじょうすくい男おどり」の基礎。かくし芸に最適です。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴10年
	1	花見山おどり (健康向け)	赤間 利晴	福島市黒岩	ボランティアに良し	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴18年
	1	お米のできるまで踊り	赤間 利晴	福島市黒岩	民俗芸能を目指します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴5年
	1	演芸「ガマの油売り」	赤間 利晴	福島市黒岩	日本の代表的な大道芸「ガマの油売り」の口上を演技付きで指導します。	青年 成人 高齢者	約30年、福島市芸能祭等で発表
	1	演芸「いろは踊り」	赤間 利晴	福島市黒岩	平仮名文字の形を基本として展開する「踊り」の指導	青年 成人 高齢者	2年
	1	マジック	阿部 栄子	福島市蓬萊町	マジックの基本的なものを教える。	小・中学生 高齢者	第三小学校ヘワークショップゲストティーチャーとして年1回程出席しています。
	1	写真技術	伊藤 勝治	福島市渡利	写真撮影の基礎指導基礎技術の習得と応用, 考える写真から表現について楽しく指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	国際アート専門学校非常勤講師3年勤務。わたり写遊会、清水カメラクラブで十数年の指導歴があります。
	1	カラオケ	大野美江子	福島市本内	カラオケ健康講座、呼吸法、発声法の」基本から楽譜の簡単な見方なども入れて、上手くなる方法を指導します。年配の方から若い人まで、楽しく元気にストレス発散できる指導をします。	小・中学生 青年 成人 高齢者	歌謡教室指導歴24年。H20年より、カルチャーセンター(イトーヨーカドー内)にてカラオケ講座講師。
	1	三味線	岡部さちゑ	福島市笹木野	三味線演奏・日本音楽の良さ楽しさを知る 実際につれてみよう体験教室	小・中学生 青年 成人 高齢者	・県教育センター音楽10年経続三味線指導 ・大玉村小10年経続・野田小・平田小・平野小・大森小・中学校 ・文化庁こども教室10年経続三味線と民謡指導
	1	落語	小橋 伸一	福島市南矢野目	「酒飲亭いさん」という高座名で落語の口演をしております。一人でも又、仲間とともに寄席の形式でもできます。例えば「江戸の暮らしと落語」などのように講演の中で落語を交えた形式でもできます。「振り込めサギにご用心」という防犯落語もやっています。	小・中学生 青年 成人 高齢者	「A・O・Z寄席」「テルサ寄席」などに多数出演。うつくしま芸人会、ふくしま素人落語の会に参加。中心メンバーとしてマスターズ大学などで出前寄席やそば屋での独演会など幅広く活動しています。
	1	ケーナ	斎藤 寛幸	川俣町	初心者 of ケーナ指導(持ち方～音の出し方)	小・中学生 青年 成人 高齢者	小学校・町のケーナ教室で10年以上の指導歴
	1	写真撮影	佐藤 一旭	福島市蓬萊町	写真撮影全般	小・中学生 青年 成人 高齢者	北信写真クラブの指導
	1	クラシックギター・アコースティックギター	佐藤 仁一	福島市泉	アコースティックギターを含めた、アルペジオ奏法などの基本を中心に指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	家庭教師のトライ・ギター科講師
	1	音楽(合唱指導・ピアノ演奏等)	鈴木 扶美子	福島市郷野目	歌の指導・ピアノ演奏・キーボード演奏	高齢者	25年間 歌の指導
	1	音楽・リトミック	高田真紀子	福島市泉	リトミック指導。お子さんを対象に音楽を使い、成長過程で大切な基礎的要素を自然に身体におぼえることができるよう楽しく活動します。	乳幼児 小・中学生	幼稚園、保育所、学習センター等で20年以上の指導歴。
	1	歌・合唱	高田真紀子	福島市泉	個人からグループまで童謡から唱歌等、楽譜が読めない方でも、基礎の発声方法から楽に声が出せるよう楽しく丁寧に指導します。	成人 高齢者	短期大学・大学で音楽講師。学習センター、カルチャーセンター講師指導歴10年以上
	1	写真撮影	竹中 知博	福島市御山	写真撮影の実際。フィルム・デジタルカメラの詳しい操作と撮影の実際。映像の利用と活用、制作の講座。	小・中学生 青年 成人 高齢者	数年前より各学習センターで指導しました。
	1	音楽(合唱)	にほんまつ千比呂	福島市南沢又	季節の歌・童謡・なつかしい歌を組み合わせ歌詞の内容に重点を置いた歌唱指導を行います。	青年 成人 高齢者	中学、高校で24年間指導。成人団体の合唱指導経験あり。
	1	声楽／ボイストレーニング	橋本 俊哉	二本松市永田積内	発声指導(喉に負担をかけない発声法、体の使い方、発声のポジションや響きの指導) 歌唱指導(レガード唱法、ブレス、曲の解釈及び外国語(ドイツ語、イタリア語)の発音指導	青年 成人 高齢者	ドイツ留学15年の間に日本人をはじめ10か国以上の人々に指導

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
趣味・教養	1	マジック	長谷部四郎	福島市大笹生	子どもから高齢者まで、誰でも簡単に演じ、仲間ができる便利なコミュニケーションの手段として指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	NHK文化センターのマジック講座(2011年から) 指導歴20年
	1	大正琴	船山 緑	福島市太田町	大正琴の指導。	小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センター等で20年の指導歴有ります。
	1	尺八	村川 友彦	福島市泉	琴古流・明暗流尺八の奏法。	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターでの指導歴有。
	1	篠笛 ・ 尺八	米谷威和臣	福島市飯坂町	しの笛・尺八・民謡まで、基本から応用までしっかり指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	40年以上の指導歴 小中学校のゲストティーチャー 県教育センター等にも指導に行っています。
	1	音楽・フルート	若月 美香	福島市野田町	フルート演奏(ソロまたは伴奏者と共に)をコンサート形式で、テーマに沿った内容のお話を交えながら行います。 (テーマは要相談。昭和歌謡や世界旅行、映画音楽など)	小・中学生 青年 成人 高齢者	ヤマハシステム講師歴12年、個人フルート指導歴30年以上、森合小学校地域学習クラブ講師歴6年。 福島民家園や天鏡閣等で演奏、月一度の無料コンサートを230回以上開催、継続中
	1	音楽・フルート	若月 美香	福島市野田町	プラスチック製横笛の演奏指導。横笛を使ってフルートの基礎(まずは音を出すところから)を学びます。 (人数は要相談)	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	1	音楽・フルート	若月 美香	福島市野田町	身近な材料(ペットボトル・ストローなど)を使って楽器を作り、演奏に挑戦します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	1	ボイストレーニング	鈴木 侑香	福島市飯坂町	ボイストレーニングの基礎を学び楽しく歌えるようになることを目指します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	USボーカル教室福島校インストラクター歴4年。生涯学習講師
	2	科学工作、科学マジック、おもしろ実験講座	荒木 藤夫	福島市瀬上町	小学校、中学、高校、理科教員免許による授業 科学工作、科学マジック、おもしろ実験講座	小・中学生	学校の授業、PTA親子活動、こども会、青年健全育成会科学講座、こむこむ館、7つの学習センターでの講座50回以上
	2	スズメバチの生態	大類 幸夫	郡山市富久山町	知って驚くスズメバチの生態及び対処法。身近にいて危険な生き物でありながらあまりにも知られていないスズメバチの生態や被害予防法・対処法を図、写真、ハチの巣の標本を使って分かりやすく紹介します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	「スズメバチの生態を学ぶ」で福島市小鳥の森ネイチャーセンターで講演。「スズメバチに刺されない防衛策」をAOZでも講演
	2	天体・宇宙の謎	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	自然科学の謎と考え方、物の見方、データーの作り方など。手作り天体望遠鏡の製作。電波天文台ペパークラフト製作など。	小・中学生 青年 成人 高齢者	小中学校の講師。
	2	自然観察	國原 よし	福島市町庭坂	野外活動を通して自然界の不思議に出会い、驚きと感動を分かち合う事、森や林や野原で自然と一つになることですべての生命の尊さ、大切さを学び、知ること。	小・中学生 青年 成人 高齢者	森の案内人として16年、自然保護協会 13年の指導歴。
	2	ハワイアンリボンレイ	佐藤 明美	福島市笹谷	ハワイの伝統的カルチャーであるリボンレイの作り方をおしえます。リボンで南国の花や植物などを表現。場所も取らないので手軽に作ることができます。先生になりたい方の講座もあります。	成人	約7年
	2	天体観測	佐藤 光	福島市渡利	天体観測全般。天文に関する基礎から、星座案内、天体望遠鏡の使い方、天体観測、雲天時はスライド投影や天文ゲームを行う。	小・中学生 青年 成人 高齢者	昭和50年から平成16年まで福島市児童文化センター天文クラブ。平成6年より浄土平天文台観測会。平成18年からこむこむで親子天文教室。その他学校、学習センターでの天体観察会。
	2	自然観察と地球史	野中 俊夫	福島市笹谷	自然史(地域の自然のうつりかわりをハイキングで楽しむ)。福島盆地、吾妻安達太良、スカイライン	小・中学生 青年 成人 高齢者	浄土平自然解説ガイド。信夫山自然観察会植物担当。県森の案内人の学習会、フィールドワークの講師。自然観察指導員養成講座の講師。
	2	地球史	野中 俊夫	福島市笹谷	地球史(室内で地球の誕生から現在までの変化をたどる)。	小・中学生 青年 成人 高齢者	地学ハイキング(小、中、保護者、高齢者)。
	2	自然観察	蓮沼 昇	川俣町秋山	自然から学ぶ事の大切さと共に森林整備、間伐材の利用により木の枝クラフトを実施、体験教室を併せてエコの勉強をする。もりに興味を持ってもらう。次の世代の子どもたちにつたえることを忘れない。	小・中学生 青年 成人 高齢者	もりの案内人として幼児～高齢者まで自然観察、木の枝クラフト指導15年。自然保護についても15年。
	2	自然体験・科学教育	藤倉 祐太	桑折町	火おこしや昆虫採集等の自然体験や科学実験実演を通じて理数分野への興味関心、知識を身につかせます。	乳幼児 小・中学生	中学生への理科指導歴有
	2	自然観察	星 一彰	福島市森合	自然観察(調査、研究を含む)。	小・中学生 青年 成人 高齢者	40年以上の指導歴あり。
	2	自然科学・数学	本間 正幸	伊達市保原町	大人のための算数・数学教室。	小・中学生 青年 成人 高齢者	平成17年3月まで高校教員でした。平成17年4月から福島市と伊達市で活動しています。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
2 趣味 ・ 教養	2	自然科学	松崎 欽榮	福島市桜本	山野を観察し、もりの大切さを学ぶ	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	・こむこむ「わくわくサイエンス」講師(開業時より) ・学習センター(家庭教育・少年教育・高齢者教育)講座講師・小学校科学教室講師
	2	科学遊び、ものづくり	柳沼 祥子	福島市腰浜町	科学遊び、ものづくり	高齢者	指導歴9年 全国でも初めての企画であり21世紀に生まれ育成・普及されていく知的な生涯学習分野であり、指導歴は今後積み上げていく。
	3	自分史	赤間 利晴	福島市黒岩	「誰にでも作れる簡単自分史作り」をテーマとして自分のいきざまを回顧し、欲張らないで簡潔に主な出来事や特記事項を重点に抜き書きする従来の自分史の概念を打ち破った知的生涯学習。	小・中学生 成人 高齢者	平成20年度より対外指導開始。全国でも初めての企画であり21世紀に生まれ育成・普及されていく知的な生涯学習分野。指導歴は今後積み上げていく。
	3	ガラス絵	赤間 利晴	福島市黒岩	指導歴8年 手軽なので子どもから高齢者まで好評。小型の板ガラスの表面に直接アクリル絵の具で絵を描き反対側から鑑賞し飾る、従来の絵画と全く逆の技法での絵画作成の実際を様々な技法を織り交ぜて指導し、短時間で作品を完成させる。	小・中学生 青年 成人 高齢者	パーククラブアクセサリーデザイン&講師歴6年(仙台・札幌・盛岡など) 仙台住宅展示場、ララガーデン、こむこむにてワークショップ開催(8年間)
	3	デザイナーズアートワーク	阿部 晃子 (ラビコワーク代表)	福島市鎌田	アロマのこびん(4才～大人まで)手のひらサイズに仕上がる。天然精油をとり入りたいやしワーク。	小・中学生 青年 成人 高齢者	パーククラブアクセサリーデザイン&講師歴6年(仙台・札幌・盛岡など) 仙台住宅展示場、ララガーデン、こむこむにてワークショップ開催(8年間)
