

通番	分類番号	分類	名称	内容	月	火	水	木	金	土	日	指導日詳細	午前	午後	夜間	時間詳細	甲斐市全域	竜王地区	敷島地区	双葉地区	全年齢	子ども	成人	高齢者			
1	1	教育一般	英会話	リズムや歌、ゲームで楽しく英会話を楽しむ。	●	●	●	●	●				●				●					●	2才～18才				
2	1	教育一般	「英語で遊ぼう！」 「英語常識に挑戦！」	英語劇活動を通じ、心・体・言葉を一体化する。ワークショップを通じ、外国の文化、生活習慣の類似体験をしながら、異なる言葉や自国の文化の興味や関心を育む。		●	●	●	●	●				●				●				●					
3	1	教育一般	「絵本で子育て」	0～2、3才までの大切な時期をどのように過ごすか「絵本で子育て」することの大切さがわかる講座。	●	●				●						●	●							●			
4	1	教育一般	小学校担任のための英語活動講座	2011年度より実施の担任による外国語(英語)活動について指導案の紹介、指導法などワークショップをする。							●			●	●		●								●		
5	1	教育一般	意識からとことん「自分」を知ろう！！(心と感情と思考のメカニズム)	心と感情と思考が「自分」の中で無意識にまわり回っており心に影響や痛みが生じてきます。「自分」で「自分」の心と感情と思考のメカニズムを知り、コントロール出来るようになる。心と感情のメカニズムを知り、より楽しく幸せに生きられるようになります。1.言葉で～を現在まで「自分」活動。心と感情と思考をどのように使ってきたのか?2.「今」の今の自分の改善方法(未来をよりよく生きるとは心と感情と思考のメカニズムのお話を1つづつしていきます。(質疑応答あり))									●			10:00～ 応相談	●					●					
6	1	教育一般	在宅介護について	在宅介護について(障がい者全般、高齢者)	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●					●	0才～10才	●	●		
7	1	教育一般	アドラー心理学、 ELM勇気づけ講座	アドラー心理学(第一章～第十二章までの講座)								●				●									●		
8	1	教育一般	ファイナンシャル・プランナー	お金に関する話(マネープラン・ライフプラン)、終活(相続・保険の相談)、住宅ローンの相談、エンディングノートの書き方																	●						
9	1	教育一般	論語学習	素読と解説		●	●		●				●			10:00～ 11:30	●				●						
10	1	教育一般	香り(香りの体験教育)	アロマの精油の自然の香りに癒されながら香りのクイズ、アロマクラフト作り、ハンドトリートメントの行い方などを学べます。	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●					●	8才(小1)～ 18才(高3)				
11	1	教育一般	知って得する！ 「定年退職ナビ」	定年退職すると、年金・雇用保険・健康保険の手続きは自分でやらなくてはなりません。「定年前後の手続き」について、年金の専門家である社会保険労務士がナビゲートします。								●				●									●	●	
12	1	教育一般	資格の取り方、選び方	生涯学習のための資格の選び方や取得方法を、50以上の資格を持つ講師が伝授します。								●				●									●	●	
13	1	教育一般	精神保健福祉講座	精神保健福祉の歴史や制度について分かりやすく説明します。								●				●									●	●	
14	1	教育一般	相談援助技術講座 ～面接技術を学ぼう～	相談援助における面接技法を体系的に楽しく学びます。								●				●										●	●
15	1	教育一般	みんなで考える「ライフプランニング」	高齢者や障害のある方、そのご家族、お一人さま、認知症、親の介護、親亡き後など、一人一人の抱えている不安と、守りたい未来の生活、そのライフプランニングを行政書士と一緒に考えていきます。								●				●										●	●
16	1	教育一般	在宅介護について	超高齢化社会の中、現在、そしてこれからの在宅介護をどのようにしていけばよいのか、グループワークを通して互いに学び合います。								●				●										●	●
17	1	教育一般	児童虐待を防ごう	児童虐待防止法のポイントや最新の情報を伝え、どうすれば虐待を防げるのか、一般市民が出来ることを学びます。								●				●							●	15～18才	●	●	
18	1	教育一般	もの造りの基本	もの造りの基本は品質第一 (1)TQCとは (2)善因善業&悪因悪業の意味 (3)その他								●				●						●					
19	1	教育一般	学校では教えてくれない「お金の授業」	DeCo、NSAなど話題の資産運用からふるさと納税、住宅ローン、保険、格安スマホ、キャッシュレス決済などの節約術までわかりやすく解説。								●				●										●	●
20	1	教育一般	気象学(お天気について)	一般の方に気象、お天気について平易な説明、解説ができます。								●				●						●					
22	1	教育一般	食事と健康 (乳幼児・高齢者・生活習慣病予防)	・食事と健康について(全般) ・食育(乳幼児～高齢者) ・健康、疾病予防(食事)								●				●						●					
23	2	運動・スポーツ	ヨガ・ピラティス・ 健康体操など	成人以上を対象に先方の希望に応じて指導しています。(ポール体操、チェアピラティス、ストレッチポールなど)			●		●	●	●	●	●	●	●	●	●								●	●	
