

# 生涯学習指導者情報

○ご利用にあたって

1. この名簿は、市民の皆様自らが学習を行うための一助となるよう作成したものです。
2. 掲載事項については、本人の承諾を得たものをもとに作成しています。
3. 指導分野は、大分類で4、小分類で38に分類されています。
4. この名簿に掲載されている指導者に講演・講師を依頼するときは、依頼者から直接交渉していただきますようお願いいたします。  
なお、連絡先非公開の指導者につきましては、生涯学習文化課までご連絡ください。
5. この名簿には、指導者の個人情報に掲載されていますので、ご利用にあたっては十分注意してください。
6. この名簿の指導者以外にも、各分野で活躍されている方が大勢おりますことをご承知ください。
7. 指導者に関する詳細な事項については、帯広市ホームページに掲載しています。帯広市ホームページの検索窓でページ番号を入力すると、指導者のページが表示されます。ご活用ください。
8. その他、この名簿に関するお問合せは、下記にお願いします。

## 【お問い合わせ先】

帯広市教育委員会 生涯学習部 生涯学習文化室  
生涯学習文化課 生涯学習係  
〒080-8670 帯広市西5条南7丁目1番地  
TEL : 0155-65-4192 FAX : 0155-23-6142

# 目次 (ジャンル別)

## [生活]

- 食生活、防災、美容・スキンケア、からだの健康 ..... p. 1
- こころの健康 ..... p. 2
- 家事・整理収納・片付け、ペット・生き物、法律・経済(マネー)・冠婚葬祭、町内会・コミュニティ ..... p. 3
- 児童福祉・青少年福祉、高齢者福祉・介護予防 ..... p. 4
- 障害者福祉、教育・子育て、マナー・自己啓発 ..... p. 5

## [文化・芸術]

- 手芸・裁縫、工芸・陶芸・造形 ..... p. 6
- 園芸、絵画・イラスト・絵手紙・ちぎり絵・版画・ステンシル、茶道・華道・花全般 ..... p. 7
- 書道・ペン習字・美文字、着物・着付け、折り紙・工作 ..... p. 8
- マジック・ボードゲーム、民謡・コーラス・カラオケ、詩吟、楽器演奏 ..... p. 9
- 日本舞踊・ダンス・バレエ ..... p.10

## [スポーツ]

- 体操・フィットネス、ヨガ ..... p.11
- 武道・拳法・気功、バレーボール・テニス・バドミントン等の球技 ..... p.12
- アーチェリー・ボッチャ・ゴルフ・吹き矢、アウトドア・スキー・スケート ..... p.13

## [教養]

- 郷土、歴史・民俗・文化、文学・語学 ..... p.14
- 手話、情報技術・パソコン ..... p.15

## 生活

食生活、防災、美容・スキンケア、からだの健康、こころの健康、家事・整理収納・片付け、ペット・生き物、法律・経済(マネー)・冠婚葬祭、町内会・コミュニティ、児童福祉・青少年福祉、高齢者福祉・介護予防、障害者福祉、教育・子育て、マナー・自己啓発など生活に関する分野の指導者情報を登録しています。

## 食生活

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	村田 ナホ (むらたなほ)	地域の食材や食文化を活かし、地域を支えます。 郷土料理、家庭料理の伝承を行っています。 (食育全般、料理講習会、講演会、デモンストレーション)	食の寺子屋「直歩塾」 〒080-0024 帯広市西14条南29丁目1-5	0155-48-4469	0155-48-4469		1006314
2	後村 光義 (うしろむらみつよし)	基本的なそば打ち講座の実施	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目24-11 ふれあい手打ちそば楽園	0155-35-1322 090-6990-4596	0155-35-1322		1006324
3	榎安 信子 (つがやすのぶこ)	とうふ作り、大豆の炊き方など	〒080-0020 帯広市西10条南9丁目5-5 帯広豆腐マスター倶楽部	0155-21-1121			1006330
4	渡部 将紀 (わたなべまさき)	(1)ナイフの持ち方から基礎まで、順序を追って技術向上を目指します。 (2)野菜や果物に花や動物の装飾的デザインを彫ります。 (3)石鹸に花や動物のモチーフを彫ります。		080-1974-4384		crea_carving@yahoo.co.jp	1006391
5	RICOLORE (りころーれ)	アイシングクッキーワークショップ、クッキングスクール(料理・菓子・ドリンク)、カフェ体験等ができます! ※連絡は14時まで、Facebook、Instagramのメッセージからの連絡も可能です。	〒080-0013 帯広市西3条南15丁目24	0155-51-2616 (14時~18時を除く)			1006424
6	成瀬 潤姫 (なるせゆに)	・はちみつのお比べ講座 ・ミツバチの生態、養蜂の歴史、はちみつについての講習 ・ミツロウを使ったキャンドルづくり、クリームづくり、エコラップづくり	ナルセ養蜂場 〒089-0533 中川郡幕別町札内新北町40-1	0155-56-2302		shop@naruse-bee.jp	1006430

## 防災

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	向 由紀子 (むかいゆきこ)	・着物着付け(浴衣、着物を鏡を見ずに一人で着装できるよう指導) ・本の読み聞かせ(指導と実技)、教育に関する全般 ・防災教育・防災に関する全般	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目22-5	0155-36-0260	0155-36-0260		1006312
2	手塚 順子 (てづかじゅんこ)	・町内・地域に根ざした防災の講座。 ・幼児の安全法指導(日本赤十字社指導員) ・A E Dの使い方について	〒080-0015 帯広市西5条南39丁目5-6	090-2877-7452			1006413

## 美容・スキンケア

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小泉 恵理 (こいずみえり)	(1)体喜操、ボディ マインド スピリット (2)オイルセラピー、自分だけのクリーム作り。オイルを使って、ボディ・ケア。 親子・家族などのスキンシップ講座。ヘッドマッサージ。		0155-27-2593	0155-27-2593	taikisou.eri@gmail.com	1006368
2	元谷 恵美 (もとやえみ)	各種セミナー、講演会などヨガ、顔ヨガ、椅子ヨガの指導	〒090-0804 北見市桜町6丁目42番地13	0157-61-0957	0157-61-3326	polaris.keiri@outlook.jp	1006412
3	ビューティフルTokachi 谷藤 英子 (びゅーていふるとかちたにぶじえいこ)	美姿勢・美ウォーキングレッスン(ハイヒール、健康ウォーキング等)	札幌市在住	090-2695-6090		rainbow.harmony.994@gmail.com	1006425

## からだの健康

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	有岡 秀 (ありおかしげる)	ADL対応型高齢者体操、貯筋運動、呼吸筋ストレッチ体操、転倒予防体操、介護予防の体操	〒080-0838 帯広市大空町7-14-9	090-2071-9158		s.arioka753@gmail.com	1006265
2	一條 仁美 (いちじょうひとみ)	デュークズウォーキングは、「歩数や時間ではなく、歩き方の質」の大切さをお伝えしています。歩くための必要な身体の使い方や、動かし方、痛みの軽減ができるエクササイズをたくさん楽しくやります。		090-1520-7235		tommy@dukeswalk.net	1006266
3	小林 秀子 (こばやしひでこ)	背骨コンディショニンググループ体操、パーソナル運動指導、背骨矯正	小林健康塾 〒080-0814 帯広市東14条南4丁目1-41	090-8900-4734		cmxsg338@f1.octv.ne.jp	1006285
4	新津 有輝子 (にいづきこ)	太極拳、ラジオ体操、気功、タオル体操、これら全て参加者の方々の体調に合わせて、立位、座位どちらでも行います。		090-8899-4743			1006299
5	長谷川 美佐子 (はせがわみさこ)	ズンパ、ズンパゴールド、やせ筋トレ、ひめトレなどを対面、非対面(オンライン)でレッスンします。学校のレクリエーションでは、親子で楽しめるレッスンを提供いたします。内容についてはご相談ください。		090-7514-4651		hasegawa_misako335@yahoo.co.jp	1006301