	3	絵手紙	阿部 晃子 (ラビコワーク代表)	福島市鎌田	ソルトアートの絵手紙(4才～大人まで)立体なのにかんたんおしゃれなポストカードサイズのあーとが楽しめます。	青年 成人 高齢者	6年の指導歴があります。
	3	和紙折り紙	石井 道子	福島市渡利	折り紙で折り方を指導し、和紙を使って芸術的に仕立てる。	小・中学生 青年 成人 高齢者	31年の指導歴があります。大学院修了
	3	中国語	岩間 真弓	伊達市保原町	中国語の指導並びに漢字教育・漢詩・古代神話・六書・甲骨・金匱などを指導します。	小・中学生 成人 高齢者	平成6年より福島囲碁会館で、子ども教室、女性教室等を指導。福島県青少年会館において、ちびっこふれあい広場囲碁教室担当等々。
	3	囲碁	大室 正	福島市野田町	初心者から上級者まで指導。テキストによる指導及び実戦指導。	小・中学生 青年 成人 高齢者	1983年7月スクール開設以来、現在まで33年の指導歴。FTVカルチャーセンター講師
	3	英会話	片平恵美子	福島市吉倉	生活に取り入れて毎日使える楽しい英会話です。楽しく身につくアイデア満載のわくわく♪なレッスン	小・中学生 成人 高齢者	平成19年度より折り紙愛好会で指導。平成19年度より老人ホームで指導。
	3	折り紙	加藤 淳子	福島市松川町	折り紙をとおして脳の活性化を促し、健康で季節感溢れる生活の向上。年齢を越えた交流(親子、孫、祖父母)季節先取りの色紙飾り、立体飾り等を製作します。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	自宅教室をはじめ、JAF 日本自動車連盟で7年の指導歴があります。また、中央学習センター婦人学級や障がい児(50名)の指導歴があります。
	3	ポーセラーツ	加藤 はるえ	福島市太平寺	白い皿やマグカップにシールで貼る 模様づけをします。絵が描けなくともシールで貼るので大丈夫です。	小・中学生 青年 成人 高齢者	FTV カルチャーセンターで13年の指導歴。自宅教室をはじめ三河台学習センターや婦人学級、小学校の教養講座などで指導歴あります。クラフトハートで13年の指導歴があります。
	3	ビーズアート	加藤 はるえ	福島市太平寺	ビーズアクセサリーなどを作ります。オリジナルキットを使って作るので世界で一つの物になります。	小・中学生 青年 成人 高齢者	MAX 4F(アオウゼ)や婦人学級での指導歴があります。(2年)
	3	折り紙	加藤 はるえ	福島市太平寺	折り紙を折り、色紙や額などに貼ったり、小物を折ったりします。	青年 成人	FTVカルチャーセンター講師吉井田学習センター主催事業(古典の日)講師
	3	日本の古典文学	鎌倉 雅臣	福島市八木田	日本の古典文学についての講義・講演	小・中学生 青年 成人 高齢者	2008年から独学で習得、講座歴12年 学習センター、幼稚園、小学校など
	3	スイーツデコづくり	倉貫 久仁子	福島市泉	(手作り雑貨品の製作講座) スイーツデコづくり	小・中学生 青年 成人 高齢者	2008年から独学で習得、講座歴12年 学習センター、幼稚園、小学校など
	3	サンキャッチャー制作講座	倉貫 久仁子	福島市泉	(手作り雑貨品の製作講座)サンキャッチャー制作講座	小・中学生 青年 成人 高齢者	2008年から独学で習得、講座歴12年 学習センター、幼稚園、小学校など
	3	パワーストーンプレスレットの製作講座	倉貫 久仁子	福島市泉	(手作り雑貨品の製作講座)サンキャッチャー制作講座	小・中学生 青年 成人 高齢者	35年の指導歴があります。
	3	陶芸	近藤 京子	福島市飯坂町	小学生、中学生には個性を引き出すために自由制作で指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	約20年以上の指導歴があります。
	3	俳句	今野 金哉	福島市旭町	俳句の作り方を基礎から指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	県内各公民館等での教室講師、FTVカルチャーセンターの講師等25年の指導歴があります。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	福島市旭町	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
趣味・教養	3	短歌	今野 金哉	福島市旭町	日本国が世界に誇ることのできる短詩型文学である短歌の味わい方、作り方を基礎から指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	県内各公民館等での教室講師、FTVカルチャーセンターの講師等25年の指導歴があります。
	3	ソーセージ・ピザ・チーズ作り	菅野 悟	福島市瀬上町	ソーセージ・ピザ・チーズ作り	小・中学生 青年 成人	当ブルーワーズ倶楽部で毎月実習しています。15年の指導歴があります。
	3	パワーストーン制作	菅野 孝子	伊達郡桑折町	天然石を活かしたパワーストーンでは石の意味や効果をお伝えしながら、パワーストーン制作・天然石ワイヤーアクセサリージュエリー制作指導・サンキャッチャー制作指導をしています。	小・中学生 青年 成人 高齢者	カルチャースクール・トーカイで2年、イベント等ワークショップ5年
	3	アクセサリーの基本や修理	菅野 孝子	伊達郡桑折町	アクセサリーの基本や修理を指導し、使用するアクセサリーを簡単に修理出来るようにしていきます。	青年 成人 高齢者	カルチャースクール・トーカイで2年、イベント等ワークショップ5年
	3	ワイヤークラフト	菅野 孝子	伊達郡桑折町	ワイヤー全般にワイヤーアクセサリー、ワイヤーレースジュエリー、小枝ジュエリー、モードジュエリーメイキング、ワイヤークラフト(小物やウェルカムプレート作り等)を指導しています。	成人 高齢者	カルチャースクール・トーカイで2年、イベント等ワークショップ5年
	3	手作り(ポーセラーツ・デコパージュなど)	齊藤 真紀	福島市瀬上町	ポーセラーツ、ポーセリンアート、デコパージュ、フレグランスキャンドルサシェ、リボンアクセサリー、ハーバリウム、多肉植物の寄せ植え、UVレジン、ビーズアクセサリー、カルトナージュ、タイルクラフト、ひょうたんランプ、木工教室等手作りを通して物の大切さを伝えられたらと思っています。	小・中学生 青年 成人 高齢者	自宅ショップ、出張講習会等16年の指導歴あり。
	3	折り紙ヒコーキ	齋藤 秀男	福島市鎌田	紙1枚で折る折り紙ヒコーキの折り方飛ばし方の指導。子どもから高齢者まで脳トレ作業に効果を求める。	小・中学生 高齢者	日本宇宙少年団・小学校・サークル等での指導歴8年 JAL折り紙ヒコーキ大会指導4年
	3	フラワーデザイン	斎藤まゆみ	福島市北沢又	アレンジの基本型や季節の飾りなど珍しい花材でわかりやすく指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導を始めて20年になります。(スクール、カルチャー、学習センターなどで)
	3	押し花	(ピオラ押し花倶楽部) 斎藤 なか	福島市田沢	押し花を通じて自然の美しさ、おもしろさを伝えながら心の交流をはかり、楽しい時間を過ごすことを目的に指導を行なっております。	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	2000年インストラクター資格取得後、桜台集会所・蓬萊学習センター・アオウゼ・ピオラ押し花&昆虫館にて、サークル指導、教室指導、依頼学習センター体験指導を行っております。
	3	工作	斎藤 裕子	福島市小田	身の回りや身近にある材料を基にして材料の体験を楽しむ。自分の作品を使ったり、飾ったりして自分の生活に生かすようにする。	小・中学生 高齢者	学習センター講師、こむこむ館協力員等18年の指導歴があります。
	3	俳句	坂野 洋三	福島市高野河原下	俳句の初級・中級の作句と鑑賞。日常生活の中での感動と動植物のふれあいをやさしく表現すること。	小・中学生 青年 成人 高齢者	平成22年度もちずり学習センター成人講座「俳句入門はじめての5・7・5」もちずり俳句会を毎月実施 10年以上の指導歴があります。
	3	絵手紙	佐藤 正子	福島市笹谷	絵手紙。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	公立学校で臨時講師として4年の指導歴有。
	3	花の寄せ植え、ハンギングバスケット	佐藤 英子	福島市森合	花の寄せ植え、ハンギングバスケット(壁掛け)、多肉植物、苔玉、テラリウムなどの作成をしながら園芸の基礎知識を学習します。年間を通してお庭、玄関先、またお部屋の中できれいな花飾りを楽しみましょう。資格認定試験講座もあります。	小・中学生 青年 成人 高齢者	2021年までいわき市で寄せ植え教室、公民館講座、各種団体への出張講座、各学校での石庭の植栽、展示物、病院などの花飾り、イベントへの参加、ハンギングバスケットマスター資格認定の養成講座他
	3	カフェミナーージュ®	佐藤 克美	福島市飯坂町	カフェミナーージュ®は既製品に布やリボンをデコレーションしお気に入りの布に使うことでプラスチックの使い捨てを無くし環境に優しい接着方法を使うなど環境への意識を高く持つハンドメイドです。	小・中学生 青年 成人 高齢者	5年
	3	アールポーセ	佐藤 克美	福島市飯坂町	白磁に好きな色や柄のシール状の転写紙をはり、専用の電気炉で焼成して作ります。世界に一つのオリジナルを作れます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	1年
	3	ジュエリーバック®	佐藤 克美	福島市飯坂町	好きな糸、テープ、ヤーンを自由に組み合わせて作るオリジナルなバック作り。ハイセンス、多種多様な世界に一つのバック作り。	小・中学生 青年 成人 高齢者	4年
	3	リベリーノ®	佐藤 克美	福島市飯坂町	パールセッティングマシンで既製品にパールのデコレーションをして世界に一つのオリジナルな作品を作れます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	3年
	3	リボン	佐藤 克美	福島市飯坂町	合皮、ストーン等を使ってハイクオリティのリボンを作ります。チャーム、パレツタ、ヘアゴム等にアレンジ可能。	成人 高齢者	3年
	3	手作りネクタイ	塩澤 清子	福島市泉	手作りネクタイ(裁断縫製)ネクタイ染色 白布地を裁断染色(水を使わないミラクル染)を中心に世界に一本のオリジナルネクタイを製作する。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴46年です。
	3	染色	塩澤 清子	福島市泉	伝統染色(草木染、藍染、柿しぶ染等) 現代染色(ドリーム染、電子レンジ染、塩染、新ローケツ染、ミラクル染)ノレン、ふろしき、Tシャツetc 生活に使用する品を染色する。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴46年です。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
2 趣味・教養	3	エコリフォーム	塩澤 清子	福島市泉	エコリホーム:ワイシャツのリホーム(染色してマイブランド復活) 思い出の品に染色(あら、また使えるわ、生まれ変わったわ)。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴46年です。
	3	山葡萄のかごバック等	鈴木 俊光	福島市飯坂町	山葡萄の蔓、沢クルミの樹皮を使ったアクセサリー、小物製作の指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	毎年10名以上に指導している。
	3	つるし雛	須田美起子	福島市飯野町	手芸全般指導可。最近4年間はつるし雛を指導しています。布選びから更に、上級の幸せ気分を満喫できる手芸を楽しむことができます。話術も心がけていますので笑いのある楽しい“技”お教えします。	小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センター、趣味の団体(女性の)、地域の女性グループへの指導歴あり(4年間)。
	3	キャンドル(アロマ、ハーブ、ドライフラワー)クラフト(キャンドルやサシュ、スワップ)作り	高橋なおみ	伊達郡国見町	アロマやハーブ、ドライフラワーを使ったキャンドルやサシュ、スワップ(花束)などのクラフト作り。 アロマスプレーやハーブを使った石鹸や化粧品作り	小・中学生 青年 成人	福島市ヤングカレッジ中央、中央女性アカデミーでのアロマポプリ作り。 3年前から個人的に開催しているワークショップ(数回)
	3	タイ料理	竹田 有理	福島市大森	家庭でも簡単に作れるタイ料理を紹介します。 (タイ在住3年・タイ料理教室卒業)	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター、小中学校での指導歴あり
	3	カービング	竹田 有理	福島市大森	野菜、果物、石けんなどを専用ナイフ一本で花のモチーフなどを作り出すタイの伝統芸です。身近な素材を素敵に変化させます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター、FTVカルチャーセンターでの指導歴あり