24	2	運動・スポーツ	フラダンス・ タヒチアンダンス	基本ステップから曲の振り付け指導 シェイプアップ、ダイエット効果あり								●				●						●					
25	2	運動・スポーツ	ヨガ・健康体操・ ダンスエアロ・親子教室	ヨガ、ストレッチ、健康体操(肩こり腰痛予防改善、免疫力筋力アップ、脳トレ)エアロビクス全般、横メロリズム体操、ZUMBA等								●				●						●					
26	2	運動・スポーツ	整体(均整)体操	自分で体のゆがみを整えてバランスの良い体作り、血行をよくし、肩こり、腰痛、冷え性など体質不良を改善する。								●				●										●	
27	2	運動・スポーツ	3B体操	心身をリラックスさせる遊びの運動などを組み合わせ年齢、体力、対象者に合わせてプログラムし指導	●	●	●			●	●		●	●	●	10:00～	●					●					
28	2	運動・スポーツ	ゆる体操	柔らかい動きで体をやわらかくします。体を無理に伸ばしたり曲げたりしませんので、しばらく運動から遠ざかっていた方、内臓の働きを活発にして全身の新陳代謝を高め、自然に姿勢が真っ直ぐになるので、見違えるほど音速ります。								●				●						●					
29	2	運動・スポーツ	フォークダンス	基本ステップの練習から音楽に合わせて世界民謡まで								●				●						●					

通番	分類番号	分類	名称	内容	月	火	水	木	金	土	日	指導日詳細	午前	午後	夜間	時間詳細	甲斐市全域	電王地区	敷島地区	双葉地区	全年齢	子ども	成人	高齢者		
30	2	運動・スポーツ	気功ストレッチ	舌を裏、呼吸を整え、ゆがみをとく。筋肉をつけ、関節を柔らかく、人生最後まで自分自身で生活できるように心身ともに健康にしていきます。年齢問わず誰でもできる。息、気を長く持ち続けることが肝心です。													●				●					
31	2	運動・スポーツ	ヨガ(voga)と心体の調和(瞑想・鎮静・静心)	カララシ(日常生活にカラーとフレグランスを使用して自身の調律を整えます)													●				●					
32	2	運動・スポーツ	ヨガ	ホームヨガの指導														●					●	●		
33	2	運動・スポーツ	3B体操	リズム体操、ストレッチ体操、レクレーション	●	●	●	●	●	●			●	●	●	12:00~16:00	●				●					
34	2	運動・スポーツ	フラダンス	フラダンスの指導	●	●	●	●	●	●			●	●	●	10:00~21:00	●					●	7才~	●	●	
35	2	運動・スポーツ	タップダンス、立ち回り(殺陣)	タップダンス→基礎立ち回り→演技指導													●				●					
36	2	運動・スポーツ	背骨コンディショニング	腰背骨を根本的に体操で改善するプログラムです。100歳まで痛みのない、歪、医療を頼らない身体づくりを目指しております。姿勢も改善できます。			●	●		●				●	●	●	13:00~15:00							●	●	
37	2	運動・スポーツ	ヨガ	ヨーガレッスン アーサナ(ポーズのこと)・呼吸法・瞑想法	●	●	●	●	●		●		●	●			●							●		
38	2	運動・スポーツ	青少年育成 武道「改進黨」	空手やキックボクシングなど厳しい肉體鍛錬を通し、優しい心と強い体を目指します。まずは、明るく元気にあいさつ！！														●				●				
39	2	運動・スポーツ	健康フラダンス	ハワイアン曲に合わせて、ゆったり体を動かしたり、ストレッチを組み入れて体の柔軟性を養う。転倒予防、認知症の予防にも効果も期待できると感じている。														●						●	●	
40	2	運動・スポーツ	ゆる筋トレ	ゆる筋トレは、体を快適にしていけるながら行う筋トレです。例えば、横びた自転車走をそのままを想像してでも鍛錬の原因となります。人間の体にも同じことが言えます。ある日いきなり本筋がよくなることはないでしょうが、毎日毎日やっても疲れを溜めながら体を一生懸命使っていると、ある日突然鍛錬することがあります。それを防ぎつつ、より快適に動くように行ないます。														●				●				
41	2	運動・スポーツ	ゆるウォーク	ゆるウォークとは、体をゆるめて、コリやムダな力を取り除き、もって生まれた自然の力を取り戻し、快適に歩くことである。														●				●				
42	2	運動・スポーツ	足育講座	足もとから体のゆがみが起きていることを知り、正しい姿勢や正しい歩き及び、ゆがんだ足もとを改善する自分でするセルフフットリポートを教える。														●				●	子ども(保育園~)	●	●	
43	3	文化・芸術	ゴスペル、コーラス	発声練習、基本ステップ等の基礎トレーニング。英語の歌を中心にポピュラー音楽のルーツとゴスペルをとらえードのってお楽しみ歌い上げます。	●	●			●				●	●			~14:00 火(月2の夜)	●							●	
44	3	文化・芸術	琴(山田流)、大正琴(琴並流)	琴と大正琴の初歩から教授													●				●					
45	3	文化・芸術	茶道	茶道を通じて、日本文化のよきを学ぶ。茶道は、日本文化の粋をすて学ぶことのできるものであり、社会的、儀礼的、芸術的な要素から、成り立っている。その雰囲気を感じたい。														●				●				
46	3	文化・芸術	絵画	油彩、水彩、グラフィック、デッサン、クレヨン、クレパス、クロッキーの指導	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●					●				
