

生涯学習指導者情報

● 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、大きく16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します。
なお、連絡先非公開の指導者につきましては、帯広市教育委員会生涯学習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されています。
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。

お問合せ先

帯広市教育委員会 生涯学習部 生涯学習課

〒080-8670 帯広市西5条南7丁目1番地

電話 (0155) - 65 - 4192

FAX (0155) - 23 - 6142

目次 (ジャンル別)

教育
P.1

福祉
P.2～3

食
P.3

生活
P.3～4

教養
P.4～6

健康
P.6～8

スポーツ
P.9～10

歴史
P.10

文化
P.11～12

音楽
P.12～13

美術
P.13～14

技術
P.14～15

ものづくり
P.15～16

情報処理
P.16

外国語
P.16

趣味
P.17～18

五十音順人物索引

【あ】

秋葉 修考・・・4、11
阿部 理加・・・2、3、6
天野 和幸・・・1、4、9
荒井 千恵子・・・14、15、17
荒田 裕樹・・・4、11、15
有岡 秀・・・2、6、9
有本 智子・・・4、11、13

【い】

飯田 句美・・・2、13、17
五十嵐 龍夫・・・1、4、11
池添 博彦・・・4、6、11
磯山 恵・・・14、15、17
一條 仁美・・・6、9
伊藤 郁子・・・6、13
井上 享子・・・13、15、17
猪俣 壽子・・・4、11、13
今泉 晃子・・・1、3、15
今村 恭子・・・14、15、17
岩崎 ゆう子・・・13、15、17
岩野 久美子・・・11、12

【う】

後村 光義・・・3、11
内海 徳子・・・6、9
内杉 早苗・・・6、9

【え】

餌取 利行・・・6、9
蝦名 祝子・・・6、9、17

【お】

及川 孝子・・・3、6
大海 留美子・・・13、15
大浦 則世・・・6、9
大江 徹・・・2、6
大谷 忠彦・・・11、12

岡崎 智鶴子・・・13、15、17
岡田 さとみ・・・3、13、17
岡原 麻恵・・・11、12、17
小川 芳勝・・・7、9
奥村 喜実・・・7、12、17
小澤 眞了・・・1、4
小田 徹・・・13、15、17
小野寺 実・・・4、17
(株)帯広公益社・・・3、4
帯広ろう者協会・・・1、2、5

【か】

角島 あさみ・・・2、7、17
鹿嶋 菜々子・・・7、9
柏田 美佐子・・・13、14、17
角谷 巍啓・・・9
金澤 清・・・7、9
兼子 久美・・・3、5
金子 輝和・・・13、14、15
加納 溪村・・・5、13
鎌田 利道・・・2、5、9
鎌田 博文・・・13、15
上島 由佳・・・2、7、17
河江 将司・・・7、9、14
川尻 れえ子・・・7、15、17
川村 悦子・・・9

【き】

岸 泉・・・1、2、7
北本 善一・・・13、15、17
貴戸 幸恵・・・2、9、17

【く】

葛谷 和博・・・5、11、13
窪田 稔・・・1、7、14
久保田 弥寿雄・・・5、10、11
九本 栄一・・・11、12
倉部 幸雄・・・3、7

【こ】

小泉 恵理・・・3、7
 小林 千修・・・3、5
 小林 友美・・・3、5、16
 小林 信之・・・2、3、5
 小林 秀子・・・7、9
 小山 朋美・・・12、17
 小山 真由子・・・13、15、17
 今野 章子・・・5、11
 今野 聖子・・・7、9
 紺野 眞智子・・・3、7、14

【さ】

斉藤 由美・・・13、15
 坂本 和昭・・・2、7、17
 作田 克博・・・7、9
 佐々木 修一・・・11、17
 佐々木 正一・・・7、9
 佐々木 祥子・・・1、2、7
 笹渕 芳昭・・・2、12
 佐藤 昭光・・・1、3、5
 佐藤 良政・・・2、7、17
 佐原 淳子・・・11、13、17
 澤木 勵作・・・9、13、15

【し】

七條 絵里香・・・5、11
 清水 のりえ・・・3、7、18
 城田 義治・・・7、9、14
 新宮 正久・・・5、11

【す】

水藤 恒彦・・・4、5
 杉山 美恵子・・・7、9
 鈴木 景優・・・5、10、11
 鈴木 富夫（八駟郎）・・・5、10、11
 鈴木 仁・・・2、7
 鈴木 政昭・・・2、4、5

【そ】

荘田 紀一・・・7、9
 曾我 みどり・・・5、11、13

【た】

高田 勲・・・4、7
 高田 絹代・・・14、16、18
 田中 英一・・・5、14、18
 谷津 奈緒・・・16、18

【ち】

千葉 裕子・・・8、9

【つ】

梅安 信子・・・3、4、11
 津島 民子・・・1、14、16
 對馬 博・・・1、5、8

【ち】

手塚 順子・・・1、4、5

【と】

時田 則雄・・・5、11
 徳江 孝一・・・2、4、5
 徳尾 敦子・・・1、5、14
 戸倉 沙智・・・1、8
 外崎 馨・・・2、8、10

【な】

長尾 崇人・・・12、18
 長岡 修次・・・8、10
 中川 たま・・・8、10
 中島 亜希子・・・16
 長縄 史子・・・1、14
 中野 尊仁・・・2、4、5
 中村 幸子・・・16
 中谷 茂弘・・・11、14、16