	3	キッズイングリッシュ・国際理解	竹田 有理	福島市大森	小中学生対象英語教室 歌やゲームを通じて楽しく英語にふれあいます。	小・中学生	英語非常勤講師 EAA
	3	縫わないふくさ	田本 智子	福島市八島田	縫わないふくさ	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターで指導。一日体験教室。各種イベントなどの講習
	3	ハーバリウム	田本 智子	福島市八島田	ハーバリウム	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターで指導。一日体験教室。各種イベントなどの講習
	3	ミニあじさいリース	田本 智子	福島市八島田	ミニあじさいリース	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターで指導。一日体験教室。各種イベントなどの講習
	3	しめ縄リース	田本 智子	福島市八島田	しめ縄リース	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターで指導。一日体験教室。各種イベントなどの講習
	3	トールペイント	東條真由美	福島市太田町	木製の素材にアクリル絵の具で絵を描きます。デコパージュを取り入れて楽しむことができます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	ヨークカルチャースクール2年。学習センター。コラッセのイベント。自宅教室。16年の指導歴があります。
	3	ヘリテージDECO	東條真由美	福島市太田町	新しいデコパージュでペーパーを専用溶剤でいろいろな素材に貼り簡単に楽しむことができます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター。AOZ。自宅教室。3年半の指導歴があります。
	3	ガラスペイント	東條真由美	福島市太田町	フランス製の絵の具を使ってガラス、陶器などにペイントしてきれいな色合いを楽しむことができます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	ヨークカルチャースクール1年。学習センター。コラッセのイベント。自宅教室。10年の指導歴があります。
	3	モロッカンプレート	東條真由美	福島市太田町	ガラス皿に専用の絵の具を使い模様を描く作品(下絵あり)	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	3	アロセテラピー	長澤 恵	福島市渡利	アロマテラピーの基礎知識を学ぶ基礎講座やアロマ虫除けスプレー、アロマクリームなどアロマクラフト全般、手作りコスメを指導します。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター, PTA, 市民講座, 企業研修等指導歴有
	3	木工工作・ペーパークラフト	中野 二郎	福島市蓬萊町	木工工作、竹笛、ペーパークラフト等の指導をします。簡単な楽しい工作遊びもできます。	小・中学生	福島市青少年指導員 福島市放課後子ども教室活動指導員
	3	読み聞かせ・朗読	にほんまつ 千比呂	福島市南沢又	福島県人が文章を声に出して読むときの注意点を知らせ日常生活にも役に立つ声の使い方を指導します。文学作品の朗読指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	読み聞かせボランティア養成講座講師。
	3	陶芸	原田 道男	福島市黒岩	陶芸全般、楽しく指導します。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	平成8年自宅に開窯、自宅教室、各学習センター、各小中学校で指導しています。
	3	フラワーアレンジメント&英語	美谷真由美	福島市飯坂町	いけばな&フレッシュフラワーアレンジメント、押し花、プリザーブドフラワー制作。外国人への日本語指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	15年以上の指導歴。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
2 趣味・教養	3	水引アート	南喜 代子	福島市清明町	水引を使っているいろいろな物を作る。世界に一つ、自分だけのオリジナル作品を作ります。イヤリング、ブローチ、正月かざり、結い納品、その他いろいろ。(水引工房 夢)	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターのサークル、NHKのカルチャー教室で10年指導。水引工房「夢」で7年指導。
	3	短歌	藤田 美智子	伊達市本町	短歌講座 初心者を対象に短歌のおもしろさや、作り方の指導	小・中学生	伊達中央交流館、昨年度
	3	百人一首	藤田 美智子	伊達市本町	特に指導できるというほどのものはありませんが、短歌の講座、歌会の指導などはしていました。	小・中学生	三河台小学校 百人一首の授業
	3	押し花	安田 恵	福島市南沢又	身近にある花、野菜、果物などを押花にし、アート作品や小物を作ります。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センターでの指導が18年になります。
	3	ガラスアート	安田 恵	福島市南沢又	ステンドグラス風の作品作り。タイルクラフト。	青年 成人 高齢者	ガラスアート教室9年。手作りフェアなどでの体験会(1日)。
	3	カルトナージュ	安田 恵	福島市南沢又	厚紙を使い布や紙でおしゃれな箱、小物入れを作ります。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴5年
	3	縫わないバッグ	安田 恵	福島市南沢又	厚紙を使い布や紙で縫わないバッグが作れます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴5年
	3	マクラメ インテリア 雑貨 ジュエリー	安田 恵	福島市南沢又	ヒモを結びブランターカバー、タピストリーなどを作ります。	青年 成人 高齢者	マクラメジュエリー講師
	3	手工芸	山口 百子	福島市桜木町	エッグアート・ビーズ・アクセサリー・メタルエンボッシングアート・銀粘土アクセサリー・トールペイントの指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	生活美術工芸教室アトリエ絵夢にて27年の指導歴があります。
	3	中国語	叶 根青	福島市仁井田	中国語を懇切丁寧に、分かりやすく指導 初めての方も大歓迎	青年 成人 高齢者	桜の聖母生涯学習センター講師
	3	3色パステルアート (アートセラピー)	渡辺 るみ	仙台市宮城野区幸町	赤・青・黄の3色だけのパステルを使ってどなたでも簡単に素敵な絵を描けるよう導いていきます。絵のレシビがあるので安心。右脳と五感で描くアートセラピーを体験してください。	小・中学生 青年 成人 高齢者	マンツーマンでの対面形式やワークショップ形式での指導歴あり
	3	筆文字	渡辺 るみ	仙台市宮城野区幸町		小・中学生 青年 成人 高齢者	
	4	信夫山の歴史	浦部 博	福島市御山町	信夫山の自然科学・民俗・歴史・まちづくりガイド	小・中学生 青年 成人 高齢者	平成12年より各学習センターで、平成16年より各小・中学校で講師をしています。市観光コンシェルジュ・市観光コンシェルジュ協会公認信夫山ガイド
	4	歴史地理学・郷土史	江代 正一	伊達郡国見町	福島古代道路(東山道)の駅家と駅路。福島城下町7町の成り立ち及びフィールドワーク。周辺の村々の成り立ちと小字、川と道、生活と土地の高低差による歴史。幕末の福島、世良修蔵暗殺事件と仙台藩烏組顛末。	小・中学生 青年 成人 高齢者	中央学習センターの依頼により16年の指導歴有り。
	4	王朝装束	尾形 容子	福島市松川町	十二単等王朝装束の着装と解説。	小・中学生 青年 成人 高齢者	国見町古典鑑賞会で解説、会津若松市での公開講座等、県内各地で普及活動をしている。
	4	昔あそび	斎藤 朋子	福島市飯野町	いろいろな昔遊びを通して手指、手首の柔軟さや、器用さを培っていきたい。めずらしい遊び等も教えながらみんなと一緒に楽しみたいと思っています。(お手玉・あやとり・コマまわし・おはじき・ビー玉・折り紙)	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導回数はすくなくですが、20年以上の指導歴です。
	4	福島市の歴史全般	柴田 俊彰	福島市渡利	ふるさと福島市。それぞれの地域には独自の歴史・文化がある。自分のふるさとに自身と誇りを持つためにはそれぞれの地域の歴史・文化をきちんと知ることから始めることが不可欠。福島の歴史、特に原始・古代を中心にそれぞれの地域のとくせいを踏まえた内容を映像等によりわかりやすく説明する。	小・中学生 青年 成人 高齢者	各地域の文化財団体等の講習会。各地域史跡保存会等の講師など。
	4	民話	清野 吉巳	福島市山口	民話、昔話 語り。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	10年以上の経歴があります。
	4	昭和40年代の農村生活	清野 吉巳	福島市山口	昭和40年代の農村生活体験。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	40年以上の経験があります。
	4	民話	藤東 ヨシ	福島市笹木野	幼児から高齢者まで年齢にあった昔話を語って聞かせている。また、小学生を対象に「子ども語り部教室」を開いており、これからも口承文化を伝えていきたい。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	昔語りは19年の実績、子ども語り部教室指導歴13年。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
2 趣味・教養	4	地域の歴史と文化財	中橋淳志郎	福島市大森	信夫地区の歴史と文化財、史跡に関する内容を指導	青年 成人 高齢者	学習センターで活動実績あり
	4	松川地区の歴史	三浦 富治	福島市松川町	松川地区の郷土史・伝統行事・地名の由来・方言及びその語源など	小・中学生 青年 成人 高齢者	松川学習センターでの講師
	4	地域の歴史と民俗	村川 友彦	福島市泉	福島市を中心とする地域の歴史と民俗についての講義等。	青年 成人 高齢者	講座等の講師経験あり。
	4	民話	門間 クラ	福島市松川町	現在地元の幼稚園に毎月、小学校に5～6回行って幼・児童向きのお話をしております。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	うつくしま未来博に引き続き金谷川幼稚園、小学校その他学習センター等で語り、市政100年の年に、民話の本出版しました。
	4	地域史	渡辺 祥文	福島市田沢	地域史(郷土史)、特に寺院関係の成立等について。地域仏教史学。	小・中学生 青年 成人 高齢者	地域小・中学校。各学習センターでの講師。
	4	民話	渡部八重子	福島市松川町	民話語り、昔あそび、ほか。方言と民話に込められた知恵や力等について指導。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	2002年より、年間30回くらい指導している。
	5	絵手紙・似顔絵	阿部 孝喜	伊達市柳内	小池邦夫の絵手紙に感銘(ヘタでいい、ヘタがいい)単に絵を描くだけでなく言葉大切にし夢と元気の出る絵手紙の描き方を教えたい。	小・中学生 高齢者	絵手紙サークル(現在7ヶ所)で指導。又、年に3回ほど各地の公共施設で絵手紙展示。皆に楽しんでもらっている。
	5	水墨画	菅野 陽子	福島市岡部	伝統日本文化と現代の風も入れた日本の画制作基本デッサン・細密描写、作品完成に至るまでの指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	東京テクニカルカレッジ・東京工科専門学校 講師
	5	絵手紙	菅野 陽子	福島市岡部	伝統日本文化と現代の風も入れた日本の画制作基本デッサン・細密描写、作品完成に至るまでの指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	東京テクニカルカレッジ・東京工科専門学校 講師
	5	スケッチ・デッサン	菅野 陽子	福島市岡部	伝統日本文化と現代の風も入れた日本の画制作基本デッサン・細密描写、作品完成に至るまでの指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	東京テクニカルカレッジ・東京工科専門学校 講師
	5	切り絵	佐藤 正幸	福島市笹谷	一般的な切り絵、応用編 楽しめる生活に生きる切り絵	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴10年