47	3	文化・芸術	クラシックギター	グループ 合奏の指導						●				●		14:00~	●							●	●	
48	3	文化・芸術	親子でふれあい手あそび いっしょに歌いましょう	親子で手あそびやリズムあそびをします。簡単な手あそびを教えたり、昔なつかしいわらべ歌を教えます。歌をうたったり、体を動かしたり、親子でとても楽しいセッションをはかります。	●	●	●	●	●				平日	いつでも			9:00~15:00	●				●	0才~6才程度	●	●	
49	3	文化・芸術	日本の歌いましょう	日本の歌全般を皆さんでうたいましょう。なつかしい曲から、今話題の曲まで、歌い方なども含めて教えます。	●	●	●	●	●				平日				9:00~17:00	●				●				
50	3	文化・芸術	書道	基礎および作品			●	●	●					●	●		●					●	10才~14才	●	●	
51	3	文化・芸術	油絵	油絵の描き方などの指導、助言			●	●	●	●	●		●	●			●							●	●	
52	3	文化・芸術	俳句	俳句、はがき絵													●							●	●	
53	3	文化・芸術	茶道	表千家流茶道の指導			●		●	●			●	●	●	9:00~15:30 18:00~	●				●					
54	3	文化・芸術	茶道	基本点前を通し礼儀や茶の心を指導 園児小中学生も可						●			●	●								●	0才~	●	●	
55	3	文化・芸術	絵画	油彩、水彩、絵手紙、色紙絵の指導						●				●		13:00~15:30	●									
56	3	文化・芸術	茶道	行儀、作法の指導、楽しみ程度の指導も可 免許取得可			●	●	●	●			●	●	●		●					●				
57	3	文化・芸術	書道	芸術書道、一般書道、刻字の指導			●	●	●	●			●	●			●					●				
58	3	文化・芸術	舞踊	舞踊全般(民謡、演歌、日本舞踊等)	●		●		●				●	●			●					●				
59	3	文化・芸術	陶芸	初心者に対する陶芸指導			●						●	●								●	小1~	●	●	
60	3	文化・芸術	習字講座、毛筆習字、毛筆実用習字、筆ペン習字、硬筆習字、原簿書	毛筆、硬筆の基本を学び 正しく、美しい文字を書くことを学習する。	●	●	●	●	●		●						●				●					

通番	分類番号	分類	名称	内容	月	火	水	木	金	土	日	指導日詳細	午前	午後	夜間	時間詳細	甲斐市全域	電王地区	敷島地区	双葉地区	全年齢	子ども	成人	高齢者	
61	3	文化・芸術	習字講座、筆ペンなど 硬筆講座	文字の基本 美しく正しい文字の書き方の指導など	●	●	●			●	●		●			10:00～ 11:30	●				●				
62	3	文化・芸術	油絵、その他美術に関する活動(お絵描教室等)	デッサン、油絵、水彩、パステル、クレヨン、アクリル、デザイン、日本画、現代アート、空間デザイン、看板デザイン、児童の絵画、書道指導、芸術全般について指導	●	●	●	●		●	●		●	●	●		●					●	0才～10才	●	●
63	3	文化・芸術	木彫り、鎌倉彫り	下絵を本紙にレーシングペーパーを用いカーボン紙を入れ写し絵にそって彫り、木彫りの場合は色粉、顔料、クリアエングなどを塗るのよにニス塗を行う。鎌倉彫りは、フィニッシュ、上塗りもしなごを塗って仕上げます。		●							●			13:00～ 15:00				●			●	●	
64	3	文化・芸術	短歌入門及び実作指導	短歌の作り方を基礎から学び、併せて文語文法の理解を図る。さらに短歌の鑑賞観を養う。	●	●	●	●	●	●			土曜日のみ 午後7時可			18:00～ 21:30の間の1時間	●							●	●
65	3	文化・芸術	歌の指導	・呼吸法 ・発声法 ・楽譜、歌詞曲、フォークソング、クラシック等色々なジャンルを楽しく歌う		●			●				●			10:00～ 12:00	●					●	7才～18才	●	●
66	3	文化・芸術	絵画	水彩画および油彩画			●	●	●				●	●			●						●	●	
67	3	文化・芸術	(書道・別字) 幼児・小学生～高校、一般までの教育書道、 一般書道、別字書道	幼児～中学生の文部省の教育課程に即した書道・硬筆の指導・自分の書いた字を新刊刀でせりつづの彫りにインシアアとして飾れるようにする世界に一つしかない短草の指導(夏休みの宿題にも最適です) 一般(大人)の方々の毛筆・筆ペン・ボールペン・等筆状物の指導	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●					●			
68	3	文化・芸術	茶道(表千家)	茶道の基礎を学び、茶会の実験ができて伝統文化の良さを感じてもらいたい。		●								●	●		●				●				
69	3	文化・芸術	ピアノ、うた(コーラス、アカペラ)、ピアノカ	音楽を気軽に生活の中で楽しめるような活動をしています。※No.1712と共にピアノと等によるユニット活動も実施								●				●	●				●				
70	3	文化・芸術	箏(等)の演奏	初心者でも美しく弾けるような曲や、楽曲の歴史を教えます。大人数の場合は、合奏曲中心となります。※No.1711と共にピアノと等によるユニット活動も実施								●				●	●				●				
71	3	文化・芸術	茶道教室	お茶の飲み方・お菓子の食べ方など、指導致します。								●				●	●				●	3才～	●	●	