【に】

新津 有輝子・・・2、8、10
 仁平 カヨ・・・6、11、14

【は】

長谷川 美佐子・・・8、10
 浜名 カオリ・・・16、18
 早川 靖志・・・4、6
 林 紀恵・・・6、12
 原田 龍一・・・8、10、15

【ひ】

東 悠風太・・・12、18
 樋渡 康・・・1、2

【ふ】

福原 ふさ代・・・8、10
 藤井 美穂・・・8、10
 藤間 紀代治・・・10、12
 船津 三四郎・・・4、8
 古家 仙智・・・14、15、16

【ほ】

保科 真緒里・・・2、8、10
 細川 善正・・・8、10、18
 本田 佳子・・・1、2、8
 本田 富美子・・・2、16、18
 本保 光代・・・16

【ま】

前田 栄・・・14、15、16
 松井 香織・・・4、6
 松井 英成・・・16
 松崎 治幸・・・4、6、12
 松田 信幸・・・14、16、18
 松村 秀明・・・1、12、16
 松山 千紘・・・12
 丸山 久美子・・・1、6、15

【み】

三浦 将宏・・・16、18
 三浦 由紀子・・・15、16、18
 右田 順子・・・14、16、18
 南 正彦・・・8、12
 宮永 真智子・・・13、18

【む】

向 由紀子・・・6、12
 村上 博子・・・8、14
 村田 歩・・・3、10、12
 村田 ナホ・・・3、4、12
 村田 博・・・8、10

【も】

元谷 恵美・・・3、8、18
 盛川 由美子・・・3、8

【や】

安江 翠泉・・・6、12、14
 山口 静江・・・14、15、16
 山口 正雲・・・1、6
 山口 博子・・・8、10
 山崎 民子・・・3、8
 山崎 富士夫・・・1、3
 山崎 増美・・・1、4、6
 山下 清子・・・8、10
 山下 諒介・・・8、10
 山中 幸高(岳剛)・・・6、12、13

【よ】

横山 真弓・・・4、16、18

【わ】

若杉 優子・・・14、15、16
 若月 好次・・・8、10
 和光 憂人・・・13、18
 和田 道子・・・6、10、12
 渡部 将紀・・・3、16

帯広市指導者名簿(ジャンル別・50音順)

「教育」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
天野 和幸	あまの としゆき	(1)おはなし・絵本・紙芝居、童話のすすめとその実践。 (2)幼児教育(幼稚園情報)人格形成に重要な幼児期の子育て。 (3)老若男女、アーチエリーのすすめ。	〒080-0026 帯広市西16条南28丁目3 つくし幼稚園	0155-48-3663	0155-48-3663	
五十嵐 龍夫	いがらし たつお	国際化、国際理解、国際協力について情報を提供	〒080-0810 帯広市東10条南18丁目7-36	0155-66-4897	0155-66-4897	igarashi.tatsuo@friends.jica.go.jp (H30.7.15まで)
今泉 晃子	いまいず み てるこ	家庭料理・ハーブを使っての料理、簡単デザート作り、アクセサリー制作(ピアス・ネックレス・サンキャッチャー・ブレスレット等)、アンガーマネジメントキッズ講座、TCカラーセラピスト育成		0155-66-6389	0155-66-6389	comono1teru@yahoo.co.jp
小澤 真了	おざわ しんりょう	講話、講演。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目114 勝興寺	0155-37-2037	0155-37-2063	
帯広ろう者協会	おびひろろ うしやきよ かい	(1)手話(入門) (2)手話(基礎) ※聴覚障害者団体のため、必ずFAXでご連絡ください。構成員22名在籍。	〒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	
岸 泉	きし いずみ	色彩心理学を基盤に色彩を扱ったワークを楽しみながら行うことを通じて、心の健康を保つやり方を身につけて、それを生活に生かして、私らしく生きていく心理支援活動を行います。		0155-47-0149	0155-47-0149	kishi.cpt@gmail.com
窪田 稔	くぼた みのる	(1)高齢社会における中高年の生がい作り、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。ポイストレーニング他。		090-5951-3172		pazuru-houki@krc.biglobe.ne.jp
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」をテーマに活動をしています。企業研修・メンタルトレーニング・各種講演(不登校・発達・虐待・子育て・ストレスマネジメント・居場所の必要性など)・メディカルアロマ講座等	名称「心のサロンSmiley(事務機のささきメンタル事業部)」	090-1385-7640	0155-43-4002	kazukuya.sasaki.sk6@gmail.com
佐藤 昭光	さとう てるみつ	(1)大学の通信教育、預貯金、株式投資、子どもの教育、婚礼等。 (2)病氣・怪我の挫折克服(自信を持つこと)。 (3)周囲・日本・世界の動きに自分らしい多様な提言内容を持つこと等。		0155-34-5002		
津島 民子	つしま たみこ	小学生から高齢者まで、楽しい絵手紙の描き方を指導します。絵手紙に出会って30年、80年の人生体験を通して「生きる喜び」をお話します。	〒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
對馬 博	つしま ひろし	他人の前でも楽に話ができるようになるための講義。生涯健康で明るい自分をつくるための講義。		0155-21-0066	0155-21-0066	
手塚 順子	てづか じゆんこ	・町内・地域に根ざした防災の講座。防災についてゲーム形式で共に考える ・幼児の安全法指導(日本赤十字社指導員) ・AED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		
徳尾 敦子	とくお あつこ	ペアやグループになり、話をしたり聴いたり、また、ロールプレイをすることで、コミュニケーションスキルを身につけていきます。	〒080-0017 帯広市西7条南24丁目129番地	0155-23-7673	0155-23-7673	
戸倉 沙智	とくら さち	0歳から100歳以上の方々の健康に関する環境、食、運動etc.でどのように生活をしていくのが良いかの指導です。		0155-22-7338	0155-22-7338	
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@gmail.com
樋渡 康	ひわたし やすし	青少年育成、町内会等の地域活動、学校支援、老人クラブ活動、生涯学習	〒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
本田 佳子	ほんだ よしこ	(1)3歳～高齢者までの/パト・レクリエーション。 (2)頭のいい子を育てるには等。乳児～高校生年代までの教える教育から共に育つ共育を実例を交えて。		0155-47-1153	0155-48-2028	
松村 秀明	まつむら ひであき	・スペイン語 ・ポリビアなどの国際理解授業		080-5720-3176		hidecamba@hotmail.com
丸山 久美子	まるやま くみこ	(1)マナーの基本から応用 (2)子育てに生かせるマナー (3)マナーからはじめるコミュニケーション		0155-34-0486	0155-34-0486	
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 (生涯学習課)		
山崎 富士夫	やまざき ふじお	主に知的障害児(者)の教育及び福祉に関して。	〒080-2475 帯広市西25条南3丁目48番地4	0155-37-1562	0155-37-1562	
山崎 増美	やまざき ますみ	小学生のお金教育、終括講座、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