	5	絵手紙	寺島 良子	福島市山口	デジタル化の世の中で手描きの絵手紙は優しさや温かい心が伝わります。子供から高齢者まで、誰にでも楽しむことができます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	FTV.ヨークカルチャー. 中央学習センター.婦人の家等で13年の指導経験あり
	5	絵画	蛭田 憲一	福島市在庭坂	デッサン(鉛筆・炭)油絵。初心者の方は勿論、更に高度な技法を習得したい方も能力に応じて懇切に指導します。	青年 成人	山形七日町カルチャーセンター, AOZ, ヨークカルチャー等講師経験あり
	5	ギター・ヴォーカル	菊地 美一	郡山市愛宕町	ギター弾き語り及びバンド演奏指導。特にヴォーカルでの2声、3声、ハーモニーコーラス指導「歌声」などの開催	小・中学生 青年 成人 高齢者	資格はありませんが、以前ヤマハ音楽教室でフォークギター講師をしていました。
	6	身の回りの税金	小野 宏一	福島市西中央	身の回りの税金について、わかりやすく説明します。所得税・相続税などの節税対策についても解説します。会計について基本的な事項から決算書の活用法についても説明します。税法・会計について楽しく学びましょう。	青年 成人 高齢者	商工会議所で税制改正の説明や金融機関において取引先向けに講義をしました。なお、一般納税者向けに諸税法のしくみについてやさしく説明したこともあります。
	6	税金・確定拠出年金・新NISA	小野寺 堯大	福島市矢剱町	小・中・高校生向け:税金・経済・お金に関する基礎から生活に活用できる幅広い知識を指導できます。 社会人向け:確定拠出年金の制度・年末調整・確定申告の基礎、新NISAを始めとした将来の資産形成について指導できます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	小中学生向け組税教室講師3年間中小企業経営者向け福利厚生セミナー講師3年間
	6	時事問題解説	小林 正明	福島市南矢野目	政治・経済・社会、「マスコミ論」も含め時事問題を誰にでも分かりやすく解説します。	青年 成人	各学習センターでの講師経験有り、桜の聖母生涯学習センター講師
	6	大人の義務教育	番匠 啓太	福島市野田町	～学校では教えてくれないお金の話～		ワールドエコノミクスリサーチ研究員
	7	書道	阿部 敏江	福島市伏拝	漢字、仮名、硬筆、基礎から展覧会までの作品づくりを、和やかさをモットーに指導しております。	小・中学生 青年 成人 高齢者	昭和54年から杉妻学習センターで指導させていただいております。
	7	フラワーデザイン	開沼 久典	福島市笹谷	フラワーデザインの技術知識・デザイン力を楽しみながら学びスキルアップします。他とは一線を画した学びです。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センターより依頼10年。雑誌の指導コーナー担当。高校での授業8年。日本で最も多いレッスン開催数(1年で800レッスン、のべ5000名)

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
2 趣味・教養	7	遊印	川越みどり	福島市御倉町	石の面に自由に文字や絵を彫りオリジナルな遊びの印を作る。印面に反対に文字などを書くため脳の活性化に非常に良くボケ防止に役立つ。文字離れの今日、手紙を書いたりと現代に不足しているものを補う。	小・中学生 青年 成人 高齢者	NHK郡山カルチャー、ヨークカルチャー、FTVカルチャー、二本松教室、大町教室、荒町教室などで指導。
	7	書道	菅野日出子	福島市北中央	①一般書道(毛筆、ペン、実用書、かな、詩文書)②学生部書道(毛筆、硬筆)。	小・中学生 青年 成人 高齢者	31年の指導歴があります。
	7	書写, 書道	斎藤 道明	福島市黒岩	基本の点画(11種類)で筆使いの練習をして頂き、会得した上で文字練習に進む指導です。あなたも形の整った美しい文字が書けます。	幼・小・中学生 青年 成人 高齢者	書道教室を開校（県青少年会館）
	7	書道	佐久間碧舟 (賢一)	福島市南沢又	毛筆(楷書・行書・草書・隷書)の基礎的な筆使いから「かきぞめ展」「七夕展」「各種書道展の」作品作りを支援します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	2015年から小・中・高校生から大人の方まで幅広い年齢層の皆さんと歩んできました。
	7	書道	二階堂善一	福島市佐倉下	書道・写経に関する基礎知識、意味、読み、書き方及び篆刻についての基礎知識、印の作り方について楽しく指導	青年 成人 高齢者	13年
	7	陶芸	野沢 則子	福島市平石	自宅にガス窯があり楽しくなるべく格安にできるよう指導します。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	平成19年から、個人団体で指導経験があります。
	7	茶道	宗像 順子	福島市飯坂町	茶道の点前。日常の礼儀作法、その他。	小・中学生 青年 成人 高齢者	53年の指導歴。
	7	華道	渡部八重子	福島市松川町	花のいけ方	青年 成人 高齢者	1965年より、いけ花について実技指導している。
	8	竹トンボ制作	赤間 利晴	福島市黒岩	竹トンボの制作指導	小・中学生 成人 高齢者	ゆとり学習時代、小学校に出向いて指導、 約10年
	8	数秘	エリゼあいか	福島市森合	生年月日とお名前から、自分の持つ資質などを観て行きます。	小・中学生 青年	FTVカルチャースクールにて2018年～2020年まで講座開講
	8	アロマタロット	エリゼあいか	福島市森合	カードをひくことで、その時の自分に必要な香りとメッセージを受け取ります。	小・中学生 青年 成人	FTVカルチャースクールにて2018年～2020年まで講座開講
	8	楽しい話の進め方	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	楽しいお話の進め方・考え方(元気で長生きして、ポクツと行く方法など)	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	8	生活心理学 (くらし子育て)	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	どのように考え方を進めれば希望が芽を出し、夢を持ち育てていけるかなど。高齢者、子育て世代へのアドバイス。夢の育て方、希望の持てる考え方。	青年 成人 高齢者	考え方教室20年以上
	8	パーソナルカラー	小池 久子	福島市南矢野目	自分に似合う洋服の色、知的に、若々しく演出できる色、今までとは違うおしゃれができる配色テクニック等自分のベストカラーを分析、診断します。	青年 成人	スタイリストとして、3年の勤務歴があります。
	8	読み聞かせ・紙芝居	斎藤 嘉子	福島市泉	子どもに喜ばれる楽しい紙芝居、パネルシアター	乳児 小中学生	
	8	メディア	高橋 ゆうこ	福島市陣場町	福島市と米沢市でラジオパーソナリティをしています。現役ラジオDJの話して学んで「健口教室」で楽しみましょう。	小・中学生 青年 成人 高齢者	ラジオパーソナリティ歴18年 令和2年度生涯学習講演会講師
	8	コミュニケーション	高橋 ゆうこ	福島市陣場町	コミュニティ,コミュニケーションについて理解を深めあなたらしい人生を送りましょう。	青年 成人 高齢者	ラジオパーソナリティ歴18年 令和2年度生涯学習講演会講師
	8	仏教・禅	渡辺 祥文	福島市田沢	仏教、禅に関する講演等、坐禅に関する指導。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	市内各学習センター、各種団体等の講演。福島県警察学校坐禅指導。NHKカルチャーセンター講師。
	8	心理学 (心理コミュニティ ケーター)	渡辺 るみ	仙台市宮城野区幸町	子どもの成長に必要な発達心理学やアダルトチルドレン・アドラーなどの普段使いの心理学講座	小・中学生 青年 成人 高齢者	

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
3 市民生活・国際理解	1	町ガイドの手立て	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町青木	まちづくりの着眼点、アイデア、まちづくりは人づくり人材育成(メンタルトレーニング)	青年 成人 高齢者	飯野町のまちおこし30年。
	1	スポーツボランティア	齋藤 徳子	福島市飯野町	東京2020オリ・パラの話も含め、社会貢献活動として幅広い可能性を持つスポーツボランティアについての講話を行います。	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター市民講座, 女性学級 ジュニアスクール等指導歴有
	2	成年後見制度	中橋淳志郎	福島市大森	成年後見制度に関する講話	青年 成人 高齢者	学習センターでの後見制度に関する相談会
	3	組織づくり	赤間 利晴	福島市黒岩	生涯学習、まちづくり等に関する団体の立ち上げ方について実践、経験に基づいたアドバイスをします。	青年 成人 高齢者	指導歴53年
	3	社会貢献	赤間 利晴	福島市黒岩	世のため、人のため、福島のため、次の世代のためにという思想と発想と具体化のアドバイスをします。	青年 成人 高齢者	指導歴53年
	3	女性教育と男女共同参画	大和田千賀子	福島市蓬萊町	女性教育と男女共同参画を含めた社会教育一般。	成人	中央、蓬萊学習センターで指導。
	3	社会教育	鎌倉 雅臣	福島市八木田	生涯学習・社会教育への参加と実践、方法論	青年 成人	
	3	LGBT	木村 淳子	福島市上浜町	知っているようで知らない「LGBTQ+」の世界。知ることから始めましょう。	小・中学生 青年 成人	2006年市民フォーラム実行委員長時代より推進の会を開催。男女共同参画推進委員、同 審議会委員歴任
	3	セルフマネジメント	木暮 照正	福島市金谷川	心理学や成人教育に関する講話 代表的なテーマは「気持ちとやる気のセルフマネジメント」	青年 成人 高齢者	年間20講演程度を実施している。
	3	生涯学習	今野 金哉	福島市旭町	生涯学習の意義、あり方、進め方を指導します。	青年 成人 高齢者	約20年以上の指導歴があります。
	3	社会教育	佐々木 修	福島市鳥谷野	人生における「悩み」「苦しみ」をどう受け止め、「死」とどう向き合うのか心理カウンセラーが指導します。	成人 高齢者	学校, 公民館, 学習センターでの講師歴23年
	3	生涯学習	三瓶 千香子	郡山市台新	福島市では桜の聖母短大の教員として通っています。福島市生涯学習推進員の指導、「A・O・Z」のアドバイザーなどをしています。	小・中学生 青年 成人 高齢者	13年の指導歴があります
	3	笑い与健康	人星亭喜楽駄朗	秋田県男鹿市船越	笑いの効用、笑い与健康、笑いと幸せ、人生、夫婦、高齢者、人間関係、ボランティアについて、人生漫談と称して講演。キャッチフレーズ「ソクラテスの脳ミソと綾小路さきまろの舌を持つ男」	成人 高齢者	東北6県を主として年間100回程度講演しています。静岡文化芸術大学、京都外国語大学、東北大学、関西大学で10年連続発表している。
	3	ジェンダーを考える	鈴木 裕美子	福島市松川町	1995年北京で開催された第4回世界女性会議以降、エンパワメントは会社にどのような影響を与えてきたのか。国際女性教育振興会、日本女子体育連盟等の活動を通じて、男女共同参画社会の実現に向けての課題と方向性について分析する。	青年 成人	福島大学「ジェンダーを考える～地域とジェンダーをめぐる諸問題～」 「スポーツとジェンダー」「健康と運動～女性の健康と運動～」
	3	社会教育	高橋 浩也	福島市笹谷	社会の中で様々な経験を有している人々の講師になっていただき「学ば」楽しさを伝えていく。	小・中学生 青年	
	3	高齢化社会の生きがい	藤東 ヨシ	福島市笹木野	少子高齢化の時代に生きがいをもって健康で長生きするためにはどうすればよいかを昔話を通して考えていく。	高齢者	福島県青少年育成会議 「大人への応援講座」講師10年の指導歴。
	3	社会教育	蓮沼 昇	川俣町秋山	幼稚園、保育園、小学校の保護者、保育士さん達に道徳的アドバイス。森の案内人として森林の育樹、子育てはいつの時代も同じであるという感念のもとアドバイス指導。	小・中学生 成人	18年の指導歴。
	3	高齢者教育	山本 和宏	福島市蓬萊町	健康で意義ある人生を送るためのキーワードについてマジック等を交えながら楽しく講話を行います。	高齢者	県北域内の学習センター(公民館)での指導歴あり
	3	非行防止	渡辺 祥文	福島市田沢	保護司等の関係から、地域安全、非行防止に関する内容。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター、地区防犯協会、健全育成団体における講演。
	4	生活環境	蓮沼 昇	川俣町秋山	川の調査＝水質調査をしながら環境問題をどんなことから始めれば良いのか、そして地球温暖化防止はどこから	小・中学生 成人 高齢者	地球温暖化防止8年の指導歴。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
3 市 民 生 活 ・ 国 際 理 解	4	環境問題	星 一彰	福島市森合	環境問題(講義、解説など)。	小・中学生 青年 成人 高齢者	40年以上の指導歴あり。(自然保護NGO福島県自然保護協会1971年設立)。
