

## 5 趣味・家庭生活分野

### ①手芸・工作・アート

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	いわた ゆみ 岩田 裕美 プレジール	【ポーセラーツ】 日常使用できる白い食器にお好きな柄を自由に選んで世界で1つしかない食器をお作りいただく。  【つまみ細工】 NEW! 正絹を使い、本物にこだわったつまみ細工を初心者からていねいにレッスンいたします。	小学生(高学年)～成人	予算に応ずる	・平日 ・要駐車場
2	えんどう きょうこ 遠藤 教子 日本デコパージュ協会 正会員(マスター)	【デコパージュ】 デコパージュ技法の習得を指導	どなたでも	予算に応ずる	夜間以外
3	かわしま みゆき 川島 美友紀	【アフリカの生地のはぎれを使った小物作り】 カラフルなアフリカの生地で、写真立てやキーホルダーなどを自分好みに飾っていく。アフリカのことも少し知ることできる。	小学生～成人	予算に応ずる	応相談
4	きうち としえ 木内 登志枝	【手編み】 初心者から経験者まで、棒針、かぎ針編みの技術から製図までを指導。10人まで指導可能  【フリーレース】 リボンを使ったストール、バック、ウェアの製作。ミシンを使用。10人まで指導可能  【簡単ソーイング(カットソー)】 ミシン、ロックミシンを使った簡単な洋裁。10人まで指導可能	小学生～成人	予算に応ずる	月・火・木曜
5	さとう ゆか 佐藤 由香 スクイーズデコ	【スクイーズデコ】 人気のスクイーズにソースなどでデコってオリジナルのスクイーズを作る。 ※スクイーズとは、低反発の素材(発泡ウレタンやスライムなど)によって作られた模型のようなもので、ドーナツやケーキ、お寿司などいろいろなものを作ることができます。	どなたでも(親子参加可。未就学児は付き添いが必要な場合あり)	材料費のみ	・時間帯はいつでも ・要駐車場
6	さの ふみよ 佐野 文代 アンティサマンサ	【パッチワークキルト】 パッチワークの基礎であるピースワースとアップリケ、ハワイアンステンドのテクニックを学び、タペストリー、バック、ポーチ等の作品を作る。	成人	材料費のみ	平日午後
7	しげとみ りょうこ 重富 良子 koaローズウィンドウ	【ローズウィンドウ】 紙で作るステンドグラスと言われるローズウィンドウを制作。体験初心者からレベルアップ指導	成人	予算に応じる	夜間以外
8	しもじょう えみ 下條 画美 キャッチパステルチョークアート Emii(エミイ)	【オイルパステルのチョークアート】 黒板にオイルパステルで塗って、指でぼかすチョークアートの描き方を指導	どなたでも	材料費のみ	いつでも