「福祉」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
阿部 理加	あべりか	・インド式ヘッドケア「チャンピサージ」を取り入れた、頭部ケア講座 ・自分自身に触れることで日頃の疲れを癒す「セルフチャンピ入門講座」 ・触れてもらう事の気持ちよさ、大切さを知る「ヘッドケア入門講座」	〒080-0805 帯広市東5条南14丁目1-13	0155-23-2500	0155-23-2501	
有岡 秀	ありおかしげる	(1)デンマーク体操(基本・手具・ジャズ体操) (2)介護予防のための筋力アップ体操、転倒骨折予防体操 (3)各種健康体操	〒080-0838 帯広市大空町7-14-9	090-2071-9158		s.arioka753@gmail.com
飯田 句美	いいだくみ	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。	帯広市西19条南3丁目	090-6262-6411	0155-41-1225	
大江 徹	おおえとあ	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	
帯広ろう者協会	おびひろろうしゃきょうかい	(1)手話(入門) (2)手話(基礎) ※聴覚障害者団体のため、必ずFAXでご連絡ください。構成員22名在籍。	〒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	
角島 あさみ	かくはたあさみ	子どもから高齢者を対象とし、目的に応じたヨガ、ラジヨガの指導。骨盤底筋群を引き上げ、尿漏れなどを改善する「ひめトレ」の指導。		050-5316-9912		amiyogadesign@gmail.com
鎌田 利道	かまだとしみち	(1)サイクリング・MTB・海外サイクリング、体力基礎トレーニング等実践。 (2)終末期と尊厳死について (3)保護司の経験から家庭に於ける親と子問題に関して、その悩みを考える。	〒080-0807 帯広市東7条南4丁目1番地 鎌田輪業有限会社	090-8429-3050	0155-25-0124	toshimichi@f1.octv.ne.jp
上島 由佳	かみしまゆか	腰痛改善予防エクササイズ・拘縮改善予防のための機能改善エクササイズ、心身不調のためのヨーガ、マニティヨーガ、高齢者向けシニアエクササイズ、背骨コンディショニング等				wellbeing.studio2003@gmail.com
岸 泉	きしいずみ	色彩心理学を基盤に色彩を扱ったワークを楽しみながら行うことを通じて、心の健康を保つやり方を身につけて、それを生活に生かして、私らしく生きていく心理支援活動を行います。		0155-47-0149	0155-47-0149	kishi.cpt@gmail.com
貴戸 幸恵	きとゆきえ	色々なジャンルの曲に合わせて、指導者の説明で誰もが踊りを楽しむ事ができます。レクリエーションダンスで明るく楽しい生活を目標にして生涯スポーツ社会の一端として皆で輪を作ります。資格も取れます		090-5079-0826	0155-34-1003	
小林 信之	こばやし のぶゆき	「住宅・不動産の利活用と福祉住環境のあれこれ」、「知っておきたい！相続・贈与・成年後見の基礎知識」、「空家問題～私の実家はどうか？」	〒082-0015 茅野町東5条5丁目2番地1	0155-62-7100 (自宅)		grandis@aioros.ocn.ne.jp
坂本 和昭	さかもとかずあき	スライハンドマジック 仕掛けの無い身近なものを使用して、テクニックで見せる指先のマジック。		0155-22-0132	0155-22-0137	kazchan@axel.ocn.ne.jp
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」をテーマに活動をしています。企業研修・メンタルトレーニング・各種講演(不登校・発達・虐待・子育て・ストレスマネジメント・居場所の必要性など)・メディカルアロマ講座等	名称「心のサロンSmiley(事務機のささきメンタル事業部)」	090-1385-7640	0155-43-4002	kazokuya.sasaki.sk6@gmail.com
笹淵 芳昭	ささぶちよしあき	昭和歌謡を皆で歌うオカリナコンサートの実施(オカリナとギターのデュオ)1回の演奏曲数18曲前後(うち4曲前後ハーモニカ演奏)、1時間程度の演奏、事前に提供する歌詞カード原稿により歌唱集を作成していただきます	〒080-0862 帯広市南の森西3丁目2番2号	0155-48-2684	0155-48-2684	sh7d76@bma.biglobe.ne.jp
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	
鈴木 仁	すずきひとし	パラリンピックの正式種目ボッチャの指導、レクリエーションとしてのボッチャの指導。障がいの有無にとらわれないスポーツとしてのボッチャの指導。		050-3740-4283		qwb00716@f1.octv.ne.jp
鈴木 政昭	すずきまさあき	相続等に関する知識、後見(成年・未成年を問わず)に関する知識、終活にまつわる様々な情報や知識をお伝えします。皆さんとともに学び「未来の安心と笑顔」につながればと思います。	〒080-0019 帯広市西9条南40丁目2番6号	0155-66-9247		info@t-4you.whitesnow.jp
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
外崎 馨	とのかさかおる	ビューティーレッスン、ヨガ、ピラティス、太極舞(タイチーダンス)、フィジカルトレーニング 個々の相談に応じながら、健康と心身の美しさを目指します。				fitness_comfort_kao@yahoo.co.jp
中野 尊仁	なかのたかひと	セミナー(相続、遺言書作成)	〒080-0015 帯広市西5条南24丁目7-1	0155-22-0033	0155-22-0034	t.nakano.88@icloud.com
新津 有輝子	にいつゆきこ	太極拳の楽しさや魅力を伝えるとともに、技術向上を目指します。障害を持った方にもぜひ参加を。ラジオ体操や健康体操も、各場所に向向って行っております。	〒089-0091 池田町東1条20番地	090-8899-4743	01557-2-8577	
樋渡 康	ひわたしやすし	青少年育成、町内会等の地域活動、学校支援、老人クラブ活動、生涯学習	〒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
保科 真緒里	ほしなさおり	(1)フィットネス全般の指導(幼児～高齢者まで) (2)シナプソロジー(脳トレ)の指導 (3)それに伴う講演会活動		090-6993-2380		sorairo.happiness@gmail.com
本田 富美子	ほんだふみこ	折紙と創作和紙人形について、人数・年齢や経験等を考慮し、初級から中級程度の作品(平面や立体)の指導。	〒080-0027 帯広市西17条南36丁目3-7	0155-47-3454	0155-47-3454	
本田 佳子	ほんだよしこ	(1)3歳～高齢者までのパタン・レクリエーション。 (2)頭の良い子を育てるには等。乳児～高校生年代までの教える教育から共に育つ共育を実例を交えて。		0155-47-1153	0155-48-2028	