	5	農業女子 (アスパラガス農家)	鈴木 侑香	福島市飯坂町	アスパラガスの栽培, 食べ方, 農家の現状, 農業から発展した事業の進め方など指導します。	青年 成人	新規就農者に向けた事例発表。生涯学習講師
	5	農業技術	清野 吉巳	福島市野田町	農業技術全般。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	50年以上の経験があります。
	5	観光	蓮沼 昇	川俣町秋山	福島県の低、高山ガイド(植物解説、歴史的)。観光地のPR。	小・中学生 青年 成人 高齢者	18年の指導歴。
	5	観光・市内名所の再発	松崎 欽榮	福島市桜本		高齢者	
	5	果樹栽培	菊田 透	福島市飯坂町	果樹栽培一般(サクランボ、モモ、リンゴ)。	小・中学生 青年 成人 高齢者	農業体験受け入れ。
	6	中国文化	岩間 真弓	伊達市保原町	中国文化について学ぶことができます。(衣食住, 少数民族, 民族衣装、青銅器等)	小・中学生 青年 成人 高齢者	31年の指導歴があります。大学院修了
	6	国際理解	ガラル・アハマド	福島市大森	エジプトの歴史、古代エジプトの象形文字を指導、アラビア語の指導も可	小・中学生、青年、成人、高齢者	「古代エジプトの基の作り方」「私の国はエジプト」等の講座
	6	国際事情	鈴木 裕美子	福島市松川町	国際女性教室振興会、子どもの笑顔プロジェクト等の活動を通じて、オーストラリア、イギリス、ウクライナ、ベトナムの近況を報告し、国際交流の在り方を模索する。	青年 成人	福島大学「国際事情～ギリシャ・イタリア・の教育事情～」 「国際交流と市民活動～人と人のつながり～」
	6	国際理解	叶 根青	福島市仁井田	「中国から見た日本」など国際交流の実践者として日本のよさを紹介古箏の演奏を交えながらの心温まるお話	青年 成人 高齢者	学習センター等での講演活動
	7	防災	鎌倉 雅臣	福島市八木田	防災士として、地域の防災のあり方等への助言・指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	町内会防災訓練助言・指導 子ども防災キャンプ講師(吉井田学習センター)

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
4 家庭 生 活	1	野菜ソムリエ～健康講演	(株)波恵ダンス 石山波恵	福島市新町	野菜ソムリエを生かした参加型健康講演(食べること・体を動かすこと)	乳幼児	11年
	1	衣食住(発酵食品)	大和田 千賀子	福島市蓬莱町	発酵食品について	成人	
	1	きもの着付け	尾形 容子	福島市松川町	きもの着付け(自装、他装、TPO等 技術、知識、マナー)。	小・中学生 青年 成人	市内学習センターで指導。
	1	ゆかたの着付け	尾形 容子	福島市松川町	ゆかたの着付けとゆかたの歴史。	小・中学生 青年 成人	市内学習センターで指導。
	1	断捨離入門	岸本 正輝	福島市太平寺	モノで家の中があふれている方、モノが捨てられずに困っている方にどうしたら捨てられるか指導します。	青年 成人 高齢者	1年半の指導歴有
	1	コーヒー 紅茶の入れ方	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	おいしいコーヒー・紅茶の入れ方。おいしいピザトーストの作り方。	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	1	料理・食育	久家 雅子	福島市森合	料理指導。各国の料理を日本の食材で簡単に作れるようにアレンジ。また、食育をベースに「食」の大切さを学ぶための料理等。学校での食育指導も可能です。	小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センター等で14年、小・中学校の保護者対象にした食育の講演会を9年。減塩食生活講演会
	1	きものの着付け	斎藤 優子	福島市町庭坂	民俗衣装である日本の美 きものを子供から成人男性まで指導いたします。日本の美 作法等きものを通して日本の心を学びます。	小・中学生 青年 成人	30年以上の指導歴 東北小林豊子きもの学院福島学院長 福島県代表 時代衣装 花嫁 十二単 束装まで指導しています。
	1	栄養・料理	佐藤 正子	福島市笹谷	栄養指導 成人バランスの良い食事、塩分CaL適量の食事作り。料理教室 離乳食作り、幼児のおやつ、1歳児からの食事作り。	乳幼児 小学生 青年 成人 高齢者	栄養指導 成人バランスの良い食事、塩分CaL適量の食事作り。料理教室 離乳食作り、幼児のおやつ、1歳児からの食事作り。
	1	栄養・調理	佐藤 徹子	福島市南沢又	栄養指導(食育、骨粗鬆症予防、エコ料理)。調理指導(カルシウムの多い料理、他)。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	森永乳業東北支店にて25年くらい栄養指導。宮城県学校給食担当者研修会の講師。東北各地の学習センター、公民館にて指導。リビング新聞に月2回「徹子のとっておきレシピ」担当中。
	1	食	嶋田美江子	伊達市保原町	韓国料理、キムチ他	小・中学生	親子料理教室でクリスマスケーキやチーズケーキ他 家庭料理、みそ作り、この20年間は韓国料理やキムチをメインに指導しております。
	1	日本茶のある生活	杉浦 千景	福島市野田町	日本茶の旨味をひき出す入れ方。家庭で楽しむ日本茶, その効能を暮らしに生かす。	小・中学生 青年 成人 高齢者	公民館, 民間会社などで実技・講演多数。基本2時間(30分～複数回10時間)
	1	料理	鈴木 玲子	福島市松川町	栄養を考えて化学調味料を使用せず食品をむだなく使用し季節の料理を作る。	小・中学生 青年 成人 高齢者	ピザ、ケーキのデコレーション、季節の料理。
	1	お菓子作り	高橋 佐智子	福島市岡部	誰でも作れるお菓子作りを教えます。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センター、小・中学校でケーキ(菓子類)作りを指導しています。
	1	きもの着装	永島 絹子	福島市笹木野	きものを美しく着こなすためには技術はもちろん、きものに関するいろいろな知識をしっかりと身につけていただきます。教養としてのきものの技術習得から専門家としてきものコンサルタントの養成まで指導しています。	小・中学生 青年 成人	装道礼法きもの学院 分院として30年以上指導。学習センター、JAでも指導
	1	和裁	永島 絹子	福島市笹木野	ゆかた、長じゅばん、単衣長着、子どものきもの(一ツ身、四ツ身)帯、小紋、袖、紋付き、訪問着、振り袖、留袖など袷長着の仕立てまで指導します。	小・中学生 青年 成人	装道和裁専門学院 公認教室として30年以上指導。
	1	からだからがよるこ ぶ料理教室	野田 郁子	福島市泉	マクロビオティック・ヴィーガン・ベジタリアンフード・発酵食講座・薬膳茶講座・卵・白砂糖・乳製品を使用しないお菓子作り	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	FTVカルチャー、こむこむ、AOZ市民講座等で指導歴有。
	1	スパイスカレー教室	芳賀 眞	福島市森合	カレーを一からスパイスを使い簡単に本格カレーを作る。	青年 成人	11年の指導歴。
	1	山菜・キノコ見分け方	原田 道男	福島市黒岩	山菜の取り方、キノコの見分け方。採集指導をします。	青年 成人 高齢者	30年以上の指導歴があります。
	1	鮭とば作り	原田 道男	福島市黒岩	おいしい鮭とばの作り方を教えます(11月限定)。	青年 成人 高齢者	10年以上の指導歴があります。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
4 家庭 生 活	1	手打ちうどん	原田 道男	福島市黒岩	おいしい手打ちうどんの作り方、おいしい食べ方を指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	20年以上の指導歴があります。各学習センターで指導。
	1	パン作り	星野 めぐみ	福島市野田町	手ごねで簡単にパン作り	小・中学生 青年 成人 高齢者	半年
	1	きものの着付け	三浦カツ子	福島市森合	日本の女性の第一礼装である着物を一人で美しく着れる様、及びマナー・着物に関する知識を指導する。	青年 成人 高齢者	30年以上の指導歴。
	1	編物	安田 恵	福島市南沢又	手編、棒編、かぎ針、ゆび編。純銀クロシェー かぎ針を使った銀のアクセサリ。マクラメ編みのアクセサリコードを使って結んでアクセサリや小物を作ります。	青年 成人 高齢者	20年以上教室をしています。JAでの1日講習など。
	1	手作り餃子	叶 根青	福島市仁井田	皮から手作りする本格的餃子の基本的な作り方を紹介	青年 成人 高齢者	桜の聖母生涯学習センター講師
	1	料理(飾り巻き寿司など)	吉田 摩耶	福島市瀬上町	子どもから大人まで楽しめる飾り巻き寿司。家庭で再現できるフランス料理等。本格フランス料理星付きレストランに出てくるような一皿に仕上げます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	料理教室主宰(2018～) 学習センター, 国見道の駅で指導
	1	和菓子	蓬田 渉	福島市飯坂町	和菓子作り	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターなどで何度か講習経験あります。
	2	青年心理・発達心理	神野美智男	二本松市	子どもの心理的発達から青年期の終わり(現在であれば30歳くらいまで)頃までの心理及び発達、教育に関すること(小学～高校生であれば保護者対象)。	乳幼児 小・中学生 青年	県内各市町村での公民館事業、各種の学校における保護者会等での経験が多数あります。
	2	子育て	神野美智男	二本松市	思春期の心理、メール依存、不登校など		
	2	子育て	木下 次男 (補助でのお手伝い)	福島市飯野町	子育ては、子供と一緒に親が育つことです。親が自分自身のセルフイメージに気づくことです。現在、里親を実際に行っています。8ヶ月から育て3歳半になりました。子育ての実際と体験と悩みなど。	成人 高齢者	
	2	子育て・リトミック	高橋由美子	福島市笹木野	主に入園前のお子さんと母親によるリトミック指導。季節のうたや行事、遊びをとおしてより良い親子関係を築くとともに、相互の親睦を深め、音楽やリズムの楽しさを指導します。	乳幼児 小・中学生 成人	吾妻学習センター家庭教育学級いちごクラブで10年以上の指導歴があります。リトミックサークルでは10年以上の指導歴があります。
	2	育児子育て	藤東 ヨシ	福島市笹木野	「昔話と子どもの心の成長」「女性の生き方と子育て」と題して昔話をおりませながら「よい家庭によい子が育つ」ことを願って講演している。	乳幼児 成人	親子一緒にの遊び等学習センターでの指導、17年の実績があります。
	2	着付け・礼儀作法・仕立て	永島 絹子	福島市笹木野	礼法を知ること、人間関係を深めること。美しい立ち居振る舞い、冠婚葬祭、年中行事、食事の作法や贈答のしきたりなど日常生活に欠かせない礼の心を学び日本の美しい形への理解を深め習慣化していきます。	小・中学生 青年 成人	装道礼法きもの学院 公認として20年以上指導 「伝統文化こども教室」を5年間指導。
	2	子育て・教育	番匠 啓太	福島市野田町	母親向け「お母さんの声かけ講座」、成績の上げ方、家庭の役割分担などお子さんを健全に育てる極意を伝授	青年 成人	元高校教諭 スポ少、講師塾、中小企業同友会で指導
	2	リトミック	星 奈津美	福島市泉	親子リトミック活動、ベビーリトミック活動など親子一緒に音楽でコミュニケーションをとり体を動かします。	乳幼児	親子サークル「リトミックひろば♪」を主宰して約8年。保育園児や子育て支援センター、子育てサークルへ出張しての指導歴あり。
	2	家庭教育・子育て	山本 和宏	福島市蓬萊町	子どもたちのよりよい成長を助けるための親としての関わり方のポイントについてマジック等を交えながら楽しく講話を行います。	成人	県北域内の幼稚園、小学校保護者対象講座、学習センターでの指導歴あり
	2	アイスブレイク	(子育て支援 hana-so) 吉田 暁子	福島市渡利	2時間以内で家庭学級やサークル、保護者会の最初の雰囲気づくりをお手伝いします。その後の活動で参加者が主体的に参加し参加者同士の交流がスムーズになる効果があります。	青年 成人	公民館・学習センター職員研修会講師、各学習センター講師、こども園教育講演会講師など
	3	山野草盆栽	梅津 朝雄	福島市町庭坂	苔玉、寄せ植えなど山野草盆栽の製作と培養。日本伝統文化としての盆栽の基礎知識と盆栽展の飾り方、五葉松盆栽の整枝と培養。	青年 成人 高齢者	16年の指導歴。
	3	園芸	齋藤 利男	福島市笹谷	園芸(野菜、果樹、花き全般であるが特に野菜)に関する基礎知識。土壌、肥料、農業に関する知識。並びに栽培技術指導と実践。	成人 高齢者	農業短大、農業研修所での講義と実技指導。農業改良普及員・農協営農指導員への研修講師。サンライフにおける野菜教室講義。飯坂学習センターで指導。現在、福島家庭菜園クラブ指導、10年目。