5 趣味・家庭生活分野

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
9	せい の ゆ か 清野 由佳 ハンドメイドフェルト まどれーぬ	【手作りフェルト】 羊の原毛を石けんを使ってフェルト化し、生活雑貨・アクセサリ・オブジェ等を作る。ニードルフェルトも作製指導	幼児～シニア	予算に応ずる	いつでも
10	てらだ せつこ 寺田 節子 手あみ講師	【手編み】 棒針でベスト、セーターを編む(サイズは自由)。はじめは帽子、ネックオーマーを編む。	成人、シニア	材料費のみ	平日午前、土日午後
11	ながた ゆみこ 永田 由実子 nunohana hana * hana	【布花アクセサリ】 布を染めてブローチなどの布花アクセサリを作る。	中学生～成人	予算に応ずる	土日夜間以外
12	NEW ! ながまつ かおり 永松 香	【ハーブクラフト講座】 ハーブを使った様々な雑貨を生活の中にとのように取り入れるかを紹介します。自然の素材を使って身体にやさしい生活を始めるための知識を身につけましょう。	成人	材料費＋指導料、内容により応相談	・平日午前・午後 ・受講をご希望の方で服用中の薬がある場合は、ご相談下さい。
13	ほその まき 細野 麻樹 ずこうラボM	【図画工作】 主に小学校向け、教育関係者向けの指導。造形あそび、粘土、版画、絵の具等の基本的な技能指導。内容は応相談  【段ボール工作】 身近な素材を使ったアイデア工作。段ボールの宝箱作り、リース、アートなフォトフレーム等要望に合わせた内容も可	幼児～成人 (親子)	予算に応ずる	土日午前以外
14	まえじま れいこ 前嶋 玲子 前嶋玲子デザインルーム	【婦人子供服製造】 婦人子供服製造に関するすべて  【アクセサリ系】 布地利用のコサージュ、ボタン利用のペンダント、きもの地利用のバックづくり  【講演】 高齢者のおしゃれ、楽しい装いの仕方。子供達向けに、好きになる仕事とは	中校生、成人	予算に応ずる	平日午後、土日午後
15	みずこし ふみこ 水越 文子 TEDDY BEAR HOME HEART LAND	【テディベアの制作】 本格的な材料モヘアでテディベアを作る。初心者から上級者まで指導  【紙粘土工作】 ペットボトルでジャックオーランタン等を制作	高校生～成人  小学生～成人 (小学生低学年の場合は保護者が同伴)	材料費のみ	平日午後、土日午後
16	みながわ まさこ 皆川 昌子 着付け教室 花昌	【花びらメイキング】 アーティフィシャルフラワー(造花)を使ったフラワーアレンジ、リース、コサージュ、しめ縄飾り、髪飾りなどの作り方を指導	小学生～成人	予算に応ずる	・時間帯は夜間以外 ・要駐車場
17	もちづき ゆみこ 望月 友美子	【カリグラフィー(西洋書道)】 先が平らで幅のある金属製のペンを使い、アルファベットで各書体を学ぶ。単発、連続講座どちらにも対応。英語が不安な方でも大丈夫。季節のカード作りなど	中学生～成人	予算に応ずる (交通費、材料費込み)	・夜間以外 ・公共の交通機関で行ける範囲

## 5 趣味・家庭生活分野

### ②料理・スイーツ・飲み物

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	いしかわ みつひろ 石川 光博 Restaurant Mitsu	【料理】 地場食材を活かし、子供たちに味覚食育料理教室を、成人には食文化を交え、健全な美味しい料理を伝授	小学生～成人	講座内容で応相談	応相談
2	<b>NEW !</b> いしかわ てるみ 市川 輝美 (株)いちまる商店	【出汁のとり方 体にやさしい食の情報】 家庭ですぐに使える出汁のとり方を実践して教えます。 目利きのプロが教える魚の選び方や体にやさしい食の情報を楽しくお伝えします。	小学生～成人 幼児親子教室も可	予算に応ずる	・ご希望に合わせます。 ・対象者に合わせての内容にします。
3	いとう すみこ 伊藤 須美子	【料理】 旬の食材を使ったバランスの良い料理を指導。生活習慣病予防の為の献立。行事食(ひなまつり、ハロウィン、クリスマス、お正月等)、世界の料理(フレンチ、イタリアン、中国、韓国、スペイン等)、お菓子作り、パン、ケーキ等	小学生、成人	予算に応ずる	・平日土日午前。その他、火金土曜は応相談。 ・要駐車場
4	おかむら くみこ 岡村 久美子 するーたいむ珈琲 岡村 くみこ	【コーヒー教室】 初めてでもコーヒーをおいしく淹れられる基本をお伝えする。  【コーヒーお話し会】 驚くコーヒーの効能や役立つ豆知識を聞きながら、おいしいコーヒーとお菓子を頂く楽しいコーヒータイム	中学生～成人	予算に応ずる	・時間帯は夜間以外。 ・受講生が8名以上の場合アシスタントが同行。 ・水道と熱源が必要。
5	かなもり しほ 金森 志保 Healthy Harmony	【手作り豆腐】 大豆又は豆乳からの手作り豆腐講座。豆乳で作る場合は短時間で楽しくできる。大豆からの場合は時間をかけてゆっくり作り、おからもできる。  【料理】 料理初心者でも作れる簡単・時短料理から、旬の野菜を使ったヘルシー料理を指導。男性向けの料理教室も可能  【食育】 小さいお子様には、ケチャップ、マヨネーズ作りなど体験できる参加型講座。健康を意識した講話、セミナー等内容は応相談	幼児～成人	交通費・材料費・テキスト代ほか	・主に平日10～15時(土日、夜は応相談) ・要駐車場
6	くろだ あやこ 黒田 綾子 アイシングクッキー教室 miumiuみうみう	【アイシングクッキー】 用意したクッキーにアイシングで模様や色をつけ、クッキーをつくる。親子体験も可能	どなたでも	予算に応ずる	平日午前(土日応相談)
7	こんどう まき 近藤 真紀	【洋菓子作り】 元パティシエの講師が、プロのコツを家庭でも作りやすいようにアレンジし、丁寧に教える。	小学生～成人	予算に応ずる	土日午後
8	ささはら かつこ 笹原 勝子 紅茶クラブキャンディ	【紅茶】 テーブルセッティングと紅茶の淹れ方  【スイーツ】 紅茶に合ったスイーツ  【料理】 季節の料理	成人	予算に応ずる	・平日午前 ・要駐車場