「福祉」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
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4丁目56番地	0157-61-0957	0157-61-3326	polaris.keiri@outlook.jp
盛川 由美子	もりかわゆみこ	高齢者の介護予防運動と指導		080-5599-6290		totoro.kurosuke.0524@docomo.ne.jp
山崎 富士夫	やまざきふじお	主に知的障害児(者)の教育及び福祉に関して。	〒080-2475 帯広市西25条南3丁目48番地4	0155-37-1562	0155-37-1562	

「食」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
今泉 晃子	いまいずみてるこ	家庭料理・ハーブを使っの料理、簡単デザート作り、アクセサリ制作(ピアス・ネックレス・サンキャッチャー・プレスレット等)、アンガーマネジメントキッズ講座、TCカラーセラピー育成		0155-66-6389	0155-66-6389	comono1teru@yahoo.co.jp
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学園	0155-35-1322	0155-35-1322	
及川 孝子	おいかわたかこ	初心者対象の家庭料理。地場産品の食材を中心とした料理。食事バランスを大切に、生活習慣病予防の食事作りを目指す。	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目2-3	0155-34-5658	0155-34-5658	
岡田 さとみ	おかださとみ	(1)押し花、プリザーブドフラワー、ドライフラワーのアレンジなど。 (2)カリグラフィー、クラフト、ペーパービーズ、キャンドルなど。 (3)テーブルコーディネイト、薬膳料理		0155-26-0800		
梶安 信子	つがやすのぶこ	大豆生産地である地元の大豆を使い手作りの豆腐の実習、大豆の栄養価などを紹介しています	〒080-0020 帯広市西10条南9丁目5-5	0155-21-1121		
村田 歩	むらたあゆみ	食に関する歴史・文化・安全安心等		0155-48-4469	0155-48-4469	
村田 ナホ	むらたなほ	食に関する講演会、献立作成講話、一般家庭料理、十勝郷土料理、子どもの料理教室、企業向け料理研修、幼稚園親子料理教室「食の玉手箱」、防災食、ポリ袋で作るパン教室、ポリ袋で作る味噌教室(おから味噌など)	〒080-0024 帯広市西14条南29丁目1-5	0155-48-4469	0155-48-4469	
山崎 民子	やまざきたみこ	食生活全般 食品科学、食品栄養、栄養調理、薬膳		0155-25-9097	0155-25-9097	tymzk@m2.octv.ne.jp
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