	3	一閑張	野沢 則子	福島市平石	いけ花のための器作りや生活に密着したものまでなるべく格安にできるよう指導しています。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	平成20年から、個人、婦人団体、女性スクールで指導歴があります。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
4 家庭 生活	3	エコ園芸	羽田 稔	福島市渡利	園芸全般・花木育て方・育て方・寄せ植え「苔玉の育て方・作り方」	小・中学生 青年 成人 高齢者	FTVカルチャーセンターや学習センターでの園芸講座。福島市社会福祉協議会 障がい者対象の園芸講座 指導歴30年
	4	健康づくり ストレスマネジメント	荒川 薫	福島市瀬上町	・健康づくりストレスマネジメント(脱疲労LIFE®) ・なりたい自分や未来を引き寄せる(未来思考メソッド)® ・骨格、筋力、自律神経を整え楽な体になる。(バランスコーディネーション®) 体と心のバランスを整えて生き生きと生活したい方におすすめです。	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	指導歴8年 スポーツクラブ・オンラインレッスンと講座
	4	アロマテラピー	荒木 紀子	福島市南沢又	「心や体の健康とアロマ」と題した認知症予防等のアロマ活用術を指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	女性団体主催アロマ講座 学習センターでのアロマ講座
	4	家庭医学・介護	石澤 洋史	福島市堀河町	お薬一般、アンチ・ドーピングについて	小・中学生 青年 成人 高齢者	飯野町 お薬研修会(教室) 国体(相撲少年の部)アンチ・ドーピング講習会
	4	リンパセラピー	大堀須美子	福島市在庭坂	リンパセラピーの基礎理論と実技。自分自身や家族のために「健やかな癒し」を日常生活で、できるようコツを教えます。	青年 成人 高齢者	平成18年4月から吾妻学習センター「リンパティラピークラブのほほん」代表。平成18年7月からNHK福島文化教室「リンパセラピー入門」講座の講師。
	4	病気とケガの予防	菊地 和宏	福島市丸子	心と体が軽くなるお世話を中心に、高齢者のケガの予防や関節トレーニングの実技・スポーツ障害、気楽にマスターできる指導をします。	小・中学生 青年 成人 高齢者	5年
	4	カラーセラピー	小池 久子	福島市南矢野目	最近気になる色、好きな色があなたの心を表していることをご存知ですか？いろいろな色を無心に塗ることで自分も気づかなかった心の奥底が見えてきます。色は「心の言葉」です。	青年 成人	NHK文化センター福島教室講師、指導歴7年。
	4	漢方養成 漢方茶について	小池 久子	福島市南矢野目		青年 成人	
	4	アロマテラピー	小林香代子	福島市東中央	香育(香りの環境教育)から健康増進まで植物の香りを使って石鹸やクラフトづくり、ハンドトリートメント、アロマ検定対策等	小・中学生 青年 成人 高齢者	講師歴10年
	4	音楽療法	高田真紀子	福島市泉	音楽療法。障害をお持ちの方から健常者まで、介護予防に音楽を通して働きかけをします。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	老人ホームや障害者のグループ、個人を対象に10年以上の指導歴。
	4	アロマテラピー	半谷 梢	福島市北矢野目	回復促進、ストレス社会を上手に生き抜くための指導 外傷・精神疾患・内臓疾患の回復促進のアドバイス	成人	4年の指導歴
	4	アロマテラピー	安田 恵	福島市南沢又	香りによる健康づくり、香りの効能、香りを使ったオイル・クリーム作り。	青年 成人 高齢者	各学習センターの青年学級や市民学級で指導。
	5	子育て世代のマネー プランニング	菅野 弘子	福島市野田町	家を立てる、保険の加入や見直し、子供の進学資金、老後生活資金など、これら必要なお金の項目を確認してキャッシュフロー表(資金計画表)の考え方と作り方をわかりやすく説明します。(日本FP協会テキスト使用)	成人	一般企業人事出身、ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント資格保有、社内研修講師、企業委託でセミナー講師、福島県あづま総合体育館のカルチャー教室講師経験があります
	5	40才、50才から準備する 定年後のマネープラン	菅野 弘子	福島市野田町	50才から60代は、人生100年時代をお金の心配なく生きるためのライフプランニング計画が大切です。安心な老後を送るために必要なお金や準備の仕方についてテキストを使用して、キャッシュフロー表(資金計画表)の考え方や作り方をわかりやすくお伝えします。(FP協会テキスト使用)	成人 高齢者	一般企業人事出身、ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント資格保有、社内研修講師、企業委託でセミナー講師、福島県あづま総合体育館のカルチャー教室講師経験があります
	5	シニア世代(定年退職後)の暮らしを確認しよう	菅野 弘子	福島市野田町	人生100年時代、60才以降に必要となってくる医療や介護、相続などの内容テキストに沿って説明します。知っておくべき老後にかかる費用について、ご家庭のキャッシュフロー表(資金計画表)の考え方や作り方をわかりやすくお伝えします。(FP協会テキスト使用)	成人 高齢者	一般企業人事出身、ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント資格保有、社内研修講師、企業委託でセミナー講師、福島県あづま総合体育館のカルチャー教室講師経験があります
	5	若手社会人のマネー &ライフプラン	菅野 弘子	福島市野田町	若手社会人(新社会人、卒業年次の学生等)を対象に、消費・貯蓄等を計画的におこなうことの大切さや人生の三大支出(教育、住宅、老後)などに備える基本的な知識や考え方をわかりやすくお伝えします。給与明細や源泉徴収票の見方や、労働法の基本もお伝えします。(FP協会テキスト使用)	青年 成人	一般企業人事出身、ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント資格保有、社内研修講師、企業委託でセミナー講師、福島県あづま総合体育館のカルチャー教室講師経験があります
	5	iDeCo(イデコ、確定拠出年金)とNISA(ニーサ)のしくみと始め方(入門編)	菅野 弘子	福島市野田町	人生100年時代、まとまった資金や老後資金の準備ができるイデコとニーサのしくみと始め方、税制優遇制度をお伝えします。	青年 成人 高齢者	一般企業人事出身、ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント資格保有、社内研修講師、企業委託でセミナー講師、福島県あづま総合体育館のカルチャー教室講師経験があります
	5	整理収納・生前整理・着物リメイク	佐藤美穂子	福島市本内	子どもの収育から大人の片付け、生前整理の指導、着物リメイクアドバイスも行います。		
	5	腸活	杉内 晴美	二本松市若宮	腸に関する正しい知識をお伝えし、腸から健康サポートする。心と体の健康を担と腸をケアする事で病気になりにくい体をつくる。	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	4年
	5	犯罪 非行	高橋 浩也	福島市笹谷	犯罪や非行に関する問題とそれに対して関係していく機関との連携・情報提供(薬物、非行、社会を明るくする運動、犯罪予防)	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター「思春期セミナー」講師(R4.6.15清水学習センター)

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
4 家庭 生活	5	ライフプランニング・資産運用	千葉 哲也	福島市上島渡	人生の設計画と言われるライフプラン表の作成の仕方。効率的な資産運用、積立投資、ドルコスト平均法、複利運用を分かりやすく解説します。	青年 成人 高齢者	福島市「1upガレッジ」自主開催セミナー「学校では教えてくれないお金の基礎知識
	5	青少年教室	山本 和宏	福島市蓬萊町	放課後子ども教室等の指導員に対し、子ども達とのより良い関わり方のポイントについて具体的事例を基にお話する。	青年	
	5	家系図・家族史	横山 秀人	福島市渡利	主にパソコンでつくる家系図づくりを行っています。	小・中学生 青年 高齢者	平成30年度より講座スタート 令和5年2月には、桑折町中央公民館成人講座で講師を務めました

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
5 ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	1	キャンプ・登山	菅野 悟	福島市瀬上町		小・中学生 青年 成人	
	1	キャンプ	小池 雄一	福島市野田町	キャンピング、キャンプファイヤー指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	ボーイスカウト指導者28年、県青少年団体活動33年指導,市青少年指導員。
	1	キャンプ	玉山 雅也	福島市宮下町	楽しいキャンプ、アウトドア指導します。	小・中学生 青年	ボーイスカウト指導歴20年以上。
	2	アウトドア活動	阿部 展也	福島市荒井	自然観察会、木の枝クラフト、キャンプ、レクリエーション、ネイチャーゲーム等、自然の中で行う活動。	小・中学生 青年 成人 高齢者	福島県森の案内人として11年間活動しています。
	2	もっと歩ける健康ウォーキング	阿部 幸雄	福島市南矢野目	歩く基本とコツを知るだけでより楽しく健康を維持できるウォーキング。第一部パワポ講義(基本歩行指導と歩速計測)+第二部野外コースを歩き実践的に指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴18年／福島市各学習センター、県内(相馬市,喜多方市,本宮市)など。県内各地域のW大会における運営スタッフや講師活動など。
	2	カラダにやさしい・ノルディック・ウォーキング	阿部 幸雄	福島市南矢野目	ノルディック・ウォーキングは北欧から来たポールを使用する新スポーツ。ポール種類と歩行スタイルの違いなどについて、高齢者でも安心・安全して歩けるコツを指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴13年／東日本大震災避難仮設住宅。福島市各学習センター、県内(飯坂町,猪苗代町,桧枝岐村,三島町)など。福島民友新聞社,FTVカルチャーセンター,アオウゼ,県ウォーキング協会指導部研修会など。
	2	アウトドアレクリエーション	菅野 悟	福島市瀬上町		小・中学生 青年 成人	
	2	レクリエーションゲーム	小池 雄一	福島市野田町	レクリエーションゲームの実施、指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	ボーイスカウト指導者28年、県青少年団体活動33年指導,市青少年指導員。
	2	野外活動	小林 平三	伊達市	人生を楽しむための舞台(つどい・野外活動・親子活動・キャンプ・講演会・旅行など)の演出をします。豊富な指導歴があり実技・理論ともに指導できます。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	あらゆる場で30年以上の指導歴があります。県レクリエーション協会事務局長として12年間、レク団体の指導もしました。
	2	レクリエーションゲーム	斎藤 嘉子	福島市泉	高齢者から子供まで、あやゆる世代の人達に人生を楽しむためのレクリエーション活動(健康体操、レクダンス、レクゲーム、紙芝居など)が展開できます。	小・中学生 高齢者	AOZにて講座「コロナ禍でも人生を楽しむためのストレス解消
	2	レクリエーションゲーム	玉山 雅也	福島市宮下町	レクリエーションゲーム指導します。	小・中学生 青年	ボーイスカウト指導歴20年以上。
	2	レクリエーションゲーム	中野 二郎	福島市蓬萊町	ハイキング、キャンピング、ウォークラリー等野外活動からレクリエーション、ゲーム、ソング、フォークダンスの指導。いつでも、どこでも、だれでも、きまりを守って、皆んなで楽しくをモットーに指導します。	小・中学生	ボーイスカウト福島18団ビーバー隊、カブスカウト隊で10年以上の指導歴があります。
	2	ノルディックウォーキング	皆川 和夫	福島市森合	ノルディックウォーキングの基礎練習。ニュースポーツとしての歴史や身体に与える効果等を学び、正しいノルディックウォーキングを身につけ、生活習慣病の予防など健康的な生活を提案、指導します。	青年 成人 高齢者	平成21年5月より指導開始。公民館や運動公園などの公共施設及び地域スポーツクラブ等県内で指導
	2	ユニカールポッチャ 他	山田 達男	福島市大笹生	陸上のカーリング「ユニカール」、子どもから高齢者まで一緒に楽しめる「ポッチャ」などわかりやすく指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	「ユニカール」指導歴5年 スポーツ推進員22年