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
6	原田 龍一 (はらだりゅういち)	初心者対象の太極拳体験講座から上級者向けの太極拳ステップアップ講座まで指導します。	〒080-0018 帯広市西8条南26丁目52	0155-22-6041	0155-22-6041	shifu56@f1.octv.n e.jp	1006303
7	河江 将司 (かわえまさし)	パフォーマンスアップから、障害予防、高齢者向け運動教室等		080-1883-9728		essence.m.kawae @gmail.com	1006327
8	奥村 喜実 (おくむらよしみ)	継続した個人レッスン(前期・後期各10回、春・夏・冬休みあり)。 発声法と腹式呼吸法の基本を習得し、心身の健康づくりと上手に咽えるようになることを目的とする。		090-9510-8480	0155-35-5860		1006336
9	倉部 幸雄 (くらべゆきお)	(1)パーマ、毛染めの害が学校生活で取り上げられる理由。お洒落で失うカルシウム。 (2)体内カルシウム欠乏は脳の記憶学習思考に関与。		090-7058-2032			1006367
10	内杉 早苗 (うちすぎさなえ)	ピラティスで動ける身体づくりをします。自分の身体の動きの特徴を知り、健康に維持できる運動をお伝えします。	〒080-0013 帯広市西3条南22丁目6番地	090-8824-2307	0155-67-5540	flow.sanae@gmail .com	1006393
11	田口 あきほ (たぐちあきほ)	好きなことをいつまでも続けるために、あなたのためだけの運動処方でお手伝いします! ホームページ: <a href="http://conditioning2015.wix.com/supprt">http://conditioning2015.wix.com/supprt</a>		080-5720-3653		2015conditioning @gmail.com	1006419
12	ビューティフルTokachi 谷藤 英子 (びゅーていふるとかちた にぶじえいこ)	美姿勢・美ウォーキングレッスン(ハイヒール、健康ウォーキング等)	札幌市在住	090-2695-6090		rainbow.harmony. 994@gmail.com	1006425
13	谷口 孝仁 (たにぐちたかひと)	健身気功(八段錦、六字訣)で免疫機能強化やアンチエイジング及びメンタルヘルスの改善を目指します。 筋肉トレーニングで足腰を強化し健康長寿を目指します。				tokao2199@icloud .com	1015212
14	岡安 由美子 (おかやすゆみこ)	ヨーガ(アーサナ、呼吸法)		090-9089-0206		y.lively.111111@ic loud.com	1016595

## こころの健康

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	大江 徹 (おおえとおる)	精神医療 精神医学、精神保健、精神衛生について。	〒080-2470 帯広市西20条南2丁目5-3 大江病院	0155-33-6332	0155-36-2095		1006271
2	川尻 れえ子 (かわじりれえこ)	(1)初心者を対象に洋服の縫い方。 (2)カラーセラピー(オーラソーマ)、色(カラー)のセミナー開校 (3)心理メンタルについて	〒080-0048 帯広市西18条北2丁目27-5	090-2075-0532		P.R-luce.colors- 0.5.3.2v@ezweb.n e.jp	1006280
3	清水 のりえ (しみずのりえ)	アロマテラピー、ハーブを日常生活に取り入れる方法や、実習を行っていません。(キャンドル、ジェルクリーム等)	MY-SWEETEN アロマテラピー 〒080-0016帯広市西6条南10丁 目51-2 1203号 東垣外様方	090-1649-4434		aroma@my- sweeten.com	1006289
4	村上 博子 (むらかみひろこ)	・ぬり絵や自由画など色彩を楽しみながらセルフケアを体感する色彩セラピー。 色彩の心理効果なども学びながら色彩セラピーを体感する講座 ・色彩学の基礎から仕事やライフスタイルに役立つカラー講座。				hiromura@gmail. com	1006313
5	山口 正雲 (やまぐちしょううん)	何事も言葉で説明され過ぎる現代にあって、個々のいたいけな心は重荷を背負われ、本物を見極める能力を失っている気がします。その能力は何としても回復させなければ、一緒に坐禅をしましょう。		0155-65-4192 (生涯学習文化 課)			1006315
6	奥村 喜実 (おくむらよしみ)	継続した個人レッスン(前期・後期各10回、春・夏・冬休みあり)。 発声法と腹式呼吸法の基本を習得し、心身の健康づくりと上手に咽えるようになることを目的とする。		090-9510-8480	0155-35-5860		1006336
7	長縄 史子 (ながなわふみこ)	アンガーマネジメント(感情のコントロール、いじめ・体罰・DV・虐待・パワハラ防止、メンタルヘルス研修、叱り方講座、人材育成講座)、カウンセリングマインド、アサーション(自分も他人も尊重するコミュニケーション)等		090-2054-5748		anger.hokkaido@g mail.com	1006339
8	伊藤 アイリ (いとうあいり)	・パーソナルカラー診断、カラーセラピー ・パステル和(NAGOMI)アート ・心理カウンセリング		090-5951-5945		airycolor18@gmail .com	1006362
9	山口 博子 (やまぐちひろこ)	快適な日常がおくれる様に心身を落ちつかせるポーズを行います。穏やかさと調和の質を高めます。	ターナyoga 〒089-1310 中札内村大通北1丁目23	0155-67-2153	0155-67-2153	snowcrane21@gm ail.com	1006388
10	佐々木 祥子 (ささきしょうこ)	「おとな子どももみんな笑顔になあれ」をテーマに活動。各種授業・講演(不登校・発達・虐待・子育てなど)、メディカルアロマ講座、手作り石鹸・シャンプー・リンス体験、犬用石鹸手作り体験教室	心のサロンSmiley 〒080-0318 音更町緑陽台南区 23-46	090-1385-7640		cocoronosaronsmi ley@gmail.com	1006418



No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
11	鈴木 あかり (すずもりあかり)	・「ココロ貯金」®を元にした子どものやる気と自信を引き出す子育ての話。 ・親と子の自己肯定感の高め方		050-5539-9679		info.suzumoriakari@gmail.com	1006426
12	築田 昌明 (ちくだまさあき)	相手の立場をより良く理解したり、自分の置かれている環境を客観的に整理したりすることに役立つ“サイコドラマ”という心理療法の体験会を開催できます。		070-4151-9478		obihiro.counseling.tele@gmail.com	1006432
13	谷口 孝仁 (たにぐちかひと)	健身気功(八段錦、六字訣)で免疫機能強化やアンチエイジング及びメンタルヘルスの改善を目指します。 筋肉トレーニングで足腰を強化し健康長寿を目指します。				tokao2199@icloud.com	1015212

## 家事・整理収納・片付け

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小林 信之 (こばやし のぶゆき)	相続不動産の処分と活用～実家の空き家対策、相続・贈与・成年後見制度の基礎知識、快適な居住環境整備と介護、クワガタ・カブトムシ採集記	〒082-0015 芽室町東5条5丁目2番地1小林建設内 介護ショップはなまる	0155-62-2289 (勤務先)	0155-62-6153	grandis@aioros.ocn.ne.jp	1006350
2	松井 香織 (まついかおり)	案に片づく仕組みづくりで快適な暮らしのお手伝いをしています。キッチン、冷蔵庫、クローゼット、終活、子どものモノetcのお片づけセミナー、自宅収納まるごと公開セミナー、おうちに伺い、お片づけをお手伝い。	暮らしデザイン 〒080-0872 帯広市清流西2丁目15-6	090-6267-0110		kaori92599@gmail.com	1006360
3	長谷川 あかね (はせがわあかね)	「片付けたい気持ちはあるけどうまくいかない…」そんな片付け迷子の方に向けた基本の片付け講座やこどもがいるご家庭に向けた片付け講座を行っています。		080-2875-4128		kurashinohirameki@gmail.com	1006429
4	徳本 里栄 (とくもとりえ)	【防災備蓄セミナー】東日本大震災・震度6を経験、本当に必要な備え・役立つグッズ・収納方法をお伝え。 【整理収納セミナー】場所・ライフスタイルによってどなたにも取り組みやすい片付けの仕組みをお伝え。		090-3121-7951	問合せ・申込 フォーム <a href="https://bit.ly/3dyXRLo">https://bit.ly/3dyXRLo</a>	ouchibiyori0123@yahoo.cp.jp	1013164

## ペット・生き物

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小林 信之 (こばやし のぶゆき)	相続不動産の処分と活用～実家の空き家対策、相続・贈与・成年後見制度の基礎知識、快適な居住環境整備と介護、クワガタ・カブトムシ採集記	〒082-0015 芽室町東5条5丁目2番地1小林建設内 介護ショップはなまる	0155-62-2289 (勤務先)	0155-62-6153	grandis@aioros.ocn.ne.jp	1006350
2	室井 尚子 (むろいしょうこ)	獣医行動学に基づく犬のしつけ方と飼養に関する座学を行います。犬と猫の問題行動治療の実際を示しながら、行動分析の手法を用いた理論的なしつけの方法を教えます。	Jiu (じう) 動物行動クリニック 〒080-0838 帯広市大空町10-15-5	090-6265-1173		jiuabc04@gmail.com	1010812