「生活」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
阿部 理加	あべりか	・インド式ヘッドケア「チャンピサージ」を取り入れた、頭部ケア講座 ・自分自身に触れることで日頃の疲れを癒す「セルフチャンピ入門講座」 ・触れてもらう事の気持ちよさ、大切さを知る「ヘッドケア入門講座」	〒080-0805 帯広市東5条南14丁目1-13	0155-23-2500	0155-23-2501	
株式会社 帯広公益社	おびひろこうえきしゃ	葬儀に関する事項・葬儀費用・葬儀マナー・葬儀事情	〒080-0010 帯広市大通8丁目2番地 担当:羽田野 知昭	0155-24-1087	0155-24-1088	
兼子 久美	かねこくみ	片付けに関するセミナー教室(生前整理・実家の片付け・ファイリング・時短キッチン・クローゼット・子供を自立させる部屋作り・夢の叶え方等)、家庭生活相談会にてカウンセリング、個人宅・企業での片付けの実務作業	〒080-2472 帯広市西22条南3丁目17-9	090-6997-1078		kumi8940@gmail.com
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。		0155-35-5057		
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
小林 千修	こばやしちゆき	行政相談に関する講演(土地・建物・会社登記、相続手続、遺言・公正証書作成代行、裁判書類作成、測量設計)	〒080-0803 帯広市東4条南22丁目15	0155-23-5865	0155-25-3699	
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	〒080-0021 帯広市西11条南26丁目38-1	090-3291-9624		siteseeds@gmail.com
小林 信之	こばやしのぶゆき	「住宅・不動産の利活用と福祉住環境のあれこれ」、「知っておきたい！相続・贈与・成年後見の基礎知識」、「空家問題～私の実家はどうなる？」	〒082-0015 茅室町東5条5丁目2番地1	0155-62-7100		grandis@aioros.ocn.ne.jp
紺野 真智子	こんのまちこ	スキンケアセルフケアの方法と必要性 メイクセルフ、TPOに合わせた方法、カラー判定	〒080-0052 帯広市新町東9丁目16番地	0155-36-0306	0155-35-1900	
佐藤 昭光	さとうてるみつ	(1)大学の通信教育、預貯金、株式投資、子どもの教育、婚礼等。 (2)病氣・怪我の挫折克服(自信を持つこと)。 (3)周囲・日本・世界の動きに自分らしい多様な提言内容を持つこと等。		0155-34-5002		
清水 のりえ	しみずのりえ	(1)基本的なアロマセラピーの使いかた。ホームケアやライフスタイルの紹介。 (2)アロマ&ハーブで認知症対象講座 (3)ハーブの楽しみ方・使い方・作用、簡単アロマセラピーの作品作り	〒080-0016 帯広市西6条南10丁目51-2 1203号 東垣外様方	090-1649-4434	0155-22-2769	aroma@my-sweeten.com

「生活」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
水藤 恒彦	すいとう つねひこ	十勝帯広を襲う巨大地震にどう備えるか。火災から命を守る。安全への確立。		0155-23-2660	0155-23-2660	suitou@gray.plala.or.jp
鈴木 政昭	すずき まさあき	相続等に関する知識、後見(成年・未成年を問わず)に関する知識、終活にまつわる様々な情報や知識をお伝えします。皆さんとともに学び「未来の安心と笑顔」につながればと思います。	〒080-0019 帯広市西9条南40丁目2番6号	0155-66-9247		info@t-4you.whitesnow.jp
高田 勲	たかだ いさお	歯科 歯・口・顎領域の病気とその治療、健康の増進について。	〒080-0012 帯広市西2条南21丁目2	0155-24-8758	0155-25-1001	cosmodent-takada@hkg.odn.n.e.jp
梶安 信子	つがやす のぶこ	大豆生産地である地元の大豆を使い手作りの豆腐の実習、大豆の栄養価などを紹介しています	〒080-0020 帯広市西10条南9丁目5-5	0155-21-1121		
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。防災についてゲーム形式で共に考える ・幼児の安全法指導(日本赤十字社指導員) ・AED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		
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.n.e.jp
中野 尊仁	なかの たかひと	セミナー(相続、遺言書作成)	〒080-0015 帯広市西5条南24丁目7-1	0155-22-0033	0155-22-0034	t.nakano.88@icloud.com
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講座 (2)ファイナンシャルプランナーによるライフプラン講座	〒080-0317 音更町緑陽台仲区24番地7	090-9526-1687	0155-30-7737	yasuballoon@gmail.com
船津 三四郎	ふなつ さんしろう	歯科一般、矯正歯科、小児歯科、インプラント治療、顎関節症治療、口腔外科等歯科疾患の講演、歯磨き指導、顎関節症、咬み合わせ、喫煙とお口の健康、TCH対策、口呼吸を正しい鼻呼吸に直す「あいうべ体操」について	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目11-4	0155-25-1999	0155-22-1618	dent@f1.octv.ne.jp
松井 香織	まつい かおり	お片づけでより暮らしを楽しむためのお手伝いをしています。 自宅を公開して実際の暮らしを見ながらモノの持ち方・収納の仕方を学べる かおりcafé、新築時の収納スペースアドバイス等	〒080-0872 帯広市清流西2丁目20-1	090-6267-0110		kaori92599@gmail.com
松崎 治幸	まつざき はるゆき	ボランティアによる観光ガイド(海に関して)、尻尾町方面(黄金道路、潮干狩り等の案内)	〒080-0021 帯広市西11条南17丁目3-6	0155-24-3018		
村田 ナホ	むらた なほ	食に関する講演会、献立作成講話、一般家庭料理、十勝郷土料理、子どもの料理教室、企業向け料理研修、幼稚園親子料理教室「食の玉手箱」、防災食、ポリ袋で作るパン教室、ポリ袋で作る味噌教室(おから味噌など)	〒080-0024 帯広市西14条南29丁目1-5	0155-48-4469	0155-48-4469	
山崎 増美	やまざき ますみ	小学生のお金教育、終括講座、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
横山 真弓	よこやま まゆみ	(1)小学生でもできる、指あみ、魔法の一本針。 (2)一本の糸を編み上げる楽しい「伝統のニット」「ニットカフェ」で楽しく生活を (3)編物技術の資格を取れます。	〒089-1368 中札内村南常盤東4線285番地66	0155-68-3106		