72	3	文化・芸術	花道教室	フラワーアレンジメント・生け花								●				●	●				●	6才～	●	●	
73	3	文化・芸術	うたごえ教室	合唱指導および声楽個人指導								●				●	●				●				
74	3	文化・芸術	小笠原流礼法	小笠原流礼法に準じての礼法及び所作など								●				●	●				●	3才～	●		
75	3	文化・芸術	リトミック、音楽療法	リトミック(親子リトミック、乳幼児、小学生) 音楽療法セッション 基礎音、歌のサロン								●				●	●	●				●	0才～12才 (障がい児・者 含む)	●	●
76	3	文化・芸術	テルミン演奏法	楽器に触れずに演奏する、世界最古の電子楽器テルミン、チューニングから基本的な演奏法まで丁寧に指導します。								●				●	●				●	小学生～			
77	3	文化・芸術	親子で楽しむリトミック	音楽に合わせて親子で楽しく動きまわります。楽器やスカーフ・ボール等を使ってお子様の好奇心を引き出し、楽しみながらリズム感や表現力を育てます。親子の自然なコミュニケーションにも役立ちます。								●				●	●					●	子ども (0才～6才)		
78	3	文化・芸術	絵画	初心者から絵画の基礎・面白さを教えます。 静物画を中心に描き、受講者の個性を引き出す作品づくりを目的とします。 歴史やテーマに基づいた絵画の鑑賞も行います。								●				●	●					●	～小学6年生	●	
79	4	家庭生活・趣味	粘土工芸	石の粉が入った粘土を使って形や色、オリジナルの物や人形を作製 免許取得可		●							●			10:00～	●				●				
80	4	家庭生活・趣味	社余のための礼儀作法、ジュニアのためのマナー教室、etc.	～自信ある美しさを～ ふるまひのマナーと礼儀作法								●				●	●				●				
81	4	家庭生活・趣味	バステル和アート、 バステルまんだらアート	バステルをけずって、パウダー状にしたものを指でぬりぬりする独特の技法です。年齢、性別を問わずだれでもかんたんにかにキレイに仕上げることができます。								●				●	●				●	6才～	●	●	
82	4	家庭生活・趣味	キッズキッチン	幼児、児童を対象とした五感で学ぶ料理教室(食材の知識から食文化、調理器具の使い方などを調理実践を通して学ぶ)			●				●		●	●		10:00～ 14:00 10:00～ 19:00	●				●	3才～12才			
83	4	家庭生活・趣味	セーラーズ・バレンタイン(シエル(貝ガラ)アート)	天然の貝ガラを使って、個性あふれた作品を作ります。貝ガラでお花を作って、ちいさな額から大きなものまで対応できます。								●				●	●					●	小学生～	●	●
84	4	家庭生活・趣味	整理収納	整理収納スキルを身につけることは、家の中がスッキリするだけでなく、心身の健康や気持ちにも役立ち、生活を豊かにする非常に有用なスキルであると多くの方に実感し、暮らしの中で実践していただきたいと感じて内容を構成しております。全箇所を問わずお悩みのいた方にご参加いただけます。内容に満足することが可能です。								●				●	●				●				
85	4	家庭生活・趣味	魚のおさげ教室・ 旬の魚お料理教室	魚の捌き方ももちろん、旬の魚を使ったお料理を覚えていただきます。								●				●	●				●				
86	4	家庭生活・趣味	パーチメントクラフト	トレーシング(厚手)ペーパーを使用してレースの様に美しく加工するクラフトです。エンボスや針を使ってメッセージカードや立体物を作ります。	●	●		●	●		●		●	●	●		午前(月・ 火・木・金) 午後(土・日)	●				●	12才～	●	●
87	4	家庭生活・趣味	和紙人形	和紙人形の指導								●	●			10:00～ 12:00 14:00～	●			●					
88	4	家庭生活・趣味	パッチワーク	古い布や素敵な布などを好きな形に切り、それを縫い合わせパッチ、ポーチ、タペストリー、ペットカバーなどオリジナル作品を作成								●				●	●				●				
89	4	家庭生活・趣味	マナー講座	ビジネスマナー・冠婚葬祭のマナー・日常のマナー・食事のマナー								●				10:00～ 21:00	●				●				
90	4	家庭生活・趣味	アロマテラピー	アロマテラピーの基本知識・使用方法								●				19:30～	●				●			●	
91	4	家庭生活・趣味	トルベント	基本的な筆づかいから、個性を生かした作品づくりまで、古くなった木材(家具)もイベントによって生まれ変わる。								●				●	10:00～ 15:00	●				●		●	
92	4	家庭生活・趣味	ビーズ	簡単に出来るビーズ	●	●		●					●	●	●		●				●				
93	4	家庭生活・趣味	編み物	簡単に出来る編み物	●	●		●					●	●	●		●				●				

通番	分類番号	分類	名称	内容	月	火	水	木	金	土	日	指導日詳細	午前	午後	夜間	時間詳細	甲斐市全域	竜王地区	敷島地区	双葉地区	全年齢	子ども	成人	高齢者		
94	4	家庭生活・趣味	ブリザーブドフラワー&アートフラワー	生花から加工(染めて)しアレンジしたり、出来たものをアレンジ								応相談	●	●	●		●				●					
95	4	家庭生活・趣味	紅茶コーディネート	紅茶の持つおいしさや効用、食べ物との組み合わせなど美味しい紅茶の入れ方や作法、マナーを指導 季節や目的に合った紅茶を楽しむ。								応相談	●	●	●	応相談	●				●					