## 法律・経済(マネー)・冠婚葬祭

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小林 千修 (こばやしちさ)	相続手続き、遺書証明作成代行、裁判書類作成、成年後見人制度の在り方	小林・中道司法書士事務所 〒080-0803 帯広市東4条南22丁目15	0155-23-5865	0155-25-3699		1006284
2	山崎 増美 (やまざきますみ)	小学生のお金教育、終活講座、子育て世代のライフプラン賢い保険の選び方、投資信託口座などお金にまつわる講座をお引き受けできます。	〒080-0053 帯広市新町西2丁目10	0155-41-7661	0155-67-5661	yamazaki.masumi@orchid.plala.or.jp	1006335
3	早川 靖志 (はやかわやすし)	(1) コーチングスキルを活用したコミュニケーション (2) ライフプランセミナー(住宅ローン、保険、貯蓄・運用)	〒080-0317 音更町緑陽台仲区24番地7	090-9526-1687		yasuballoon@gmail.com	1006340
4	小林 信之 (こばやし のぶゆき)	相続不動産の処分と活用～実家の空き家対策、相続・贈与・成年後見制度の基礎知識、快適な居住環境整備と介護、クワガタ・カブトムシ採集記	〒082-0015 芽室町東5条5丁目2番地1小林建設内 介護ショップはなまる	0155-62-2289 (勤務先)	0155-62-6153	grandis@aioros.ocn.ne.jp	1006350
5	徳江 孝一 (とくえこういち)	(1)家庭生活(法律知識、相続・年金・貯蓄等) (2)職業(経営・事務、常務、人事)	〒080-0014 帯広市西4条南26丁目6番地	0155-24-5410	0155-24-5411	tokue@netbeet.ne.jp	1006357
6	鈴木 政昭 (すずきまさあき)	老若男女、障がいのある・なしに関わらず、いつか来る「最期」に向かって、人生の伴走・みまもり・看とり・見とどけをしながら、支える後見・相続・遺言・整理片付け等を伝えます。	〒080-0019 帯広市西9条南40丁目2番6号	0155-66-9247		info@t-4you.whitesnow.jp	1006405

## 町内会・コミュニティ

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小澤 眞了 (おざわしんりょう)	講話、講演、法話。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目114 勝興寺	0155-37-2037	0155-37-2063		1006275

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
2	樋渡 康 (ひわたしやすし)	・生涯学習活動、ボランティア、地域活動、学校支援等	〒080-0032 帯広市西2条北1丁目20 有限会社保険オフィスとかち	0155-20-6717	0155-20-6727	ya-hoken@lapis.plala.or.jp	1006304
3	池添 博彦 (いけぞえひろひこ)	言葉の不思議、外来語について、人生の楽しみ、明るく生きる、cenrenarian(百歳)を生きる、夢と楽しみで豊かに暮らす	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目11-29	0155-35-1925			1006322
4	窪田 稔 (くぼたみのる)	(1)高齢社会における中高年の生きがい作り、考え方・家族関係等。 (2)幼児教育と思春期などの青少年対応、地域、家庭の見直し等。 (3)演技と演出などの舞台関係等。ボイストレーニング他。		090-5951-3172	0155-65-0223 (ウォームズ TEL)	pazuru-houki@krc.biglobe.ne.jp	1006366
5	山中 岳帥 (やまなかがすい)	詩吟指導、青少年健全育成、町内会の地域活動、学校支援、郷土史	〒080-0026 帯広市西16条南4丁目19番12号	0155-41-3188	0155-41-3188	gakusui1963@yahoo.co.jp	1008491
6	川田 岳紫 (かわたがくし)	詩吟(漢詩絶句・漢詩律詩・和歌・俳句など)、町内会活動	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目7-5	0155-24-8569	0155-24-8569		1009538
7	とかちのイベントやさん (とかちのいべんとやささん)	とかちで面白い人を集めてイベントを開催。 サポーター大募集。 あなたの楽しいがきっと見つかる!	〒080-0802 帯広市東2条南6丁目2番地	090-7513-0048		rscxp225@gmail.com	1013112

## 児童福祉・青少年福祉

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小澤 眞了 (おざわしんりょう)	講話、講演、法話。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目114 勝興寺	0155-37-2037	0155-37-2063		1006275
2	樋渡 康 (ひわたしやすし)	・生涯学習活動、ボランティア、地域活動、学校支援等	〒080-0032 帯広市西2条北1丁目20 有限会社保険オフィスとかち	0155-20-6717	0155-20-6727	ya-hoken@lapis.plala.or.jp	1006304
3	窪田 稔 (くぼたみのる)	(1)高齢社会における中高年の生きがい作り、考え方・家族関係等。 (2)幼児教育と思春期などの青少年対応、地域、家庭の見直し等。 (3)演技と演出などの舞台関係等。ボイストレーニング他。		090-5951-3172	0155-65-0223 (ウォームズ TEL)	pazuru-houki@krc.biglobe.ne.jp	1006366

## 高齢者福祉・介護予防

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	有岡 秀 (ありおかしげる)	ADL対応型高齢者体操、筋力運動、呼吸筋ストレッチ体操、転倒予防体操、介護予防の体操	〒080-0838 帯広市大空町7-14-9	090-2071-9158		s.arioka753@gmail.com	1006265
2	小澤 眞了 (おざわしんりょう)	講話、講演、法話。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目114 勝興寺	0155-37-2037	0155-37-2063		1006275
3	樋渡 康 (ひわたしやすし)	・生涯学習活動、ボランティア、地域活動、学校支援等	〒080-0032 帯広市西2条北1丁目20 有限会社保険オフィスとかち	0155-20-6717	0155-20-6727	ya-hoken@lapis.plala.or.jp	1006304
4	河江 将司 (かわえまさし)	パフォーマンスアップから、障害予防、高齢者向け運動教室等		080-1883-9728		essence.m.kawae@gmail.com	1006327
5	内海 徳子 (うちうみとくこ)	ラジオ体操、健康体操、リズム体操 など	〒080-2471 帯広市西21条南3丁目24-14	0155-36-7366	0155-36-7366		1006342
6	窪田 稔 (くぼたみのる)	(1)高齢社会における中高年の生きがい作り、考え方・家族関係等。 (2)幼児教育と思春期などの青少年対応、地域、家庭の見直し等。 (3)演技と演出などの舞台関係等。ボイストレーニング他。		090-5951-3172	0155-65-0223 (ウォームズ TEL)	pazuru-houki@krc.biglobe.ne.jp	1006366
7	保科 真緒里 (ほしなさおり)	・ヨガ・ひめトレなどのエクササイズの指導、 ・フィットネス体験型の講演 ・高齢者向けの機能改善体操の指導	〒080-2472 帯広市西22条南4丁目30-18	090-6993-2380		sorairo.happiness@gmail.com	1006378
8	盛川 由美子 (もりかわゆみこ)	高齢者ヒップホップダンス、歩きの質を高めるためのノルディック指導		080-5599-6290			1006385
9	車いすサポーター推進協議会 (くるまいすさぽーターすいしんきょうざいかい)	「車いすサポーター養成講座」 福祉の専門職が車いすの基本的な使い方や介助方法をお伝えします。体験型の講座なので、楽しんで学べるのが特徴です。	〒080-0023 帯広市西13条南2丁目3-1 class帯広III 3-B	090-1386-6311		moritaclub929@ybb.ne.jp	1012989

## 障害者福祉

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	鈴木 仁 (すずきひとし)	パラリンピックの正式種目ポッチャの指導、レクリエーションとしてのポッチャの指導。障がいの有無にとられないスポーツとしてのポッチャの指導。		050-3740-4283 090-8705-0665		qwb00716@f1.oct v.ne.jp	1006294
2	帯広ろう者協会 (おびひろろうしゃ きょうかい)	・手話(入門) ・手話(基礎) ※聴覚障害者団体のため、必ずF A Xでご連絡ください。	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目9-1 帯広市グリーンプラザ内		0155-23-6101		1006408
3	車いすサポーター推進協 議会 (くるまいすさぽーター すいしんきょうぎかい)	「車いすサポーター養成講座」 福祉の専門職が車いすの基本的な使い方や介助方法をお伝えします。体験型の講 座なので、楽しんで学べるのが特徴です。	〒080-0023 帯広市西13条南2丁目3-1 class帯広III 3-B	090-1386-6311		moritaclub929@yb b.ne.jp	1012989

## 教育・子育て

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	天野 和幸 (あまのとしゆき)	・おはなし・絵本・紙芝居、童話のすすめとその実践。 ・幼児教育(幼稚園情報)人格形成に重要な幼児期の子育て。 ・老若男女、アーチェリーのすすめ。	〒082-0001 芽室町平和西20線25番地 丘の上のおはなし村	080-5590-1440			1006264
2	向 由紀子 (むかいゆきこ)	・着物着付け(浴衣、着物を鏡を見ずに一人で着装できるよう指導) ・本の読み聞かせ(指導と実技)、教育に関する全般 ・防災教育・防災に関する全般	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目22-5	0155-36-0260	0155-36-0260		1006312
3	早川 靖志 (はやかわやすし)	(1) コーチングスキルを活用したコミュニケーション (2) ライフプランセミナー(住宅ローン、保険、貯蓄・運用)	〒080-0317 音更町緑陽台仲区24番地7	090-9526-1687		yasuballoon@gma il.com	1006340
4	佐々木 祥子 (ささきしょうこ)	「おとな子どももみへんな笑顔になあれ」をテーマに活動。各種授業・講演(不 登校・発達・虐待・子育てなど)、メディカルアロマ講座、手作り石鹸・シャン プー・リンス体験、犬用石鹸手作り体験教室	心のサロンSmiley 〒080-0318 音更町緑陽台南区 23-46	090-1385-7640		cocoronosaronsmi ley@gmail.com	1006418
5	鈴森 あかり (すずもりあかり)	・「ココロ貯金」®を元にした子どものやる気と自信を引き出す子育ての話。 ・親と子の自己肯定感の高め方		050-5539-9679		info.suzumoriakari @gmail.com	1006426
6	秦 公一 (はたこういち)	コミュニケーション力の向上(コーチングの「傾聴・質問・承認・フィードバック」などのスキルの習得)、『論語』の章句を読みながら、実生活に活かしていく研修(いわゆる「論語塾」のようなイメージです)		0155-65-4192 (生涯学習文化 課)			1012144