## 5 趣味・家庭生活分野

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
9	せい かつのり 清 勝紀 赤富士珈琲	【ハンドドリップ講座】 ペーパードリップでの美味しいコーヒーの抽出講座	成人	予算に応ずる	・平日土日19～21時(それ以外は応相談) ・要厨房設備(水道シンク、湯沸しできること)
		【珈琲カップリング講座】 様々な国のコーヒーの飲み比べ			
10	NEW! ながまつ かおり 永松 香	【ハーブティー講座】 ハーブティーの歴史や文化をレクチャーし、ハーブティーのいれ方やブレンドの方法を実践することによって、ハーブティーに親しんでいただきます。	成人	材料費+指導料、内容により 応相談	・平日午前・午後 ・受講をご希望の方で服用中の薬がある場合は、ご相談下さい。
11	はやかわ のぶよし 早川 信義	【日本茶】 茶の知識、いれ方、利用法等。小中学校等での講座にも対応可能	どなたでも、その他企業、団体等	予算に応ずる	いつでも
12	ふじまき えみこ 藤巻 恵美子 富士宮市食育ボランティアななくさ会	【だしと野菜の講話】 和食の基本である「だし」についての講話と実技と季節の野菜の話、調理実習の指導	小学生～成人	材料費のみ	・時間帯は平日午前午後、土日午後 ・要駐車場
13	もちづき えり 望月 恵里	【手作り豆腐作り】 大豆から豆腐を作る。親子から高齢者まで、少人数から指導可	小学生、成人、親子	予算に応ずる	応相談
		【おから味噌作り】 火を使わず、おからから味噌を作る。親子から高齢者まで、人数は要相談			
14	もちづき ちひろ 望月 千尋	【富士宮やきそば】 富士宮やきそば学会設立時からの町おこし秘話と、家庭のガスコンロで、フライパンで美味しい焼きそばを焼く指導。富士宮っ子の自慢の「富士宮やきそば」を自分で美味しく焼く指導	どなたでも	予算に応ずる	平日午前午後
15	もり たかね 森 たかね たかね	【栄養指導】 栄養コンシェルジュが、食べ方、量、質のポイントをお伝え。又、マクロビオティック・オーガニックについても指導します。	幼児～成人	予算に応ずる	応相談
16	もり た あや 森田 綾 和菓子教室 彩 sai	【和菓子(練切)】 栄養コンシェルジュが、食べ方、量、質のポイントをお伝え。又、マクロビオティック・オーガニックについても指導します。	小学生(高学年)～成人 (最大で6名程が好ましい)	予算に応ずる	平日午前、土日午前
		【和菓子(全般)】 餡の炊き方から、焼き菓子、流し菓子、生菓子など、家庭でも作れる和菓子を指導			