	2	ハイキング	渡部 あけみ	福島市方木田	健康に留意し、楽しいハイキング、登山をする、筋肉の使い方についてを学んで高齢者でも安心して歩ける指導、捻挫、くつずれ・肉離れ・予防のテーピングを実践お通じて学ぶ。	成人 高齢者	2年なでしこトレック東北、福島県内の山中心 看護師歴40年、以前三井銀行本店人事部健康開発センター勤務
	3	水上安全	今野 金哉	福島市旭町	水上安全法について指導します。	青年 成人	約30年以上の指導歴があります。
	3	水中スポーツ	滝口 義光	福島市桜木町	ウォーキングを中心とした水中でのストレッチ、筋力トレーニングによるメタボ予防のための運動です。水中レクリエーションも指導します。	乳幼児、小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴23年
	3	水泳	滝口 義光	福島市桜木町	水慣れから4泳法の習得まで指導します。選手育成や陸上トレーニングの指導も可です。	乳幼児、小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴23年
	3	水泳・水中スポーツ	丹治 美晶	福島市飯坂町	乳幼児から高齢者、障害者の水泳及び水中運動を行います。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴30年以上
	3	トレーニング	紺野 勝二	福島市小倉寺	認知症予防(コグニサイズ)	高齢者	スポーツクラブでの運動指導 35年

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
5 ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	3	水泳	紺野 勝二	福島市小倉寺字	水泳の基礎泳ぎ指導から水中ウォーキングアクアダースなど水中運動全般	小・中学生 青年 成人	スポーツクラブでの運動指導 35年
	4	健康卓球	赤間 利晴	福島市黒岩	までいピンポン。相手を打ち負かすのではなくラリーを長く続け楽しんで健康づくりに役立ちます。	小・中学生 高齢者	指導歴10年
	4	オリパボウル・オリパバスケ・オリパゴルフ	赤間 利晴	福島市黒岩	オリパボウル・オリパバスケ・オリパゴルフ	小・中学生	5月に第三小学校4年生約100名対して信夫山のことと、作業を実施しました
	4	バスケットボール	穴澤 睦雄	福島市笹谷	バスケットボール競技に関する個人、チームのプレー技術・戦術等。	小・中学生 青年 成人	郡山北工高、二本松工高、福島工高で県大会制覇47回、東北大会優勝1回、県少年、青年男子選抜チーム監督、国体準優勝1回、ベストエイト2回。
	4	フットベースボール	末永 純志	福島市大森	少年会、育成会フットベースボール指導者ヘルール等の指導、子ども達への技術指導。	小・中学生 成人	大森地区育成会にて5年指導。
	4	ソフトバレーボール	関川 英子	福島市笹谷	子供から中高年まで、体力に応じた基礎練習と試合形式の練習をお手伝いします。	小・中学生 青年 成人 高齢者	信陵学習センターで10年以上の指導歴があります。
	4	テニス	渡辺 篤	福島市森合	硬式テニスの初心者から上級者までの実技、学科、理論などの指導。	小・中学生 青年 成人 高齢者	あづま運動公園テニス教室の講師。現在、9クラブの指導コーチ。
	5	社交ダンス	阿部 良子	福島市小田	社交ダンス(ボールダンス)社交ダンス・ラテン・スタンダード 学校・ヤングサークル・シニアへのやさしい・簡単ステップ指導可能	小・中学生 青年 成人 高齢者	学校の授業、PTA親子活動、こども会、青年健全育成会科学講座、こむこむ館、7つの学習センターでの講座50回以上
	5	体操・ダンス	五十嵐 由起	福島市北沢又	音楽に合わせて楽しく踊っていきましょう。踊りながら、リズム感柔軟性も身につきます。	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	20年、都内を中心にスポーツジム、公民館などで指導していました。現在ヨガスタジオの代表としても活動中です。
	5	ヨガ	五十嵐 由起	福島市北沢又	呼吸と身体に意識を入れながら様々なヨガのポーズを行います。姿勢改善、ストレス解消に効果があります。	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	13年
	5	健康体操	五十嵐 由起	福島市北沢又		高齢者	15年
	5	キッズダンス・ダンス・健康体操・健康爆笑講座	(株)波恵ダンス 石山波恵	福島市新町	ジャズダンスをはじめ、有酸素運動を取り入れながらのダンス指導、親子でのスキップダンス	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	30年以上 健康管理一般指導員
	5	シルバー体操	(株)波恵ダンス 石山波恵	福島市新町		高齢者	
	5	ヨーガ療法・体操(自己健康維持)	今村 幸子	福島市野田町	体を健康に保ち心を健やかにして、ゆったりした呼吸のリズムの仕方を指導します。筋肉の緊張と弛緩のリズムを意識化客観視し自然治癒力免疫力を引き出します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	1988年より福島市スポーツ振興公社、医療生協、桜の聖母市民公開講座、その他各地域で指導中。
	5	家庭生活	今村 幸子	福島市野田町	心身及び呼吸と同調の健康維持	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	5	ピラティス	遠藤 恵	伊達市保原町	リハビリ用に開発された運動が苦手な方にも取り組みやすいエクササイズです。続けることで身体が効率的・機能的に使えるようになり姿勢改善、腰痛、肩こり解消、けがの予防などの効果があります。呼吸を意識して行うのでレッスン後は頭もすっきり、心も身体も健康にしていきます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	スポーツクラブ・サークルで10年以上の指導歴有。
	5	バレトン	遠藤 恵	伊達市保原町	フィットネス、バレエ、ヨガの要素を組み合わせたボディメイクエクササイズです。筋力、柔軟性、バランスが向上し姿勢改善や代謝アップにも効果的。	小・中学生 青年 成人 高齢者	スポーツクラブ・サークルで10年以上の指導歴有。
	5	太極拳	大島 由子	福島市吉倉	太極拳。	小・中学生 青年 成人 高齢者	平成12年より各学習センター太極拳クラブの指導をしています。
	5	太極拳	大槻 明	福島市岡部	太極拳のふるさと、陳家溝の伝統太極拳を基に、小学生からご年配の方々へ無理のない基礎体力作り及び健康法、護身術など目的に添った指導を行います。	小・中学生 青年 成人 高齢者	福島県内(福島市、会津、南相馬)にて太極拳愛好者、クラブなどで18年の指導歴あり。
	5	日本民謡	大森 良子	福島市上烏渡	民謡の基礎から学ぶことができます。長く伝承されている日本の民謡を幼児から高齢者まで誰でも楽しく踊ることができます。	乳児 小中学生 青年 成人 高齢者	ふる里民謡協会 わたり民謡会で6年の指導歴有

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
5 ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	5	日本民謡(伝承民謡)	小河 琴子	福島市飯坂町	北は北海道から南は沖縄まで全国各地に何百年も昔から伝えられている踊りが沢山あります。皆さんのよく知っている盆踊りです。これを現地に出向き取材し原点を大事にしながら皆さんで踊りを楽しんでいます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	(社)日本フォークダンス連盟、福島県民謡指導者連絡協議会に所属し県内各地で講習会を開き伝承民謡の普及、発展に努力しています。各地区や各教室で民謡の指導をしています。指導歴33年。
	5	ラジオ体操	金子 英子	福島市笹谷	ラジオ体操を正しく行えるように指導します。 時間は相談に応じます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	8年の指導歴あり。
	5	背骨コンディショニング体操	金子 英子	福島市笹谷	背骨コンディショニング体操	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	5	健康体操 (背骨コンディショニング)	金子 道子	福島市上鳥渡	背骨の歪みを整える方法を指導します。リンパマッサージ(セルフ)	青年 成人 高齢者	27年の指導歴。
	5	ピルビスワーク	黒澤 ひとみ	福島市南矢野目	呼吸とともに骨盤から全身の骨格筋肉を整えます。歪み調整, 血流改善, 自律神経を整える効果があります。	青年 成人	スポーツクラブ, サークル等で指導歴あり。
	5	ヨガ、シニアヨガ	岸見 香里	福島市野田町	自分の呼吸のリズムに合わせてヨガの動きをすることで自律神経バランスが整って心身もこころも楽になやかになってきます人生100年時代をヨガで心身ととのえて健やかに暮らしましょう。	青年 成人 高齢者	東京都内スポーツジム、ヨガスタジオ、公共施設、オンラインにてインストラクター暦2年、ヨガ暦20年
	5	健康管理・健康体操	小池 雄一	福島市野田町	高齢者への健康体操指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	ボーイスカウト指導者28年、県青少年団体活動33年指導,市青少年指導員。
	5	武術太極拳	後藤 妙子	福島市北矢野目	武術太極拳の基本練習。各自の体力に合わせての24式太極拳、48式太極拳、剣、扇を使った太極拳の指導。	小・中学生 青年 成人 高齢者	福島市内太極拳クラブ、愛好会で18年の指導歴があります。
	5	エアロビック	小林 平三	伊達市	楽しさをベースにしたエアロビックダンス・レクダンス・フォークダンスやボールを使った筋力アップ体操を指導します。運動後にはスポーツマッサージを行いリフレッシュを図ります。	小・中学生 青年 成人 高齢者	各サークル、公民館、学習センター、老人クラブ等で10年間指導歴がある。
	5	バレトン (ソールシンセシス)	榊原 美保	福島市北沢又	フィットネス, バレエ, ヨガを組み合わせた有酸素運動	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	福島市、郡山市で指導歴有
	5	ポルドブラ	榊原 美保	福島市北沢又	ダンス	小・中学生 青年 成人 高齢者	福島市、郡山市で指導歴有
	5	バランス コーディネーション	榊原 美保	福島市北沢又	ストレッチ・関節ほぐし・筋力トレーニング	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	5	体操・ダンス	作田 美代	福島市春日町	健康体操、ラジオ体操の正しい動き, 効果的な動き等の指導をします。	小・中学生 高齢者	ラジオ体操講座(松川学習センター) ラジオ体操講習会(アオウゼ) 等
	5	脱疲労エクササイズ	榊原 美保	福島市北沢又	脱疲労LIFE®	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	5	ストレッチ体操 (真向法)	齋藤 勝雄	福島市森合	真向法の股関節ストレッチ体操。畳一枚分のスペースで座って行う。時間も僅か5分。100%できなくても100%の効果がある。	青年 成人 高齢者	指導歴1年
	5	ヨガ	斎藤 優子	福島市町庭坂	心身リフレッシュ ラジオ体操のようなヨガ 誰でもできるヨガポーズで忙しい現代人のためのお役立ちヨガプログラムで健康的な体と精神美のエネルギーチャージです。	成人 高齢者	2年の指導歴あり。国体記念体育館 各学習センター等で指導。
	5	フラダンス	佐藤 明美	福島市笹谷	主に40代～の初心者さんへフラダンスの基礎から教えます。無理せず楽しく体を動かし若さを保つことを目的としています。	成人 高齢者は年齢により相談	約5年
	5	フォークダンス	佐藤 武志	福島市蓬莱町	世界のフォークダンスを楽しく踊りながら、スキンシップや健康の増進を図り、人間関係の健全な育成を目指して指導します。	小・中学生 青年 成人	県内で約40年、全国各地で約20年の指導歴があります。
	5	車いすダンス	佐藤 保彦	福島市野田町	車いすの障がい者と健常者のコンビによるダンスの指導(ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャチャ、サンバ)。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	団体結成以来、15年の指導歴(全国大会、東北大会入賞歴)。
	5	エアロビクス	佐藤 雪絵	福島市町庭坂	普段使われない筋肉をまんべんなく動かすことにより日常生活の質を上げます。	成人 高齢者	インストラクター歴10年

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
5 ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	5	健康教室	佐藤 雪絵	福島市町庭坂	普段使われない筋肉をまんべんなく動かすことにより日常生活の質を上げます。	成人 高齢者	