## マナー・自己啓発

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	仁平 カヨ (にたいらかよ)	伝統文化体験、基本的所作、礼儀等	〒080-2472 帯広市西22条南1丁目9-96	0155-37-5131	0155-37-5131		1006300
2	長縄 史子 (ながなわふみこ)	アンガーマネジメント(感情のコントロール、いじめ・体罰・DV・虐待・パワハラ防止、メンタルヘルス研修、叱り方講座、人材育成講座)、カウンセリングマインド、アサーション(自分も他人も尊重するコミュニケーション)等		090-2054-5748		anger.hokkaido@g mail.com	1006339
3	早川 靖志 (はやかわやすし)	(1) コーチングスキルを活用したコミュニケーション (2) ライフプランセミナー(住宅ローン、保険、貯蓄・運用)	〒080-0317 音更町緑陽台仲区24番地7	090-9526-1687		yasuballoon@gma il.com	1006340
4	徳江 孝一 (とくえこういち)	(1)家庭生活(法律知識、相続・年金・貯蓄等) (2)職業(経営・事務、常務、人事)	〒080-0014 帯広市西4条南26丁目6番地	0155-24-5410	0155-24-5411	tokue@netbeet.ne .jp	1006357
5	丸山 久美子 (まるやまくみこ)	マナー研修、モチベーションを維持する方法、ハラスメント、コミュニケーション力、インターシップトレーニング、面接対応、子育てについての話、関わり方、発達についての話	RISE おびひろ 〒080-2470 帯広市西20条南2丁目28番地9	090-7651-4129	0155-67-5792	marukumi15@yah oo.co.jp	1006382
6	佐々木 祥子 (ささきしょうこ)	「おとな子どももみへんな笑顔になあれ」をテーマに活動。各種授業・講演(不 登校・発達・虐待・子育てなど)、メディカルアロマ講座、手作り石鹸・シャン プー・リンス体験、犬用石鹸手作り体験教室	心のサロンSmiley 〒080-0318 音更町緑陽台南区 23-46	090-1385-7640		cocoronosaronsmi ley@gmail.com	1006418
7	秦 公一 (はたこういち)	コミュニケーション力の向上(コーチングの「傾聴・質問・承認・フィードバック」などのスキルの習得)、『論語』の章句を読みながら、実生活に活かしていく研修(いわゆる「論語塾」のようなイメージです)		0155-65-4192 (生涯学習文化 課)			1012144

## ■文化・芸術

手芸・裁縫、工芸・陶芸・造形、園芸、絵画・イラスト・絵手紙・ちぎり絵・版画・ステンシル、茶道・華道・花全般、書道・ペン習字・美文字、着物・着付け、折り紙・工作、マジック・ボードゲーム、民謡・コーラス・カラオケ、詩吟、楽器演奏、日本舞踊・ダンス・バレエなど文化・芸術に関する分野の指導者情報を登録しています。

### 手芸・裁縫

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	井上 享子 (いのうえきょうこ)	ローケツ染、革工芸。合成、布にてインテリア、バック、小物などの作成。ハンドバック、ショルダー、トートバック、小銭入れ、眼鏡ケース、はさみケース、キーホルダー、カード入れ等。	〒080-0847 帯広市公園東町4丁目8-5 レザークラフト「享」	0155-22-9580	0155-22-9580		1006267
2	今村 恭子 (いまむらやすこ)	羊毛を使ったニードルフェルトや羊毛手芸の講習を行います。	Feltwork ZEBRA			info@feltworkzebra.com	1006268
3	川尻 れえ子 (かわじりれえこ)	(1)初心者を対象に洋服の縫い方。 (2)カラーセラピー(オーラソーマ)、色(カラー)のセミナー開校 (3)心理メンタルについて	〒080-0048 帯広市西18条北2丁目27-5	090-2075-0532		P.R-luce.colors-0.5.3.2v@ezweb.ne.jp	1006280
4	曾我 みどり (そがみどり)	・フラワーデザインでコサージュ作り ・茶道指導(とちかちプラザの茶室にて)	帯広市在住	0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006295
5	横山 眞弓 (よこやままゆみ)	編み物(棒針、かぎ針、アフガン針、その他)によるものづくり	〒089-1368 中札内村南常磐東4線285番地66 NPOライフネット	0155-68-3106 090-3891-8658			1006318
6	荒井 千恵子 (あらいちえこ)	初心者、中・高生、大人向けにステッチ作品の指導します。教材を準備し、2時間で仕上がる作品や2〜3回かけて仕上げる作品等、ひと針、ひと針で完成できる楽しさを指導します。	刺繍アトリエ「ステッチAi」 〒080-0017 帯広市西7条南16丁目11-2		0155-25-5927	chibabu@i.softbank.jp	1006394

### 工芸・陶芸・造形

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	井上 享子 (いのうえきょうこ)	ローケツ染、革工芸。合成、布にてインテリア、バック、小物などの作成。ハンドバック、ショルダー、トートバック、小銭入れ、眼鏡ケース、はさみケース、キーホルダー、カード入れ等。	〒080-0847 帯広市公園東町4丁目8-5 レザークラフト「享」	0155-22-9580	0155-22-9580		1006267
2	岡崎 智鶴子 (おかざきちづこ)	・デコパージュ、・ハーバリウム ・押し花、・地質系(レプリカ作り、巡検など)	〒080-2471 帯広市西21条南4丁目37-6	0155-35-9787	0155-35-9787		1006272
3	曾我 みどり (そがみどり)	・フラワーデザインでコサージュ作り ・茶道指導(とちかちプラザの茶室にて)	帯広市在住	0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006295
4	前田 栄 (まえださかえ)	レザークラフト、草木染			0155-67-0183		1006308
5	松井 英成 (まついひでなり)	ベトボトル風車の作り方を通して、ものづくりの楽しさ、大切さについて学びます。	〒080-0026 帯広市西16条南1丁目21-16	0155-34-5458	0155-34-5458		1006309
6	若杉 優子 (わかすぎゆうこ)	タイルやガラスアートを使用した雑貨作りや純銀のアクセサリを制作します。	〒080-2469 帯広市西19条南4丁目19-7 (有)フローリスト花ごよみ内	0155-34-8754	0155-34-8753	hanagoyomi@cocoa.plara.or.jp	1006320
7	金子 輝和 (かねこてるかず)	とんぼ玉、モザイクランプ等の講座、子ども向け工作教室	ガラス工房ポンテ 〒080-0801帯広市東1条南18丁目1-3ブリエ内	0155-66-9227		glassponte@yahoo.co.jp	1006346
8	小山 真由子 (こやままゆこ)	自宅や野山に咲く十勝の草花を美しい押し花にして、アクセサリや押し花額を作ります。記念にいただいた花束を押し花額に残すこともできます。初めての方にも楽しく丁寧に指導いたします。	とちかち野草工房 〒080-0045 帯広市西15条北4丁目1-86	090-8427-2603	0155-36-3997	yasomk0487@yahoo.co.jp	1006369
9	佐原 淳子 (さはらじゅんこ)	木目込み人形づくりボディを紙やすり等で滑らかにし、欠けている部分や筋彫の線の太い箇所を桐塑で修正し、「みぞ」に糊を入れ布を入れていき、頭・小道具類を取り付ける。古い木目込み人形を(おひな様等)リフォーム。		0155-34-0528	0155-34-0528		1006371
10	澤木 勲作 (さわきれいさ)	(1)ラグビー 楽しさ、チームメイトとの協力の必要性や連帯感を養う。 (2)氷彫、道具(刃物)の使い方、制作方法。冰雪像制作の楽しさを。 (3)川に於けるカヌー、Eポートなどの操船等川での遊び。自然観察の方法。		0155-33-8346 090-8271-9594	0155-33-8346	reisa75@gmail.com	1006372
11	中村 幸子 (なかむらさちこ)	初心者を対象にハガキ作りから額作り等の作品作り。1時間30分〜2時間以内で出来る作品を作ります。		0155-48-1822	0155-48-1822	flower@fl.octv.jp	1006375
12	山口 静江 (やまぐちしずえ)	和紙を使った立体人形、壁掛・押し絵・小物・工芸品等の制作指導	山口和紙人形教室 〒080-0011 帯広市西1条南16丁目18	0155-23-4018			1006387