「教養」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
秋葉 修孝	あきば のぶたか	聖書(キリスト教)に基づく死生学講座を通して、生きること、死ぬことについて共に考える。		0155-33-7335	0155-33-7335	
天野 和幸	あまの としゆき	(1)おはなし・絵本・紙芝居、童話のすすめとその実技。 (2)幼児教育(幼稚園情報)人格形成に重要な幼児期の子育て。 (3)老若男女、アーチェリーのすすめ。	〒080-0026 帯広市西16条南28丁目3 つくし幼稚園	0155-48-3663	0155-48-3663	
荒田 裕樹	あらた ゆうき	アイヌの木彫り、踊り等		0155-65-4192 (生涯学習課)		
有本 智子	ありもと ともこ	書道全般(毛筆～臨書・創作・大字書・調和体書・かな等) 同等の指導資格を持った夫がお手伝いする事も可能です		0155-34-2859	0155-34-2859	
五十嵐 龍夫	いがらし たつお	国際化、国際理解、国際協力について情報を提供	〒080-0810 帯広市東10条南18丁目7-36	0155-66-4897	0155-66-4897	igarashi.tatsuo@friends.jica.go.jp (H30.7.15まで)
池添 博彦	いけぞえ ひろひこ	(1)言葉について日本語(漢字、流行語等)、外国語(借用語、比較言語) (2)生命科学・生活科学について(健康、栄養、食生活、病気と免疫等) (3)文化人共存学について(人の暮らし、心と行動、姓名、神話)	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目11-29	0155-35-1925		
猪俣 壽子	いのまた ながこ	いけ花の基本花形から順次自由花形へ	〒080-0034 帯広市西4条北3丁目18番地	0155-23-4789	0155-23-4789	
小澤 真了	おざわ しんりょう	講話、講演。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目114 勝興寺	0155-37-2037	0155-37-2063	
小野寺 実	おのでら みのる	(1)初歩的なペン習字の指導 (2)初歩的な仮名書道の指導	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目2-14	0155-33-7124		
株式会社 帯広 公益社	おびひろ こうえき しゃ	葬儀に関する事項・葬儀費用・葬儀マナー・葬儀事情	〒080-0010 帯広市大通8丁目2番地 担当:羽田野 知昭	0155-24-1087	0155-24-1088	