96	4	家庭生活・趣味	ハッチワーク・古布の縫工物	初心者より、すぐ作って使える小物、バック、タプストリーなどハッチワーク全般、やわらかな古布でつるし飾りなど。					●							13:30~15:30	●							●		
97	4	家庭生活・趣味	アートフラワー作成、コサージュ作成、繡玉作成、リングピア	アートフラワー・コサージュ・帽子・リングピアの作品作りに関するコーディネートのアドバイス	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●						●	●		
98	4	家庭生活・趣味	洋裁	リメイク、着物を使った和物 小物作り、布織工物等			●					第1		●		13:00~15:00	●				●					
99	4	家庭生活・趣味	①コサージュ作り ②中級者向けの真白ハック作り ③オリジナルネームタグ作り	①布を使ってコサージュを作る。 ②かき針が出来る方に向けてハック作りの指導 ③革とハレレとスタンプを使ってオリジナルネームタグ作り	●	●	●	●	●	●						10:00~15:00	●					③	5才~12才	① ②	●	
100	4	家庭生活・趣味	手品	手品指導	●		●	●	●	●	●		●	●	●	応相談	●					●		7才~	●	
101	4	家庭生活・趣味	フラワーアレンジメント(生花・ブリザーブドフラワー・アートフラワー)	花と触れ、五感を呼び覚ます時間の提案								第1,第3なら可				応相談	●					●		9才~16才	●	
102	4	家庭生活・趣味	ハーブ全般	植物を用い私達の暮らしの豊かに自然(植物)がどの様に関わっているのか、クワト、簡単なコスメを通じて伝える。								第1,第3なら可				応相談	●					●		9才~16才	●	
103	4	家庭生活・趣味	着付け	名称から着付け 立ち振舞まで指導			●							●		13:30~15:30		●						●		
104	4	家庭生活・趣味	手染めの布花	白い布を花や葉の形に染め、1枚ずつ染め上げ花の形にまとめていく、コサージュ、ブーケ、リースなど作成。	●	●	●		●				●	●	●	木・土・日 お休みならOK	●				●					
105	4	家庭生活・趣味	香司	和の調香師、日本古来から伝わる香原料を使い、匂ひ袋、練香を調合し、手作りしていただく。								応相談				応相談	●				●					
106	4	家庭生活・趣味	アロマテラピー体験講座	ルームスプレーや虫除けスプレー、化粧水などを作ります。夏休み工作として親子で石けん作りなど。					●			応相談	●	●	●	10:00~12:00 13:00~						●		5才~12才程度	●	●
107	4	家庭生活・趣味	ポーセラーツ、レカンフラワー	・ポーセラーツは、白いお皿等に模様をつけるクラフトです。 ・レカンフラワーは、生花を乾燥させて模写したりします。								希望曜日記載なし	●	●	●		●				●			5才~		
108	4	家庭生活・趣味	粘土芸	粘土を主材料として草花や盆栽を作ります。				●				第2・4他応相談	●	●	●	10:00~12:00 13:30~	●								●	●
109	4	家庭生活・趣味	消しゴム版画	デザインナイフの使い方を初歩から指導、四季折々の草花・行事等の図柄を彫り、ハガキ作品を制作します。	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●					●		10才~	●	●
110	4	家庭生活・趣味	布人形 布小物	布を縫って綿を詰める「ぬいぐるみ」形式の人形、簡単に出来る布の花や袋小物、子どもでも針が使える場合はOK。	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●								●	●
111	4	家庭生活・趣味	はじめてのアロマテラピー	アロマテラピーについての基本的なお話と精油(エッセンシャルオイル)を使ってクラフト(入浴剤など)を作っていました。	●	●	●	●	●				●	●	●	10:00~15:00									●	
112	4	家庭生活・趣味	大工(大工仕事)	大工仕事の指導								応相談				応相談		●						●	●	
113	4	家庭生活・趣味	トルベイント	主に木の素材にアクリル絵の具で色を塗ったり絵を書いたりして作品にする。				●						●			●								●	
114	4	家庭生活・趣味	着物着付け	普段着から礼装まで 子どもへ日本文化を伝えています。(移動手段が徒歩)			●						●			11:00~		●			●					
115	4	家庭生活・趣味	スタンドグラス、グラスリッペン手彫り	ランプ、ハネルなどの制作、デザイン画の書き方 コップ、皿などのガラス製品に絵やインシヤルなどを彫ります。								応相談				応相談	●				●					
116	4	家庭生活・趣味	着付け	着付け(着物の着方、小物の扱い、帯結び等)	●		●						●	●	●		●									
117	4	家庭生活・趣味	バードカービング(野鳥の彫削)	初心者から中級クラスまで ナイフ・彫刻刀や専用ソールを使用した指導	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●	午前、午 休各2時間 位	●				●					
118	4	家庭生活・趣味	健康脳活遊技推進会	健康脳活遊技(紙折相撲、テーブルカーリング、木杓ゴム銃、脳活麻雀、その他)及び健康吹き矢の指導・教授								応相談				9:00~21:00	●								●	
119	4	家庭生活・趣味	着付け	ご自分で着られて、着せてあげたり、簡単な着物の着付け。帯結び編みもなく腰紐。3年~4年位で感覚で着られる指導いたします。			●								●	●		●							●	