No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
13	渡部 将紀 (わたなべまさき)	(1)ナイフの持ち方から基礎まで、順序を追って技術向上を目指します。 (2)野菜や果物に花や動物の装飾的デザインを彫ります。 (3)石鹸に花や動物のモチーフを彫ります。		080-1974-4384		crea_carving@yahoo.co.jp	1006391
14	小林 香織 (こばやしかおり)	初心者を対象としたステンドグラスの小物づくり		090-1648-7281		funingglass@gmail.com	1016327

## 園芸

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	五十嵐 龍夫 (いがらしたつお)	農作物(特に畑作物)の生産・栽培に関する情報提供、解説	〒080-0810 帯広市東10条南18丁目7-36	0155-66-4897	0155-66-4897	tatsuo4897@gmail.com	1006409

## 絵画・イラスト・絵手紙・ちぎり絵・版画・ステンシル

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	岩崎 ゆう子 (いわさきゆうこ)	ハガキにはり絵をする。		0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006269
2	津島 民子 (つしまたみこ)	絵手紙(工作等も入れて作る楽しい絵手紙です)	〒080-2473 帯広市西23条南4丁目36-10	0155-36-1444	0155-36-1444	shimaat@kra.biglobe.ne.jp	1006297
3	村上 博子 (むらかみひろこ)	・ぬり絵や自由画など色彩を楽しみながらセルフケアを体感する色彩セラピー。 色彩の心理効果なども学びながら色彩セラピーを体感する講座 ・色彩学の基礎から仕事やライフスタイルに役立つカラー講座。				hiromura@gmail.com	1006313
4	伊藤 アイリ (いとうあいり)	・パーソナルカラー診断、カラーセラピー ・パステル和(NAGOMI)アート ・心理カウンセリング		090-5951-5945		airycolor18@gmail.com	1006362
5	田中 英一 (たなかえいいち)	絵画		0155-33-7821			1006113
6	飯田 旬美 (いいたくみ)	簡単に描ける工夫がされているアートで、見本を参考にしながら、粉状になったパステルを指やコットンなどでクルクル伸ばしぬり、1枚30～60分程度で仕上がります。グループワークを大事にしたアートです。	〒080-0029 帯広市西19条南3丁目	090-6262-6411	0155-41-1225		1006404
7	杉田 晶子 (すぎたあきこ)	己書講座(おのれしょこうざ)は、筆ペンで絵や文字を描いて楽しむ講座です。自分自身を表現するので、己書(おのれしょ)と言います。楽しみながら多くの方とコミュニケーションをしましょう!	〒080-0804 帯広市東4条南19丁目6	0155-66-4427	0155-66-4427	coler.09089014531@docomo.ne.jp	1006427

## 茶道・華道・花全般

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	岡崎 智鶴子 (おかざきちづこ)	・デコパージュ、・ハーバリウム ・押し花、・地質系(レプリカ作り、巡検など)	〒080-2471 帯広市西21条南4丁目37-6	0155-35-9787	0155-35-9787		1006272
2	曾我 みどり (そがみどり)	・フラワーデザインでコサージュ作り ・茶道指導(とちかブラザの茶室にて)	帯広市在住	0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006295
3	仁平 カヨ (にたいらかよ)	伝統文化体験、基本的所作、礼儀等	〒080-2472 帯広市西22条南1丁目9-96	0155-37-5131	0155-37-5131		1006300
4	右田 順子 (みぎたじゅんこ)	生花アレンジメント、ドライフラワー、プリザーブドフラワー、ハーバリウム、ワックスサシェなどのフラワーアレンジメント	〒080-2469 帯広市西19条南4丁目19-7 (有)フローリスト花ごよみ内	0155-34-8754		hanagoyomi@cocoa.plara.or.jp	1006311
5	小田 徹 (おだとおる)	切り花、ドライフラワーのフラワーアレンジ等		0155-36-8993	0155-36-8993		1006364
6	小山 真由子 (こやままゆこ)	自宅や野山に咲く十勝の草花を美しい押し花にして、アクセサリーや押し花額を作ります。記念にいただいた花束を押し花額に残すこともできます。初めての方にも楽しく丁寧に指導いたします。	とちか野草工房 〒080-0045 帯広市西15条北4丁目1-86	090-8427-2603	0155-36-3997	yasomk0487@yahoo.co.jp	1006369

## 書道・ペン習字・美文字

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	加納 溪村 (かのうけいそん)	(1)毛筆、筆ペン、ボールペンの指導 (2)初心者はテキストを使用し、中・上級者は独自の美しい文字を習得し、段・級も修得。	〒080-2472 帯広市西22条南4丁目23-10	090-2074-7957	0155-35-1145	kanousyodou224@gmail.com	1006278
2	葛谷 和博 (くずたにかずひろ)	基本及び臨書、創作指導		0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006349
3	安江 翠泉 (やすえすいせん)	書道 古典臨書(漢字・かな基本)、創作作品(漢字・かな)、現代書(墨書)、暮らしに役立つ実用書(はがき・手紙・冠婚葬祭書式等)、初心者から指導します。	〒089-1502 更別村花園町	0155-52-2619			1006386
4	杉田 晶子 (すぎたあきこ)	己書講座(おのれしょこうざ)は、筆ペンで絵や文字を描いて楽しむ講座です。自分自身を表現するので、己書(おのれしょ)と言います。楽しみながら多くの方とコミュニケーションをしましょう!	〒080-0804 帯広市東4条南19丁目6	0155-66-4427	0155-66-4427	coler.09089014531@docomo.ne.jp	1006427
5	戸出 大泉 (といでだいせん)	小学生から高齢者までの方に、書道の指導をします。	〒080-0813 帯広市東13条南5丁目3番地	080-5589-8336	0155-23-8336		1016519

## 着物・着付け

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	今野 章子 (こんのあきこ)	初心者から資格希望者(着装士)までの着付指導 復習のため、数回の指導も行っています	〒080-0045 帯広市西15条北8丁目6-2	0155-34-8796			1006286
2	林 紀恵 (はやしきよえ)	日本の民族衣装である着物を、ひとりで着られるように指導します。ワンデーレッスンで浴衣の着付けも指導しています。 浴衣の着付けは男性、女性ともに可能。	〒080-0020 帯広市西10条南31丁目26-18	080-1977-5714	0155-48-6962		1006302
3	向 由紀子 (むかいゆきこ)	・着物着付け(浴衣、着物を鏡を見ずに一人で着装できるよう指導) ・本の読み聞かせ(指導と実技)、教育に関する全般 ・防災教育・防災に関する全般	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目22-5	0155-36-0260	0155-36-0260		1006312

## 折り紙・工作

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	松井 英成 (まついひでなり)	ペットボトル風車の作り方を通して、ものづくりの楽しさ、大切さについて学びます。	〒080-0026 帯広市西16条南1丁目21-16	0155-34-5458	0155-34-5458		1006309
2	金子 輝和 (かねこてるかず)	とんぼ玉、モザイクランプ等の講座、子ども向け工作教室	ガラス工房ボンテ 〒080-0801帯広市東1条南18丁目1-3ブリエ内	0155-66-9227		glassponte@yahoo.co.jp	1006346
3	谷津 奈緒 (たにつなお)	キャンドル作り体験 カラブロックと型を使って2才〜大人までオリジナルキャンドルの製作		090-4874-9270		angels00share@gmail.com	1006356
4	中村 幸子 (なかむらさちこ)	初心者を対象にハガキ作りから額作り等の作品作り。1時間30分〜2時間以内で出来る作品を作ります。		0155-48-1822	0155-48-1822	flower@fl.octv.jp	1006375
5	三浦 将宏 (みうらまさひろ)	折紙の指導、講習など(幼児から高齢者まで、色々な折り紙を教えています)		0155-36-3887	0155-36-3887	ozonecrasher.leon.madox01@d.vodafone.ne.jp	1006383
6	山口 静江 (やまぐちしずえ)	和紙を使った立体人形、壁掛・押し絵・小物・工芸品等の制作指導	山口和紙人形教室 〒080-0011 帯広市西1条南16丁目18	0155-23-4018			1006387
7	渡部 将紀 (わたなべまさき)	(1)ナイフの持ち方から基礎まで、順序を追って技術向上を目指します。 (2)野菜や果物に花や動物の装飾的デザインを彫ります。 (3)石鹸に花や動物のモチーフを彫ります。		080-1974-4384		crea_carving@yahoo.co.jp	1006391
8	成瀬 潤姫 (なるせゆに)	・はちみつを食べ比べ講座 ・ミツバチの生態、養蜂の歴史、はちみつについての講習 ・ミツロウを使ったキャンドルづくり、クリームづくり、エコラップづくり	ナルセ養蜂場 〒089-0533 中川郡幕別町札内新北町40-1	0155-56-2302		shop@naruse-bee.jp	1006430