	5	ピラティス	佐藤 雪絵	福島市町庭坂	普段使われない筋肉をまんべんなく動かすことにより日常生活の質を上げます。	成人 高齢者	
	5	青竹ビクス	佐藤 雪絵	福島市町庭坂	普段使われない筋肉をまんべんなく動かすことにより日常生活の質を上げます。	成人 高齢者	
	5	ストレッチ	佐藤 雪絵	福島市町庭坂	普段使われない筋肉をまんべんなく動かすことにより日常生活の質を上げます。	成人 高齢者	
	5	ポルドブラ	三瓶 奈央	福島市野田町	素敵な曲に合わせて踊るように体のコリをほぐす体操です。肩こり解消、姿勢矯正、体幹強化で太りにくく痩せやすい体を目指します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	ダンススタジオやスポーツジムで指導 福島市主宰のポルドブラ講座で指導
	5	骨盤体操・歪み矯正ストレッチ	三瓶 奈央	福島市野田町	骨盤をまんべんなく動かすことで全身の筋肉と関節が動き血流アップ, 姿勢が正しい一生自分の足で歩ける体を作り上げます。	小・中学生 青年 成人 高齢者	ダンススタジオやスポーツジムで指導 福島市主宰のポルドブラ講座で指導
	5	ピルビスワーク	三瓶 奈央	福島市野田町	呼吸に合わせて背骨を動かし、全身の骨格の歪みを整える体操。肩こり・下はらぼっこり・猫背を解消します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	
	5	ウェーブストレッチ	三瓶 好	福島市桜木町	アーチ状のウェーブリングを使い筋肉を伸ばしたりコリをほぐしたりします。また、足裏の反射区を刺激し血液の流れを良くし疲労回復に効果的な運動です。		国体記念体育館、アオウゼ、学習センターで指導。指導歴9年
	5	フィットネス	鈴木 香織	福島市飯坂町	ZUMBA・エアロビクス・ストレッチ・筋力トレーニング・コアトレーニングを通し脂肪燃焼, 基礎代謝アップを図ります。	成人	18年
	5	ダンス	DANCE ACTIVITY ONEUP 代表 鈴木 宏斉	伊達市保原町	HIPHOP(ヒップホップ)、Breakdance(ブレイクダンス)	乳児 小中学生 青年 成人	2006年からダンスの指導(インストラクター)をしています。
	5	自彊術	鈴木玲子	福島市松川町	自彊術。31動作の体操と治療術。	小・中学生 青年 成人 高齢者	松川、もちずり、西、信夫、蓬萊、吉井田学習センター、働く婦人の家で指導歴があります。現在、JA庭坂で指導している。
	5	健康と運動	鈴木裕美子	福島市松川町	ダンス、フィットネス、健康体操、健康と運動、運動遊び。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	福島大学「ダンス」「フィットネス」「幼児と体育」「健康と運動」「健康」福島学院大学「表現」「幼児体育」
	5	自彊術・健康体操	清和八重子	福島市黒岩	自彊術の指導をします。	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センターで10年以上指導している。
	5	自彊術	高泉 紀子	福島市在庭坂	整体から生まれた健康体操。独特の呼吸法と31の動作で全身の関節をくまなく動かすことで、美容や生活習慣病、精神的ストレスの解消に効果あり。又、手技療法として他者への肩や足、背のみみ方も習得できる。	小・中学生 青年 成人 高齢者	吾妻学習センター分館で雪うさぎ自彊術クラブの指導5年目となります。
	5	3B体操	高橋しず子	福島市泉	音楽に合わせてダンスやストレッチ、健康体操を指導し運動不足による病気の予防に努める。	成人 高齢者	15年の指導歴があります。
	5	ルーシーダットン(タイ式ヨガ)	高畑有美恵	福島市北沢又	ルーシーダットン(タイ式ヨガ)初心者でも無理なくできる健康法。自己整体をしながらシェイプアップ。	小・中学生 青年 成人 高齢者	働く婦人の家、サンライフ福島で指導。個人指導多数。
	5	健康体操 自彊術	高原 恵子	伊達郡桑折町	わずかなエネルギーと独特の呼吸法で全身を動かし心身共に鍛える。体全身の揉み方もあり体操と並行して行う。	青年 成人 高齢者	伊達郡、伊達市の公民館、福島市の学習センターで30年の指導歴あります。
	5	体操	滝口 義光	福島市桜木町	跳び箱、鉄棒、マットを中心とした発育発達に応じた体操(体育)教室を行います。	幼児、小学生	指導歴18年
	5	ベビーヨーガ・ラフターヨガ他	丹治 美晶	福島市飯坂町	ベビーヨガ、お母さんと子どものヨガ、ラフターヨガ、マタニティヨガ、産後のヨガの指導を行います。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	指導歴30年以上
	5	ベビーダンス	長尾 富子	福島市南矢野目	赤ちゃんを抱っこしながらリズムに合わせエクササイズ。	乳幼児 成人	2012年福島県初ベビーダンスインストラクターとなり、2022年までの11年間に、のべ2267組の皆様に体験いただきました。

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
5 ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	5	フラダンス	二階堂三和子	福島市鎌田	健康で華やかな楽しいフラダンスです。	成人	21年 学習センターでの指導
	5	社交ダンス	沼崎 昌之	福島市八島田	社交ダンスの基本練習。パーティー形式の練習等、楽しい社交ダンスをモットーに指導。	青年 成人 高齢者	渡利学習センターで約17年間指導を含む指導歴30年以上
	5	健康力アップ体操 介護予防運動	野崎 章子	福島市北沢又	福島市に密着したミドル&シニア世代の健康力アップ体操や介護予防運動をテーマや目標に合わせたプログラムを作成して指導しています。運動を通して皆様の社会参加と健康をサポートいたします。	成人 高齢者	国際的に高い認知度を持つNESTA・PFT資格を取得し2024年から本格的に運動指導を開始しました。過去には福島団体での優勝経験があり、NESTAで学んだ運動の根拠に基づいた安全で楽しいオリジナルエクササイズを作成して介護予防教室の開催やパーソナルトレーニング指導をしております
	5	ヨガ・ベビーヨガ・瞑想	細谷アンナ	福島市吉倉	子どもから大人まで楽しめるヨガ(キッズヨガ・幼児対象のキッズヨガ、親子・ベビーヨガ、幼児と親との親子ヨガ、クリヤ・ハタヨガ、瞑想の指導)	乳幼児(親子で) 小・中学生 青年 成人 高齢者	平成23年度より、幼稚園でキッズヨガ指導 平成24年にオープンヨガスタジオを開設
	5	エアロビクスダンス	三浦 恵子	福島市南沢又	初めての方でも充分に楽しめるように、わかり易く教えます。	成人 高齢者	フィットネスジム、子育て支援センター、アクティブシニアアオウゼで指導歴有
	5	ヨガ	三浦 恵子	福島市南沢又	ウォーキングクラブで体温めて、腰をほぐしたり簡単なポーズをとっていきます。(座学あり)	成人 高齢者	アクティブシニアアオウゼで
	5	マットピラティス	三浦 恵子	福島市南沢又	健康で長生きできるように、くずれ易い身体のバランスや筋肉を整える為に考えられたのがピラティスです。 わかり易く教えます。	成人 高齢者	
	5	ルーシーダットン	三浦 恵子	福島市南沢又	タイ式ヨガ・仙人体操です、運動が苦手な方やシニアの方でも簡単に行うことができます。わかり易く教えます。	成人 高齢者	町内会館
	5	タイ古式ボディケア	三浦 恵子	福島市南沢又	ウォーミングアップでルーシーダットンをしてから、2人1組になり胸部と骨盤周りをストレッチを指や手のひらを使って施術を行ないます。	成人 高齢者	
	5	体操・ダンス	水戸真由子	福島市蓬萊町	乳幼児から高齢者(親子も含む)まで体操・ダンス・新体操。身体を動かす事の楽しさと必要性をお伝えします。	乳幼児 小・中学生 青年 成人 高齢者	各学習センター、幼稚園、小・中学校等で35年以上の指導歴があります。
	6	スキー	大塚 廣	福島市飯坂町	スキー。子供たちの基礎からの安全な滑り方。上級まで楽しく安全に滑ることがモットーです。	小・中学生 青年 成人 高齢者	飯坂学習センターの子供スキー教室。栗子スキー場のスキー学校。市町村共済組合のスキー教室
	7	護身術	浅間 忠文	福島市飯坂町	護身武道 八光流柔術および八光流をもとにした簡易護身術, 護身体操(東洋医学のツボや経路を活発にする健康増進・運動機能向上の体操)を指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	八光流文武塾道場による指導歴8年以上 市民講座・ヤングカレッジ・AOZにて護身術講座の講師。
	7	少林寺拳法	江川 泰男	福島市御山町	少林寺拳法の技術指導。	青年 成人	少林寺拳法指導歴50年以上。
	7	柔道	今野 金哉	福島市旭町	柔道の基本等について指導します。	青年	約30年以上の指導歴があります。
	7	剣道	今野 金哉	福島市旭町	剣道の基本等について指導します。	青年	約30年以上の指導歴があります。
	7	キックボクシング	齋藤 和人	伊達市	ダイエット目的から試合出場を目指す方まで楽しくストレス解消。体づくりをします。	小・中学生 青年 成人	フィットネスクラブインストラクターでの指導歴10年
	7	銃剣道	佐藤 亨	福島市町庭坂	銃(短)剣道の基礎、試合形式の稽古を形にとらわれず指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	(社)銃剣道連盟競技力向上委員ブロック指導員で高齢者を指導。銃剣道スポーツ少年団を指導中。
	7	空手道	末永 純志	福島市大森	少年から成人までの空手道の指導。武道、スポーツを通し、少年少女の身体・精神等の育成を行います。また、障がいのある方、高齢者へも指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	円空館空手道場師範。
	7	スポーツチャンバラ	清野 信幸	福島市山口	スポーツチャンバラ。	小・中学生 青年 成人	平成19年5月福島駅前、平成20年8月福島競馬場、平成20年10月第三小学校で指導。
	9	スポーツ 「ハンドゴルフ」	赤間 利晴	福島市黒岩	ソフトボールを下手投げて転がし、複数の的を周囲する軽スポーツの実技・愛好会作り	青年 成人 高齢者	2年

ジャンル	科目NO	科目名	氏名	住所(大字)	具体的な指導内容	指導対象	指導歴
5 ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	9	スポーツ「オリパススポーツ」	赤間 利晴	福島市黒岩	東京五輪レガシースポーツの競技指導(オリパススポーツ5種目)について体験会・大会開催も含めて	小・中学生 青年 成人 高齢者	令和4年から
	9	スポーツウエルネス吹矢	加藤 高明	福島市御山	スポーツ吹矢の基本と実技を楽しく指導します。	小・中学生 青年 成人 高齢者	小学校、学習センター、老人クラブ等で10年の指導歴があります。
	9	メンタルトレーニング	菊地 和宏	福島市丸子	アスリートのパフォーマンス向上に役立つ、メンタルトレーニングとJTA関節トレーニングの指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	2年
	9	スポーツ吹矢	小池 雄一	福島市野田町	スポーツ吹矢の指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	スポーツ吹矢15年の指導歴があります。
	9	温泉文化	小林 平三	伊達市	日本固有の温泉文化を多方面から楽しく指導できます。近くの温泉でも、旅行に行った時でもウキウキできる温泉の効用・入浴法・入浴後のツボマッサージを伝授します。	青年 成人 高齢者	公民館、学習センターで8年の指導歴があります。現地(温泉)での指導も含みます。
	9	ウェイトトレーニング	齋藤 和人	伊達市	かっこよく美しいボディ作りを運動・栄養・休養の面から指導します。	青年 成人	フィットネスクラブインストラクターでの指導歴10年
	9	健康運動教室	齋藤 和人	伊達市	高齢者指導を中心に、関節痛や生活習慣痛(高血圧・脂質異常・糖尿病)認知症予防の脳トレの指導やセミナーを承ります。	高齢者	指導歴14年
	9	ライフル射撃	須藤 盛夫	福島市泉	弾の代わりに安全なレーザー光線を使用する許可不要の国体種目のビーム・ライフルやデジタルピストルを使用し、安全な取扱い～射撃の仕方～ミニ射撃大会まで体験射撃教室を実施します。	小・中学生 青年 成人	二本松市の国体総合射撃場で毎月2～3回県協会主催の定例会の運営と高校生～成人までを指導。射撃歴26年
	9	バトミントン	高橋 浩也	福島市笹谷	バトミントン(ラケットの握り方、ストレッチの仕方、ネットの張り方、持ち方、練習方法、試合形式での打ち合い等)バトミントンを生活の一部に取り入れ楽しく生きて行くための指導	小・中学生 青年 成人 高齢者	学習センター主催の初心者向けバトミントン教室
	9	健康づくりサポート	三浦 和也	福島市南向台	パーソナルトレーナーとして食事、睡眠、運動の3点から健康づくりをサポートしています。知識や簡単な体操で福島県のメタボ率を低下させるために指導しています。	小・中学生 青年 成人 高齢者	パーソナルトレーナーとして2年の指導歴。