120	4	家庭生活・趣味	フラワーデザイン	アタセサリー、ブライダル等	●		●						●				●								●	●
121	4	家庭生活・趣味	ガーデニング	コンテナガーデン、テーブルガーデニング	●		●						●				●				●					
122	4	家庭生活・趣味	ワールドプレスフラワー(押花製作)	押花で壁飾り、コサージュを製作			●						●				●								●	●
123	4	家庭生活・趣味	カラーコーディネート	「私の色は何色?カラーコーディネート	●		●						●				●				●					
124	4	家庭生活・趣味	季節に合ったアロマテラピー	アロマテラピーとは何か?エッセンシャルオイルとは何か?をまずお話しします。合成オイルと天然オイルの違いや使い方など楽しくクイズ方式でします。季節に合わせたお体の話なども... 実習では、ルームスプレー、石けん、リップクリームなどを作ります。									応相談				10:00~	●				●				
125	4	家庭生活・趣味	(季節から変わるダエウの動き)ダイエウの正しい知識への体と息のつながりを感じてダイエウ成功!!)~	「今年等のお体の悩みや気になる「健康」のお話を、心・体・精神のメカニズムを通してしていきます。 今年、健康の心と体と息のつながりを感じていきます。 どのようにしたら養われるか(対策)のお話をしていきます。 お体のつながりを感じていきます。									応相談				10:00~	●				●				
126	4	家庭生活・趣味	チョークアート	黒板に指で絵を描くアート 指で色を混ぜ、カラフルで立体的な絵を描きます。									希望曜日記載なし				希望時間 記載なし	●				●		8才~	●	●
127	4	家庭生活・趣味	タティングレース、編物	初級、中級のタティングレース 編物、手芸全般			●							●		13:30~15:30	●							●		
128	4	家庭生活・趣味	お掃除その他、ダニ(空調)について	お掃除のしかたについて ダニ(空調、カーペット、その他)について	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●							●	●	
129	4	家庭生活・趣味	消しゴムはんこ	消しゴムはんこを作り換すること、また作品を作ることを楽しみます。	●	●	●	●	●	●	●		●	●	●		●								●	●
130	4	家庭生活・趣味	マジック	マジックの基本・マジックの楽しみ方	●	●	●	●	●	●	●	土、日は1日OKです。	●	●	●	14:00~17:00	●								7才~15才	
131	4	家庭生活・趣味	ハーブ全般、アロマテラピー	・ハーブの利用、効能を学ぶ ・リース等の作成(ハーブは自家製、無消毒で有機栽培です。)	●	●	●		●	●	●		●	●	●	10:00~17:00	●				●				7才~15才	

通番	分類番号	分類	名称	内容	月	火	水	木	金	土	日	指導日詳細	午前	午後	夜間	時間詳細	甲斐市全域	竜王地区	敷島地区	双葉地区	全年齢	子ども	成人	高齢者		
132	4	家庭生活・趣味	フラワーアレンジメント・寄せ植え	・生花を主に使用して、花器に花を生け込む。または花束などギフト用に出来る作品を作る。 ・花苗を季節に合わせて組み合わせて寄せ植えする。								応相談				応相談	●				●					
133	4	家庭生活・趣味	絵手紙、一閑張り、ちぎり絵、もぎりアート				●							●			●							●	●	
134	4	家庭生活・趣味	足心道	やがしく、ソフドで気持ちの良い刺激を、主に手足に加え体の内側から活性化を計り、簡単に家庭において生かせる健康法で手技で正しい危険性はないものです。								応相談				応相談	●							●	●	
135	4	家庭生活・趣味	ポーセラーツ	白磁のお皿やコップなどに転写紙(特殊なシールのようなもの)を貼ったり、絵の具で着色したりして、オリジナルの作品を制作できます。高温で焼成することで色あはくことはありません。その指導と焼成をさせていただきます。	●	●	●	●	●				●	●			16:00 午後はその時に応じてきます。	●				●	3才～ 親子で一緒に製作	●	●	
136	4	家庭生活・趣味	タイキープング	ナイフ1本でセクタンや野菜、果物を美しく彫刻するタイ玉彫刻の伝統工芸の指導。その他、セクタンを使用したセクタンアート・クラフト(セクタンをクッキー型で抜いたもので、様々な着りのインディアアを作る)						●	●	月～金曜は応相談	●	●	●	何時でも可	●				●				ナイフ使用10才～10才未満。その後のセクタンアートは全年齢可	
137	4	家庭生活・趣味	整理収納手順とコツ	片づけが苦手な方が、片づけが楽しくなりやすくなるような、正しい整理の手順と収納のコツをお伝えします。	●	●		●				水・土・日曜も応相談	●	●			●				●					
138	4	家庭生活・趣味	手作りナチュラルコスメ	お肌へ優しく美容効果の高い自然由来成分で作る安心安全なオリジナルの手作りコスメ(口紅、チーク、グロス、アイシャドウ、化粧水など)を作って、お持ち帰り頂く。	●	●	●	●	●	●	●			●	●			●							●	
139	4	家庭生活・趣味	アロマクラフト作り	アロマテラピーの基礎を学べます。精油の香りに癒されながらアロマクラフト作り(石けん、バスボム、お掃除用品、アロマスプレーなど)ハンドトリートメントを行います。	●	●	●	●	●	●	●			●	●			●				●				