### ③園芸・フラワーアレンジメント

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	あかいけ れいこ 赤池 れい子 さくやフラワークラブ	【花の寄せ植え、ハンギングバスケット】 季節の草花を壁掛け式の容器に寄せ植えして空間を飾る手法を通じて、色・デザイン・手入れの方法などを指導する。小・中学生はペットボトルを活用したハンギングバスケット	小学生～成人	予算に応ずる (材料費)	土日午後
2	あさくら のぶよ 浅倉 信代 さくやフラワークラブ	【花の寄せ植え、リース、ハンギングバスケット】 壁掛け式の容器(バスケットやリース)に季節の花の寄せ植えを作り空間を飾る指導。花の手入れ方法も。小学生はペットボトルを活用したハンギングバスケット作り	小学生、成人	材料費のみ	夜間以外

5 趣味・家庭生活分野

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
3	さくらい ますよ 櫻井 和代	【寄せ植え・ハンギングバスケット】 季節の花の植え込み方法、手入れ、管理等を指導。小学生を対象とした講座では、ペットボトルを使ったハンギングを作る。	小学生、成人	予算に依ずる	夜間以外
4	しおかわ のりこ 塩川 法子 Marie Louise	【フラワーアレンジメント】 季節のお花(生花)、アーティフィシャルフラワー(造花)、プリザーブドフラワー、ドライフラワー等でアレンジメント製作する。色・お花の合わせ方、選び方のポイントを学ぶ。  【ブーケ・スワッグ】 簡単に束ねられるブーケ、スワッグなど、家に飾れるブーケ、スワッグからウェディングブーケまで指導する。  【季節・イベントフラワー】 クリスマス、お正月、夏など季節に合わせてリースやアレンジメントを紹介する。	どなたでも	予算に依ずる	夜間以外
5	ながた ゆみこ 永田 由実子 nunohana hana * hana	【しめ縄作り】 縁起の良いしめ縄作り。飾り終えた後もお花だけ楽しめる様に作る。	中学生～成人	予算に依ずる	土日夜間以外
6	なかやま ひろこ 中山 広子 reborn	【フラワーアレンジメント】 生花、プリザーブドフラワー、ドライフラワー、アーティフィシャルフラワーを使ったアレンジメントを作る。ハーバリウム、リース、アロマワックスなど  【正月飾り】 しめ縄や水引きを使って、オリジナルの正月飾りを作る。  【ガーデニング】 季節の寄せ植えや、多肉植物の寄せ植えを作る。	小学生～成人	予算に依ずる	平日夜間、土日
7	のだ えいこ 野田 栄子 あさぎりハーブシオン	【ドライフラワーアレンジ】 ドライフラワーを使用して壁掛けや置き物を製作する。	小学生(高学年)～成人	予算に依ずる(材料費込み)	平日午前
8	ひなた みとこ 日向 美都子 さくやフラワークラブ	【ハンギングバスケット(園芸)】 季節の花苗を使ってハンギングバスケットへの植え込み、手入れなどを指導	成人、花好きの方	材料費のみ	・時間帯は土曜午後、日曜午前午後 ・要駐車場
9	ふじまき えみこ 藤巻 恵美子 さくやフラワークラブ	【花の寄せ植え・ハンギングバスケット】 季節の草花を壁掛け式の容器(小中学生はペットボトル容器)に寄せ植えして空間を飾る手法により、色・デザイン・手入れの方法等を指導する。	小学生～成人	材料費のみ	・時間帯は平日午前午後、土日午後 ・要駐車場
10	みのべ そのこ 美濃部 園子 花教室Feuilleフィーユ	【プリザーブドフラワーアレンジメント】 枯れない植物を使ってのフラワーアレンジメント。ワイヤリングの方法、色あわせ他を学ぶ。  【苔テラリウム】 ガラス容器の中に苔を植え付ける。苔庭のような風情が楽しめる。初心者向け	小学生(高学年)～成人	予算に依ずる	いつでも
11	もちづき ちひろ 望月 千尋	【ハンギングバスケット&寄せ植え】 忙しい日常に花のある風景を。庭仕事の楽しみを提案。季節の移ろいと“育てる”ことの楽しみを共有	どなたでも	予算に依ずる	平日午前午後