## マジック・ボードゲーム

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	佐藤 良政 (さとうよしまさ)	マジックの実演(子供会、老人クラブ、病院、各種行事等)、指導(子供会等)。	〒080-2470 帯広市西20条南3丁目51番23号	0155-35-0345	0155-35-0345		1006288
2	坂本 和昭 (さかもとかずあき)	小学生から高齢者まで、トランプ、コイン、ハンカチ、輪ゴム等、日用品を使用した簡単なマジックから高度な技まで指導します。	〒080-0012 帯広市西2条南9丁目16 坂本ビル内	0155-22-0132	0155-22-0137	kazchan@axel.ocn.ne.jp	1006370
3	大場 康弘 (おおばやすひろ)	知育ボードゲーム、家族でのアナログゲーム、子ども料理体験	〒080-0802 北海道帯広市東2条南6丁目2	090-7513-0048		rscxp225@gmail.com	1006428

## 民謡・コーラス・カラオケ

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	奥村 喜実 (おくむらよしみ)	継続した個人レッスン(前期・後期各10回、春・夏・冬休みあり)。 発声法と腹式呼吸法の基本を習得し、心身の健康づくりと上手に唄えるようになることを目的とする。		090-9510-8480	0155-35-5860		1006336
2	松山 千紘 (まつやまちひろ)	ピアノ演奏、楽典、ソルフェージュ、リトミック、吹奏楽		090-3622-6413		jako_chihiro_music@yahoo.co.jp	1006381

## 詩吟

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	南 正彦 (みなみまさひこ)	詩吟(漢詩、短歌、和歌、俳句)、発声法の指導	〒080-0838 帯広市大空町5丁目14-12	0155-48-1917	0155-48-1917		1006361
2	山中 幸高(岳剛) (やまなかゆきたか(かくごう))	漢詩、和歌、俳句、俳諧歌、古文、今様等の吟詠指導	〒080-0026 帯広市西16条南4丁目19-12	0155-41-3188	0155-41-3188	gakugou1934@softbank.ne.jp	1006390
3	山中 岳帥 (やまなかがくすい)	詩吟指導、青少年健全育成、町内会の地域活動、学校支援、郷土史	〒080-0026 帯広市西16条南4丁目19番12号	0155-41-3188	0155-41-3188	gakusui1963@yahoo.co.jp	1008491
4	川田 岳紫 (かわたがくし)	詩吟(漢詩絶句・漢詩律詩・和歌・俳句など)、町内会活動	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目7-5	0155-24-8569	0155-24-8569		1009538
5	川合 一壽 (かわいかずとし)	漢詩、和歌(短歌)、俳句、俳諧歌、現代詩などの吟詠を通して芸術としての詩吟(吟詠)を、また生涯学習の一環として作者や作詩当時の時代背景に触れ総合的に学習します。	〒080-0811 北海道帯広市東11条南9丁目1 市民活動プラザ六中	0155-22-8777	0155-22-8777	signin@tokatigakuhoukai.com	1009543
6	橋本 岳詔 (はしもとがくしょう)	詩吟(漢詩絶句・漢詩律詩・和歌・俳句)	〒080-0041 帯広市西11条北3丁目1-15	0155-35-0307	0155-35-0307		1009544

## 楽器演奏

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	長尾 崇人 (ながおたかひと)	ピアノ奏法、ソルフェージュ	PianoLesson Art - Muse 〒080-0111 音更町木野大通東 8丁目1-12	080-4430-1963			1006331
2	和光 憂人 (わこうゆうと)	ヴァイオリンの指導	〒080-0012 帯広市西2条南10丁目9 フジモ トビル508号	090-2568-9830			1006334
3	大谷 忠彦 (おおたにただひこ)	ラテン打楽器、ジャズドラム、オーケストラ、小編成 十勝サンパ倶楽部をこれから広げて大きくしたいと思っています。		080-9610-0160			1006343
4	笹刈 芳昭 (ささぶちよしあき)	オカリナ演奏	〒080-0862 帯広市南の森西3丁目2番2号	0155-48-2684		sasa-buchi.05@outlook.jp	1006353
5	岩野 久美子 (いわのくみこ)	箏(こと)、三味線の演奏指導、鑑賞会、邦楽に触れる実技	〒080-0021 帯広市西11条南26丁目58 岩野邦楽研究所	0155-48-7674			1006363
6	松山 千紘 (まつやまちひろ)	ピアノ演奏、楽典、ソルフェージュ、リトミック、吹奏楽		090-3622-6413		jako_chihiro_music@yahoo.co.jp	1006381

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
7	東 悠風太 (ひがしゆふた)	初心者から中級者に向けてベースのレッスンをします。 基礎やコードの仕組みをはじめ、「この曲が弾きたいけどアドバイス欲しい」等、何でもご相談ください!		0155-65-4192 (生涯学習文化課)		higashi_yufuta@city.obihiro.hokkaido.jp	1006407
8	瀬尾 美由紀 (せおみゆき)	琴の演奏を分かりやすく指導します。	金剛寺おこと教室 〒080-0806 帯広市東6条南15丁目2-4	0155-23-3929	0155-23-3929		1006423
9	佐藤 春美 (さとうはるみ)	サックス演奏を中心に音楽の楽しさを広げていきたい (体験レッスンも可能)	〒080-0026 帯広市西16条南6丁目18番16号	090-9754-1884		satoharumi7allstars7@ezweb.ne.jp	1013163
10	長谷山 光一 (はせやまこういち)	アコースティックギター、クラシックギター、エレキギター、ウクレレ	〒080-0027 帯広市西17条南29丁目10-3	090-6448-4443		rael.koichi@gmail.com	1014197

## 日本舞踊・ダンス・バレエ

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小川 芳勝 (おがわよしかつ)	(1)初心者を対象に社交ダンスの基礎の反復練習指導 (2)ダンス音楽を聴きながらリズムの反復練習指導 (3)正しい姿勢で動く反復練習指導	〒080-0047 帯広市西17条北2丁目17番21号	0155-34-0585	0155-34-0585	tdk@netbeet.ne.jp	1006274
2	小林 秀子 (こばやしひでこ)	背骨コンディショニンググループ体操、パーソナル運動指導、背骨矯正	小林健康塾 〒080-0814 帯広市東14条南4丁目1-41	090-8900-4734		cmxsg338@f1.octv.ne.jp	1006285
3	長谷川 美佐子 (はせがわみさこ)	ズンバ、ズンバゴールド、やせ筋トレ、ひめトレなどを対面、非対面(オンライン)でレッスンします。学校のレクリエーションでは、親子で楽しめるレッスンを提供いたします。内容についてはご相談ください。		090-7514-4651		hasegawa_misako335@yahoo.co.jp	1006301
4	藤間 紀代治 (ふじまきよはる)	日本舞踊、扇・傘等を使った舞踊・古曲踊り		0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006307
5	山下 清子 (やましたきよこ)	初心者からの「かんたんヨガ」、エクササイズ効果のある「アクティブヨガ」、「ダンスフィットネス」「ZUMBA」「DISCO」		090-8909-3452			1006316
6	千葉 裕子 (ちばひろこ)	バレエ(クラシック)、バレエストレッチ	〒080-0021 帯広市西11条南5丁目1番地22 ヒロコ パルエトワール バレエ	090-6262-7464	0155-36-7470	etoile@m2.octv.ne.jp	1006332
7	大浦 則世 (おおうらのりよ)	ダンススポーツ指導員、ストレッチ、エクササイズ、ヒップホップダンス	〒080-0012 帯広市西2条南32丁目42番地	0155-47-0021 080-6075-0800	0155-47-0021	baranokai@f1.octv.ne.jp	1006344
8	松浦 正明 (まつうらまさあき)	フォークダンス、レクダンスなどの指導	〒089-0138 上川郡清水町南2条9丁目9番地	090-6214-3941	0156-62-5975	oscd.cats-mm@forkdance.sakura.ne.jp	1006422
9	櫻井 陽子 (さくらいようこ)	ハワイアンフラ		090-2473-9236			1016868

## ■スポーツ

体操・フィットネス、ヨガ、武道・拳法、バレーボール・テニス・バドミントン等の球技、アーチェリー・ポッチャ・ゴルフ・吹き矢、アウトドア・スキー・スケートなどスポーツに関する分野の指導者情報を提供しています。