「教養」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
帯広ろう者協会	おびひろろうしやきょうかい	(1)手話(入門) (2)手話(基礎) ※聴覚障害者団体のため、必ずFAXでご連絡ください。構成員22名在籍。	〒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	
兼子 久美	かねこくみ	片付けに関するセミナー教室(生前整理・実家の片付け・ファイリング・時短キッチン・クローゼット・子供を自立させる部屋作り・夢の叶え方等)、家庭生活相談会にてカウンセリング、個人宅・企業での片付けの実務作業	〒080-2472 帯広市西22条南3丁目17-9	090-6997-1078		kumi8940@gmail.com
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)初心者に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		
鎌田 利道	かまたとしみち	(1)サイクリング・MTB・海外サイクリング、体力基礎トレーニング等実践。 (2)終末期と尊厳死について (3)保護司の経験から家庭に於ける親と子問題に関して、その悩みを考える。	〒080-0807 帯広市東7条南4丁目1番地 鎌田輪業有限公司	090-8429-3050	0155-25-0124	toshimichi@f1.oct.v.ne.jp
葛谷 和博	くずたにかずひろ	漢字書道(古典臨書及び創作)		0155-65-4192 (生涯学習課)		
久保田 弥寿雄	くぼたやすお	子どもから大人・高齢の皆様と郷土史をはじめとする「地域を知る」ための学習会を手づくりで企画・支援します。	〒080-0814 帯広市東14条南5丁目1-13	0155-23-3576	0155-23-3576	
小林 千修	こばやしちさお	行政相談に関する講演(土地・建物・会社登記、相続手続、遺言・公正証書作成代行、裁判書類作成、測量設計)	〒080-0803 帯広市東4条南22丁目15	0155-23-5865	0155-25-3699	
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	〒080-0021 帯広市西11条南26丁目38-1	090-3291-9624		siteseeds@gmail.com
小林 信之	こばやしのぶゆき	「住宅・不動産の利活用と福祉住環境のあれこれ」、「知っておきたい!相続・贈与・成年後見の基礎知識」、「空家問題～私の実家はどうなる?」	〒082-0015 茅室町東5条5丁目2番地1	0155-62-7100 (自宅)		grandis@aioros.ocn.ne.jp
今野 章子	こんのあきこ	着物の着付け。基礎から礼正装の着付け。着付師の養成。		0155-34-8796		
佐藤 昭光	さとうてるみつ	(1)大学の通信教育、預貯金、株式投資、子どもの教育、婚礼等。 (2)病氣・怪我の挫折克服(自信を持つこと)。 (3)周囲・日本・世界の動きに自分らしい多様な提言内容を持つこと等。		0155-34-5002		
七條 絵里香	しちじょうえりか	書道		090-1387-7796		
新宮 正久	しんぐうまさひさ	(1)作家論 遠藤周作、曾野綾子、三浦綾子、椎名麟三。 (2)随筆、文章表現の指導。自分史、書き方の指導。	〒080-0028 帯広市西18条南5丁目15-8	0155-35-7100		
水藤 恒彦	すいどうつねひこ	十勝帯広を襲う巨大地震にどう備えるか。火災から命を守る。安全への確立。		0155-23-2660	0155-23-2660	suitou@gray.plala.or.jp
鈴木 景優	すずきけいゆう	(1)霊場のお参りの仕方や用意するものから心構えなどを解説 (2)現代の生活に役立つ法語を中心これからののお寺との関わり方のご提案 (3)お寺や法事に関する疑問を解き明かす機会の提供	〒080-0813 帯広市東13条南3丁目1-39	0155-65-4192 (生涯学習課)		
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		
鈴木 政昭	すずきまさあき	相続等に関する知識、後見(成年・未成年を問わず)に関する知識、終活にまつわる様々な情報や知識をお伝えします。皆さんとともに学び「未来の安心と笑顔」につながればと思います。	〒080-0019 帯広市西9条南40丁目2番6号	0155-66-9247		info@t-4you.whitesnow.jp
曾我 みどり	そがみどり	(1)華道、家庭生活と花。茶道、初心者のための茶道入門(裏千家)。 (2)書道、書道入門。 (3)フラワーデザイン、フラワーアレンジメントの基礎と応用。		0155-65-4192 (生涯学習課)		
田中 英一	たなかえいいち	絵画		0155-33-7821		
對馬 博	つしまひろし	他人の前でも楽に話ができるようになるための講義。生涯健康で明るい自分をつくるための講義。		0155-21-0066	0155-21-0066	
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。防災についてゲーム形式で共に考える ・幼児の安全法指導(日本赤十字社指導員) ・AED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		
時田 則雄	ときたのりお	農業と短歌の実践者としての立場から講演。		0155-59-2809	0155-59-2809	
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
徳尾 敦子	とくおあつこ	ペアやグループになり、話をしたり聴いたり、また、ロールプレイをすることで、コミュニケーションスキルを身につけていきます。	〒080-0017 帯広市西7条南24丁目129番地	0155-23-7673	0155-23-7673	
中野 尊仁	なかのたかひと	セミナー(相続、遺言書作成)	〒080-0015 帯広市西5条南24丁目7-1	0155-22-0033	0155-22-0034	t.nakano.88@icloud.com

「教養」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
仁平 カヨ	にたいら かよ	(1)裏千家 茶道の手前作法ルールを知り、日常生活を豊かに。(2)日本習字	〒080-2472 帯広市西22条南1丁目9-96	0155-37-5131	0155-37-5131	
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講座 (2)ファイナンシャルプランナーによるライフプラン講座	〒080-0317 音更町緑陽台仲区24番地7	090-9526-1687	0155-30-7737	yasuballoon@gmail.com
林 紀恵	はやし きよえ	初心者を対象に浴衣、着物の着付け。手結びでも、一人で着られるように指導。		080-1977-5714	0155-48-6962	
松井 香織	まつい かおり	お片づけでより暮らしを楽しむためのお手伝いをしています。 自宅を公開して実際の暮らしを見ながらモノの持ち方・収納の仕方を学べる かおりcafé、新築時の収納スペースアドバイス等	〒080-0872 帯広市清流西2丁目20-1	090-6267-0110		kaori92599@gmail.com
松崎 治幸	まつざき はるゆき	ボランティアによる観光ガイド(海に関して)、広尾町方面(黄金道路、潮干狩り等の案内)	〒080-0021 帯広市西11条南17丁目3-6	0155-24-3018		
丸山 久美子	まるやま くみこ	(1)マナーの基本から応用 (2)子育てに生かせるマナー (3)マナーからはじめるコミュニケーション		0155-34-0486	0155-34-0486	
向 由紀子	むかい ゆきこ	(1)着物着付け、浴衣・着物を鏡を見ずに一人で装着出来るよう指導 (2)マナー講習、マナー検定受講 (3)本の読み聞かせ	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目22-5	0155-36-0260	0155-36-0260	
安江 翠泉	やすえ ずいせん	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		0155-52-2619	0155-52-2619	
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つて、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 (生涯学習課)		
山崎 増美	やまざき ますみ	小学生のお金教育、終括講座、子育て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
山中 幸高 (岳剛)	やまなか ゆきたか (かくこう)	詩吟の指導(漢詩・俳句・俳諧歌・短歌・新体詩・近代詩・古文等の吟詠)		0155-35-0997	0155-35-0997	
和田 道子	わだ みちこ	「源氏物語」講義、講演。古典文学の講義。文学に表れた女性の姿、女性像の講義		0155-36-0767	0155-36-0767	