## 5 趣味・家庭生活分野

### ④リラクゼーション

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	さかもと ひでき <b>坂本 英基</b> TERA'S FUJI	<b>【フラワーレメディ(植物から学ぶセルフケア)】</b> 富士山の麓の植物から、自分を癒してくれる植物を知り日常生活のセルフケアにつなげる。	小学生～成人	予算に応ずる	夜間以外
		<b>【フラワーセラピー付ワークショップ】</b> 富士山の麓の植物を使い、ハンドクリーム、バスソルト、ルームスプレー、無添加石けん作り等を通じ、自分を癒していくアイテムを楽しみながら作る。			
2	さの れいこ <b>佐野 礼子</b> 健幸サロンLibra めぐる身体アドバイザー	<b>【姿勢矯正ケア】</b> 骨ボキボキやゴキゴキは一切ない。姿勢を本来あるべき所へ戻すだけで、人の体は機能回復、機能改善をしていく。すなわち、人の体が健康になっていく。このシンプルな原理を利用し、手技を徹底的に研ぎ澄ませ、システムティックにしたものです。	成人	予算に応ずる	平日午前、土日午前(応相談)
3	<b>NEW !</b> ながまつ かおり <b>永松 香</b>	<b>【ハーブ・エッセンシャルオイル講座】</b> 大自然の恵みが凝縮されたエッセンシャルオイルには、多くの使い方があります。スキンケアやおそうじなど、毎日の生活に役立つハーブやエッセンシャルオイルの使い方を学びましょう。	成人	材料費＋指導料、内容により 応相談	・平日午前・午後 ・受講をご希望の方で服用中の薬がある場合は、ご相談下さい。
4	<b>NEW !</b> わたい なおこ <b>渡井 尚子</b>	<b>【アロマセラピー】</b> アロマセラピーという言葉の意味等、知識及び、エッセンシャルオイル(精油)、キャリアオイル(希釈油)等を使用し、香りのある生活を楽しく学ぶ。	成人	材料費のみ	平日午前

### ⑤写真

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	みのべ そのこ <b>美濃部 園子</b> 花教室Feuilleフィーユ	<b>【雑誌のようなお洒落な写真の撮り方(テーブルフォトスタイリング)】</b> 自然光を利用して小物や料理など身近な物を撮る。光のコントロール、構図、アプリの加工まで学べる。(スマートフォンも可)	小学生(高学年)～成人	予算に応ずる	いつでも

### ⑥マジック

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	さの たまえ <b>佐野 玉枝</b> マジック研究会クローバーズ 代表	基礎から舞台マジックの指導可。身近な物で楽しくわかりやすい内容	小学生～高校生、成人	予算に応ずる	・時間帯は応相談 ・要駐車場(ショーの場合は要控室)
2	ながはら せいしろう <b>永原 征支郎</b> マルマサ	大道芸の口上やナレーションを作ることで、高齢者に夢を作り、できない事をする、やればできることを学ぶ。	成人	無料	応相談
3	やまもと まさし <b>山本 正司</b>	身近にあるものを利用して楽しく指導	小学生、成人	予算に応ずる	応相談

## 5 趣味・家庭生活分野

### ⑦片づけ

No	氏名	指導項目・内容	対象	費用	時間帯・その他
1	たけだ まみ <b>竹田 真美</b> 幸せを呼ぶお片付け アドバイザー	<b>【初めてのお片付け 自分に合ったお片付け】</b> 世の中には沢山の「お片付け情報」があふれ、どれが自分に合った方法なのか？わからなくなりがち。まわりに振り回されず、自分にピッタリな片づけ方法を見つけましょう。	幼児、小学生 (低学年)、成人、シニア	予算に添ざる	平日、土日
2	ふじた みえこ <b>藤田 美枝子</b> politeliving	<b>【整理収納】</b> 自分の暮らしに合う片づけの方法を見つけ、心地よい空間を作る。	成人	予算に添ざる	応相談