140	4	家庭生活・趣味	レザークラフト・シルバークラフトアクセサリー製作	・天然素材の皮を使って、小物入れからバッグなどを製作します。刻印を使って模様を付けて着色して平角にします。 ・糊剤粘土を使って、型などにつめて型をぬいてオリジナルのシルバークラフトアクセサリーを製作します。	●	●	●	●	●	●	●		いつでもいいです。	●	●	●		●							●	
141	4	家庭生活・趣味	バラと季節の花で作るレカンフラワー(ドライフラワー)のbox	生花を美しく乾燥させた花を用いた立体的なミニ額を作りまます。リース模様の台紙に貼るだけの手軽さが人気です。								応相談	●	●		10:00～17:00	●								●	●
142	4	家庭生活・趣味	新聞紙エコバッグ	1つのバッグに新聞紙4枚使用し、取手も新聞紙で作ります。たんで両面テープやボンドで張り合わせます。本来ならプレスされてしまう新聞紙の再利用の1つとして人気があります。	●	●	●	●	●	●	●		相談の上決定	●	●	●		●							●	●
143	4	家庭生活・趣味	「スクラップブック」教室	一般に呼ばれているスクラップブックのように写真をそのまま貼るものでなく、被写体を切り取り、写真を組み合わせてストーリー性のある作品に仕上げます。								応相談					応相談					●	6才～		●	●
144	4	家庭生活・趣味	編み物、ビーズ、手芸	特別な道具などを使わずに、作って使える物を…と考えております。楽しみながら作り、形になり、普段使いが出来る作品を心掛けております。	●		●							●	●		10:00～16:00	●				●				
145	4	家庭生活・趣味	着物リフォーム、オイルマッシャー									応相談				応相談	●				●					
146	4	家庭生活・趣味	ポーセラーツ	白磁(マグカップやお皿)に色々な転写紙(シール)を貼ってオリジナルデザインの世界で1つだけの器を作る。デザインして貼ってもらうまでが体験になっており、800円で焼き上げて持ち帰ります。								応相談				応相談	●					●				
147	4	家庭生活・趣味	手芸 つるし飾り 布で作る野黨・花・動物	型紙と布で作る。								応相談				応相談	●				●					
148	4	家庭生活・趣味	甲斐市小さな旅ガイド養成講座	甲斐市と作成した「甲斐市小さな旅」全22種類のガイドブックをテキストとし、このガイドブックで設定したまち歩きコースのガイドを養成する講座です(実際にガイドできる方希望)。「ゆなしアット(スリム)」で検索するとサイトを見ることが出来ます。								応相談				応相談	●								●	
149	4	家庭生活・趣味	編み物	初心者向けのバックやシュシュなどの小物作り								応相談				応相談	●								●	●
150	4	家庭生活・趣味	アイシングクッキー教室	作って楽しく、見て可愛く、食べて美味しくをテーマに、アイシングクッキー作りを一緒に楽しみます。								応相談				応相談	●					●	4才～		●	●
151	4	家庭生活・趣味	絵手紙	絵手紙を通して交流を広げ、親睦をはかる								応相談				応相談	●				●					
152	4	家庭生活・趣味	消しゴムはんこ	消しゴムはんこの作成・活用								応相談				応相談	●					●	1人でやるなら10才～		●	●
153	4	家庭生活・趣味	エコクラフトのバックや小物づくり	初心者から上級者を対象に、生活雑貨やバックの手作りを楽しむ。								応相談				応相談	●								●	
154	4	家庭生活・趣味	アイシングクッキー教室	アイシングを使って季節に合ったクッキーを作ります。								応相談				応相談	●					●	4才～		●	●
155	4	家庭生活・趣味	ワインの試飲の仕方(初級編)	ワインの試飲の仕方の順序(1)ワインをみる(2)ワインの香り(3)ワインを飲む 以上の要点を現物(ワイン)をもとに解説する。								応相談				応相談	●					●				
156	4	家庭生活・趣味	ガーデニング教室	種まき、球根植え、育苗指導								応相談				応相談	●				●					
157	4	家庭生活・趣味	料理	料理全般								応相談				応相談	●				●	●	料理に関心の ある子ども		●	
158	4	家庭生活・趣味	お花を楽しむフラワーアレンジメント&ハーバリウム	フラワーアレンジメントやドライフラワー(乾燥造形)のアレンジメント、テーブルフラワーアートピアースクワッド、フラワーリース、お正月飾り・コサージュなどを作ります。ハーバリウム(樹脂・ペーパー・クラフト)のアクセサリーも作ります。								応相談				応相談	●					●		子ども (6才～)		
159	4	家庭生活・趣味	飾り結び	くみひもを用いて装飾的に結ぶ手法、アクセサリーや和小物をつくる。								応相談				応相談	●				●					

通番	分類番号	分類	名称	内容	月	火	水	木	金	土	日	指導日詳細	午前	午後	夜間	時間詳細	甲斐市全域	竜王地区	敷島地区	双葉地区	全年齢	子ども	成人	高齢者	
160	4	家庭生活・趣味	カラーサンドアート	ガラスの器に色のついた砂を数色選びスプーンを使ってカラフルな模様を作ります。器の上にはメモクリップ、観葉植物、アーティフィシャルフラワーなどをあしらいます。								応相談									●	子ども(4才～)	●	●	
161	3	文化・芸術	着物着付け(初心者のためのお試し稽古)	着物・着付けのお手伝いまたは和装全般に対する幅広いレッスンをを行います。取っ替えに慣らすためのキョウムを進めます。早起者はもちろん若い世代に、次世代の伝承者になって頂きたいです。	●	●	●	●	●	●	●			●	●							●			