### 体操・フィットネス

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	有岡 秀 (ありおかしげる)	ADL対応型高齢者体操、貯筋運動、呼吸筋ストレッチ体操、転倒予防体操、介護予防の体操	〒080-0838 帯広市大空町7-14-9	090-2071-9158		s.arioka753@gmail.com	1006265
2	一條 仁美 (いちじょうひとみ)	デュークズウォーキングは、「歩数や時間ではなく、歩き方の質」の大切さをお伝えしています。歩くための必要な身体の使い方や、動かし方、痛みの軽減ができるエクササイズをたくさん楽しくやります。		090-1520-7235		tommy@dukeswalk.net	1006266
3	小林 秀子 (こばやしひでこ)	背骨コンディショニンググループ体操、パーソナル運動指導、背骨矯正	小林健康塾 〒080-0814 帯広市東14条南4丁目1-41	090-8900-4734		cmxsg338@f1.octv.ne.jp	1006285
4	新津 有輝子 (にいづきこ)	太極拳、ラジオ体操、気功、タオル体操、これら全て参加者の方々の体調に合わせて、立位、座位どちらでも行います。		090-8899-4743			1006299
5	長谷川 美佐子 (はせがわみさこ)	ズンバ、ズンバゴールド、やせ筋トレ、ひめトレなどを対面、非対面(オンライン)でレッスンします。学校のレクリエーションでは、親子で楽しめるレッスンを提供いたします。内容についてはご相談ください。		090-7514-4651		hasegawa_misako335@yahoo.co.jp	1006301
6	内海 徳子 (うちうみとくこ)	ラジオ体操、健康体操、リズム体操 など	〒080-2471 帯広市西21条南3丁目24-14	0155-36-7366	0155-36-7366		1006342
7	大浦 則世 (おおうらのりよ)	ダンススポーツ指導員、ストレッチ、エクササイズ、ヒップホップダンス	〒080-0012 帯広市西2条南32丁目42番地	0155-47-0021 080-6075-0800	0155-47-0021	baranokai@f1.octv.ne.jp	1006344
8	小泉 恵理 (こいずみえり)	(1)体喜操、ボディマインドスピリット (2)オイルセラピー、自分だけのクリーム作り。オイルを使って、ボディ・ケア。親子・家族などのスキンシップ講座。ヘッドマッサージ。		0155-27-2593	0155-27-2593	taikisou.eri@gmail.com	1006368
9	保科 真緒里 (ほしなさおり)	・ヨガ・ひめトレなどのエクササイズの指導、 ・フィットネス体験型の講演 ・高齢者向けの機能改善体操の指導	〒080-2472 帯広市西22条南4丁目30-18	090-6993-2380		sorairo.happiness@gmail.com	1006378
10	内杉 早苗 (うちすぎさなえ)	ピラティスで動ける身体づくりをします。自分の身体の動きの特徴を知り、健康に維持できる運動をお伝えします。	〒080-0013 帯広市西3条南22丁目6番地	090-8824-2307	0155-67-5540	flow.sanae@gmail.com	1006393
11	今野 聖子 (こんのせいこ)	体育、運動指導		0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006399
12	外崎 馨 (とのさきかおる)	ヨガ、ピラティス、ボディメンテナンス骨盤体操～Q-Ren～、リズムエクササイズ、太極舞、生活習慣病予防講座				fitness_comfort_kao@yahoo.co.jp	1006402
13	角島 あさみ (かくはたあさみ)	ヨガを中心とした日々の不調の改善や日常生活が過ごしやすくなることを目的としたエクササイズ		050-5316-9912		amiyogadesign@gmail.com	1006415
14	田口 あきほ (たぐちあきほ)	好きなことをいつまでも続けるために、あなたのためだけの運動処方方で応援します！ ホームページ：http://conditioning2015.wix.com/supprtt		080-5720-3653		2015conditioning@gmail.com	1006419
15	三浦 佑介 (みうらゆうすけ)	「楽しきつい」がテーマのフィットネスインストラクターです！大人が楽しめる運動をご提供します！ヨガでまったりしたい方からスポーツで結果を出したい方までご要望に合わせます。予定が埋まり次第締切。		090-6870-2901		yusuke10021016@gmail.com	1006431

### ヨガ

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	山下 清子 (やましたきよこ)	初心者からの「かんたんヨガ」、エクササイズ効果のある「アクティブヨガ」、「ダンスフィットネス」「ZUMBA」「DISCO」		090-8909-3452			1006316
2	保科 真緒里 (ほしなさおり)	・ヨガ・ひめトレなどのエクササイズの指導、 ・フィットネス体験型の講演 ・高齢者向けの機能改善体操の指導	〒080-2472 帯広市西22条南4丁目30-18	090-6993-2380		sorairo.happiness@gmail.com	1006378



No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
3	山口 博子 (やまぐちひろこ)	快適な日常がおくれる様に心身を落ちつかせるポーズを行います。穏やかさと調和の質を高めます。	ターナyoga 〒089-1310 中札内村大通北1丁目23	0155-67-2153	0155-67-2153	snowcrane21@gmail.com	1006388
4	外崎 馨 (とのさきかおる)	ヨガ、ピラティス、ボディメンテナンス骨盤体操～Q-Ren～、リズムエクササイズ、太極舞、生活習慣病予防講座				fitness_comfort_kao@yahoo.co.jp	1006402
5	元谷 恵美 (もとやえみ)	各種セミナー、講演会などヨガ、顔ヨガ、椅子ヨガの指導	〒090-0804 北見市桜町6丁目42番地13	0157-61-0957	0157-61-3326	polaris.keiri@outlook.jp	1006412
6	角島 あさみ (かくはたあさみ)	ヨガを中心とした日々の不調の改善や日常生活が過ごしやすくなることを目的としたエクササイズ		050-5316-9912		amiyogadesign@gmail.com	1006415
7	三浦 佑介 (みうらゆうすけ)	「楽しきついで」がテーマのフィットネスインストラクターです！大人が楽しめる運動をご提供します！ヨガでゆったりしたい方からスポーツで結果を出したい方までご要望に合わせて。予定が埋まり次第締切。		090-6870-2901		yusuke10021016@gmail.com	1006431
8	長田 茂 (ながたしげる)	ヨガ、ピラティス		070-8959-2469		Shigeru.ob.tak.asa@gmail.com linktgsn@gmail.com	1009584
9	岡安 由美子 (おかやすゆみこ)	ヨーガ(アーサナ、呼吸法)		090-9089-0206		y.lively.111111@icloud.com	1016595

## 武道・拳法・気功

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	城田 義治 (しろたよしはる)	大東流合気道柔術秘伝基本の技等本流の技を指導	大東流合気柔術 〒080-0026 帯広市西16条南2丁目2番6号	0155-34-3431	0155-34-3431		1006290
2	新津 有輝子 (にいづきこ)	太極拳、ラジオ体操、気功、タオル体操、これら全て参加者の方々の体調に合わせて、立位、座位どちらでも行います。		090-8899-4743			1006299
3	原田 龍一 (はらだりゅういち)	初心者対象の太極拳体験講座から上級者向けの太極拳ステップアップ講座まで指導します。	〒080-0018 帯広市西8条南26丁目52	0155-22-6041	0155-22-6041	shifu56@f1.octv.ne.jp	1006303
4	外崎 馨 (とのさきかおる)	ヨガ、ピラティス、ボディメンテナンス骨盤体操～Q-Ren～、リズムエクササイズ、太極舞、生活習慣病予防講座				fitness_comfort_kao@yahoo.co.jp	1006402
5	谷口 孝仁 (たにぐちたかひと)	健身気功(八段錦、六字訣)で免疫機能強化やアンチエイジング及びメンタルヘルスの改善を目指します。 筋肉トレーニングで足腰を強化し健康長寿を目指します。				tokao2199@icloud.com	1015212

## バレーボール・テニス・バドミントン等の球技

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	川村 悦子 (かわむらえつこ)	バドミントン初心者から経験者まで指導します。男女問いません。	〒080-2469 帯広市西19条南4丁目3-19	0155-36-3409	0155-36-3409		1006281
2	佐々木 正一 (ささきしょういち)	・小学生のバレーボール指導 ・ソフトバレーボール指導	〒080-2472 帯広市西22条南4丁目25-12	0155-33-6665			1006287
3	角谷 魏啓 (かどやたかふみ)	バスケットボール		0155-21-3238	0155-21-3238		1006365
4	澤木 勲作 (さわきいさ)	(1)ラグビー 楽しさ、チームメイトとの協力の必要性や連帯感を養う。 (2)氷彫、道具(刃物)の使い方、制作方法。冰雪像制作の楽しさを。 (3)川に於けるカヌー、Eポートなどの操船等川での遊び。自然観察の方法。		0155-33-8346 090-8271-9594	0155-33-8346	reisa75@gmail.com	1006372
5	荘田 紀一 (そうだきいち)	野球(学童、中学生、高校生)		0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1006392
5	帯広コナンススポーツクラブ (おびひろこなんすぽーつくらぶ)	バドミントンのラリーができるまでの、基礎的な技術指導。 経験者・上級者については、主にゲームを通じた実践練習を行います。 社会人が継続してスポーツすることを主目的とします。				miyake.hokkaido@gmail.com 公式LINE (@cpl7972q)	1017041

## アーチェリー・ポッチャ・ゴルゲート・吹き矢

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	天野 和幸 (あまのとしゆき)	・おはなし・絵本・紙芝居、童話のすすめとその実技。 ・幼児教育(幼稚園情報)人格形成に重要な幼児期の子育て。 ・老若男女、アーチェリーのすすめ。	〒082-0001 芽室町平和西20線25番地 丘の上のおはなし村	080-5590-1440			1006264
2	鈴木 仁 (すずきひとし)	パラリンピックの正式種目ポッチャの指導、レクリエーションとしてのポッチャの指導。障がいの有無にとらわれないスポーツとしてのポッチャの指導。		050-3740-4283 090-8705-0665		qwb00716@f1.oct v.ne.jp	1006294
3	作田 克博 (さくたかつひろ)	ゴルゲートを小学生から高齢者まで指導します。	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目4-3	0155-94-3559	0155-24-2774		1006329
4	細川 善正 (ほそかわよしただ)	・吹き矢の基本となる腹式呼吸法、所作の指導 ・競技の指導	〒080-2473 帯広市西23条南4丁目37-18	080-3382-1306		zen.hoso0530@ou tlook.jp	1006410

## アウトドア・スキー・スケート

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	澤木 勳作 (さわきれいさ)	(1)ラグビー 楽しさ、チームメイトとの協力の必要性や連帯感を養う。 (2)氷彫、道具(刃物)の使い方、制作方法。冰雪像制作の楽しさを。 (3)川に於けるカヌー、Eボートなどの操船等川での遊び。自然観察の方法。		0155-33-8346 090-8271-9594	0155-33-8346	reisa75@gmail.co m	1006372
2	蝦名 祝子 (えびなのりこ)	スピードスケート指導(初心者含む)	〒080-0838 帯広市大空町4丁目1-10	090-6443-5695	0155-48-3800		1006411

## ■教養

郷土、歴史・民俗・文化、文学・語学、手話、情報技術・パソコンなど教養に関する分野の指導者情報を登録しています。

### 郷土

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	村田 ナホ (むらたなほ)	地域の食材や食文化を活かし、地域を支えます。 郷土料理、家庭料理の伝承を行っています。 (食育全般、料理講習会、講演会、デモンストレーション)	食の寺子屋「直歩塾」 〒080-0024 帯広市西14条南29丁目1-5	0155-48-4469	0155-48-4469		1006314
2	後村 光義 (うしろむらみつよし)	基本的なそば打ち講座の実施	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目24-11 ふれあい手打ちそば楽園	0155-35-1322 090-6990-4596	0155-35-1322		1006324
3	榎安 信子 (つがやすのぶこ)	とうふ作り、大豆の炊き方など	〒080-0020 帯広市西10条南9丁目5-5 帯広豆腐マイスター倶楽部	0155-21-1121			1006330
4	五十嵐 龍夫 (いがらしたつお)	農作物(特に畑作物)の生産・栽培に関わる情報提供、解説	〒080-0810 帯広市東10条南18丁目7-36	0155-66-4897	0155-66-4897	tatsuo4897@gmail.com	1006409

### 歴史・民俗・文化

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	鈴木 景優 (すずきけいゆう)	仏教や密教の教えを解りやすく説きあかす法話。写経等親しみやすいことから、 仏教にふれ、正しい信仰へ導く。四国八十八ヶ所霊場等を参拝する時のマナー等 の指導と霊場の案内。		0155-65-4192 (生涯学習文化 課)			1006355
2	佐原 淳子 (さはらじゅんこ)	木目込み人形づくりボディを紙やすり等で滑らかにし、欠けている部分や筋彫の 線の太い箇所を桐塗で修正し、「みぞ」に糊を入れ布を入れていき、頭・小道具 類を取り付ける。古い木目込み人形を(おひな様等)リフォーム。		0155-34-0528	0155-34-0528		1006371
3	成瀬 潤姫 (なるせゆに)	・はちみつを食べ比べ講座 ・ミツバチの生態、養蜂の歴史、はちみつについての講習 ・ミツロウを使ったキャンドルづくり、クリームづくり、エコラップづくり	ナルセ養蜂場 〒089-0533 中川郡幕別町札内新北町40-1	0155-56-2302		shop@naruse- bee.jp	1006430
4	帯広・十勝の民話を伝 えるコロポックルの会 (おびひろ・とかちの みんなをつたえるこ ろぼくろのかい)	帯広・十勝に伝わる民話や添接、昔語りなどを、朗読にイメージ画とBGMをつけ て公演する	〒080-0019 帯広市西9条南12丁目2-1	0155-56-2051 090-9525-8707		sgym@globe.ocn. ne.jp	1012143

### 文学・語学

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	天野 和幸 (あまのとしゆき)	・おはなし・絵本・紙芝居、童話のすすめとその実技。 ・幼児教育(幼稚園情報)人格形成に重要な幼児期の子育て。 ・老若男女、アーチェリーのすすめ。	〒082-0001 芽室町平和西20線25番地 丘の上のおはなし村	080-5590-1440			1006264
2	鈴木 富夫(八駟郎) (すずきとみお(やし ろう))	俳句 句会指導、俳句の講話。	〒080-0015 帯広市西5条南10丁目41	0155-23-9586			1006293
3	時田 則雄 (ときたのりお)	自作短歌を軸に講演		0155-59-2809	0155-59-2809		1006298
4	和田 道子 (わだみちこ)	源氏物語・平安文学の講義、講演。		0155-36-0767	0155-36-0767		1006321
5	池添 博彦 (いけぞえひろひこ)	言葉の不思議、外来語について、人生の楽しみ、明るく生きる、cenrenarian (百歳)を生きる、夢と愉しみで豊かに暮らす	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目11-29	0155-35-1925			1006322
6	南 正彦 (みなみまさひこ)	詩吟(漢詩、短歌、和歌、俳句)、発声法の指導	〒080-0838 帯広市大空町5丁目14-12	0155-48-1917	0155-48-1917		1006361
7	山中 幸高(岳剛) (やまなかゆきたか(が くごう))	漢詩、和歌、俳句、俳諧歌、古文、今様等の吟詠指導	〒080-0026 帯広市西16条南4丁目19-12	0155-41-3188	0155-41-3188	gakugou1934@sof tbank.ne.jp	1006390
8	水野 有子 (みずのゆうこ)	アニメーション、ビブリオバトル、ブックトークなど様々な方法で絵本と触れあう 機会を創出します。あらゆる世代が享受することのできる絵本の可能性を追求 し、"地域全体の絵本フリーク化"を目指します!	帯広大谷短期大学附属図書館 〒080-0335 河東郡音更町希望が丘3	0155-42-4444	0155-42-4499	mizuno@oojc.ac.j p	1006433

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
9	杉山 絵理 (すぎやまえり)	やさしい日本語講座を学んでみませんか? ①やさしい日本語の基礎知識 ②外国人に伝わる日本語 ③やさしい日本語～防災・観光・学校・行政～(場面設定可能)	杉山プロデュース 〒080-0104 河東郡音更町新通11-4-35		0155-32-4750	sugiko.eri@gmail.com	1006434
10	山中 岳帥 (やまなかがすい)	詩吟指導、青少年健全育成、町内会の地域活動、学校支援、郷土史	〒080-0026 帯広市西16条南4丁目19番12号	0155-41-3188	0155-41-3188	gakusui1963@yahoo.co.jp	1008491
11	川田 岳紫 (かわたがくし)	詩吟(漢詩絶句・漢詩律詩・和歌・俳句など)、町内会活動	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目7-5	0155-24-8569	0155-24-8569		1009538
12	川合 一壽 (かわいかずとし)	漢詩、和歌(短歌)、俳句、俳諧歌、現代詩などの吟詠を通して芸術としての詩吟(吟詠)を、また生涯学習の一環として作者や作詩当時の時代背景に触れ総合的に学習します。	〒080-0811 北海道帯広市東11条南9丁目1 市民活動プラザ六中	0155-22-8777	0155-22-8777	sigin@tokatigakuhoukai.com	1009543
13	橋本 岳詔 (はしもとがくしょう)	詩吟(漢詩絶句・漢詩律詩・和歌・俳句)	〒080-0041 帯広市西11条北3丁目1-15	0155-35-0307	0155-35-0307		1009544
14	秦 公一 (はたこういち)	コミュニケーション力の向上(コーチングの「傾聴・質問・承認・フィードバック」などのスキルの習得)、『論語』の章句を読みながら、実生活に活かしていく研修(いわゆる「論語塾」のようなイメージです)		0155-65-4192 (生涯学習文化課)			1012144

## 手話

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	帯広ろう者協会 (おびひろろうしゃきょうかい)	・手話(入門) ・手話(基礎) ※聴覚障害者団体のため、必ずF A Xでご連絡ください。	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目9-1 帯広市グリーンプラザ内		0155-23-6101		1006408

## 情報技術・パソコン

No.	氏名(しめい)	指導内容	住所	電話番号	F A X	メールアドレス	ページ番号
1	小林 友美 (こばやしともみ)	SNSやインターネットの適正な利用について(インターネットリテラシー)、PCを使ったチラシ・年賀状等作成講座・表計算講座、ホームページ作成に関する講座				siteseeds@gmail.com	1006337