162	3	文化・芸術	臨床美術	アートを通して脳を活性化								応相談									●				
163	2	運動・スポーツ	法輪功	氣功 経絡改善、ストレス、不安の解消 免疫アップ、集中力アップ、美容効果 ポジティブな考え方(穏やかさ、思いやり)								応相談									●				
164	2	運動・スポーツ	社交ダンス(ラテン)	社交ダンスの基礎、体のつかい方、簡単なステップ指導								応相談									●	子ども(5才～)	●	●	
165	2	運動・スポーツ	リフレクソロジー	足裏を触り体弱不良を改善します。日常生活で使える技術と基礎を分かりやすくお伝えします。								応相談									●				
166	1	教育一般	正しい声の出し方で伝える力を身に付けよう。プロアナウンサーによる発声教室	唇式呼吸・発声の基本・音程ゲーム・テレビ番組やニュースを作ってみよう。音程トレ・声を出すときの全身の使いなど、話すことが苦手な人、もっと上手に音読できる様になりたい人、美顔体操も習得して自信を持って自分の声を磨いていく内容。								応相談									●	5歳程度～	●	●	
167	2	運動・スポーツ	背骨矯正(背骨の整体)	腰の痛みや全身神経痛は背骨の歪みです。 ・背骨に背骨の動きを改善してもらいます。 ・腰痛改善のための体操やストレッチを指導します								応相談									●				● 腰の痛みのある方
168	3	文化・芸術	音楽療法 歌謡療法	音楽を使い、楽しみながら、心身の機能回復や脳の活性化が出来るよう指導します。								応相談									●	0歳～6歳			●
169	1	教育一般	・マネー研修 ・ファイナンシャルプランナー研修	○お金に関する相談事 ・NISAについて ・節税対策 ・相続について ・子どもマネースクール ・資産運用について ・保険について								応相談									●	3、4歳～	●	●	
170	2	運動・スポーツ	①社交ダンス ②健康ダンス	①本格的な社交ダンス、タンゴス(ワルツ、タンゴ、チャチャチャ等) ②健康のため、高齢者の方のための簡単な音楽に合わせた体全体の運動								応相談									●				
171	1	教育一般	韓国文化交流	・韓国語の勉強 ・韓国語格本の読み聞かせ ・キムチ、キムパなどの韓国料理作り								応相談									●				
172	3	文化・芸術	ご自宅バステルアート	バステルアートを削り、その跡を指につけて絵を描くのが特徴です。技法や知識以外に「自分らしく自由に楽しく絵を描く」と大切にしてご自宅ながら絵を描きます。								応相談									●	3歳～6歳 小学生 中学生	●	●	
173	2	運動・スポーツ	チアダンス	ボンボンを使った、初心者でもできる簡単な振り付けを音楽に合わせて踊ります								応相談									●	3歳～6歳 小学生 中学生	●	●	
174	3	文化・芸術	かな文字	かな文字を小筆で指導します。小筆の使い方や裏面かな文字を覚えて書いてほしいです。		●							●			10時から 11時30分		●	●		●				●
175	4	家庭生活・趣味	洋服つまみ細工	着物のアイテムの「つまみ細工」を普段使いできるコサージュなどにします。								応相談									●	3歳～6歳 小学生 中学生	●	●	
176	1	教育一般	親子で楽しむふれあい英語	小学生以下のお子様と保護者の方を対象に日常生活の中に取り入れられる英語での声かけや表現、親子で楽しめる歌や手遊び、絵本の読み聞かせを行います。スキミングを取りながら一緒に英語の音やリズムに触れて、「英語って楽しい！」という感覚を育てていきます。	●	●	●	●	●												●	3歳～6歳			
177	2	運動・スポーツ	ママたちに向けたHIPHOPダンス・フィットネス	ダンス経験者、未経験者問わず、HIPHOPに触れてみよう。普段の運動不足や、子育てなどで凝り固まった身体をほぐし、楽しく音楽に乗せて踊ろう！ダンスの上達よりも汗をかく「達成感」を感じてもらおうプログラムです。	●	●		●	●			応相談									●	3歳～小学校 低学年程度	●		
178	2	運動・スポーツ	NPOスポーツ基本動作育成会(スポーツに発生する肩、肘、膝、ヒザ等の障害を未然に防ぎ克服)	野球肩、肘等指導環境に変化する障害を未然に防ぎ克服する育成環境を整えます。すべての競技に適している基本動作に定義を定め、定義に基づいた動作によって障害を克服するサポート環境を整えます。								応相談									●	10歳～	50歳まで		
179	3	文化・芸術	きちんと着物着付け教室	着物基礎知識 自装・地装技術習得								応相談									●		●		
180	3	文化・芸術	シニア向けキーボード	演奏指導								応相談									●			●	
181	4	文化・芸術	レジンアクセサリー教室	レジン液を使ってキーホルダー、ピアス、イヤリングなど好きな色や形を作ることができます。色もイメージ通りの色になります。オンリーワンの一品を作れます								応相談		●								●			
182	2	運動・スポーツ	自選術	体操	●			●													●		●	●	
183	4	家庭生活・趣味	表情筋ヨガ	お顔にある約30種類の筋肉(表情筋)を使って、「伸縮運動」を行い、正しい表情筋の使い方をマスターして、自分でシワやたるみを作らないようにする若返りメソッドです。顔の立体感を作ることで若々しき生まれ、口角も上がって今よりもステキな笑顔に!									応相談									●			