「健康」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
阿部 理加	あべ りか	・インド式ヘッドケア「チャンピサージ」を取り入れた、頭部ケア講座 ・自分自身に触れることで日頃の疲れを癒す「セルフチャンピサージ入門講座」 ・触れてもらう事の気持ちよさ、大切さを知る「ヘッドケア入門講座」	〒080-0805 帯広市東5条南14丁目1-13	0155-23-2500	0155-23-2501	
有岡 秀	ありおか しげる	(1)デンマーク体操(基本・手具・ジャズ体操) (2)介護予防のための筋力アップ体操、転倒骨折予防体操 (3)各種健康体操	〒080-0838 帯広市大空町7-14-9	090-2071-9158		s.arioka753@gmail.com
池添 博彦	いけぞえ ひろひこ	(1)言葉について日本語(漢字、流行語等)、外国語(借用語、比較言語) (2)生命科学・生活科学について(健康、栄養、食生活、病気と免疫等) (3)文化人共存学について(人の暮らし、心と行動、姓名、神話)	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目11-29	0155-35-1925		
一條 仁美	いちじょう ひとみ	正しく歩くことで、心身を整え、健康で更に美しく身体を作り変えるデュークズウォーク。エクササイズで免疫力アップ・代謝アップし、自律神経を整えます。男性の参加もOK！負担のない疲れにくい歩き方を指導致します。		090-1520-7235	0155-31-4984	tommy@dukeswalk.net
伊藤 郁子	いとう いくこ	(1)パーソナルカラー診断、カラーセラピー (2)パステル和(NAGOMI)アート (3)心理カウンセリング		0155-33-9432	0155-33-9432	
内海 徳子	うちうみ とくこ	ラジオ体操第一・ラジオ体操第二・みんなの体操	〒080-2471 帯広市西21条南3丁目24-14	0155-36-7366	0155-36-7366	
内杉 早苗	うちすぎ さなえ	ピラティスの動きを通して、無理・無駄のない身体の使い方、きれいな姿勢の保ち方、呼吸のメリットなどをお伝えしています。	〒080-0013 帯広市西3条南22丁目6番地	090-8824-2307		
餌取 利行	えとり としゆき	運動指導全般、水泳指導全般		0155-65-4192 (生涯学習課)		
蝦名 祝子	えびな のりこ	スピードスケート滑走の基本動作指導	〒080-0838 帯広市大空町4丁目1-10	090-6443-5695	0155-48-3800	
及川 孝子	おいかわ たかこ	初心者対象の家庭料理。地場産品の食材を中心とした料理。食事バランスを大切に、生活習慣病予防の食事作りを目指す。	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目2-3	0155-34-5658	0155-34-5658	
大浦 則世	おおうら のりよ	ストレッチ、エクササイズ、ダンススポーツ等	〒080-0012 帯広市西2条南32丁目42番地	0155-47-0021	0155-47-0021	baranokai@f1.ocn.ne.jp
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	

「健康」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
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
奥村 喜実	おくむら よしみ	継続した個人レッスン(10名以内、通年制30回、春休み、夏休みあり) 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。年間3曲を学ぶ。	〒080-0047 帯広市西17条北1丁目4-13	090-9510-8480	0155-35-5860	
角島 あさみ	かくはた あさみ	子どもから高齢者を対象とし、目的に応じたヨガ、ラジヨガの指導。骨盤底筋群を引き上げ、尿漏れなどを改善する「ひめトレ」の指導。		050-5316-9912		amiyogadesign@gmail.com
鹿嶋 菜々子	かしま ななこ	ピラティス、ジャズダンス		080-1875-2331		nanashima775@icloud.com
金澤 清	かなざわ きよし	フォークダンス&スクエアダンス	〒082-0018 芽室町東8条南5丁目3	0155-62-3157	0155-62-3157	kiyosifd@zpost.plala.or.jp
上島 由佳	かみしま ゆか	腰痛改善予防エクササイズ・拘縮改善予防のための機能改善エクササイズ、心身不調のためのヨーガ、マタニティヨーガ、高齢者向けシニアエクササイズ、背骨コンディショニング等				wellbeing.studio2003@gmail.com
河江 将司	かわえ まさし	身体コンディショニング ケガや故障の予防 競技のパフォーマンス向上	スポーツ・ラボEssence	080-1883-9728		essence.m.kawae@gmail.com
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
岸 泉	きし いずみ	色彩心理学を基盤に色彩を扱ったワークを楽しみながら行うことを通じて、心の健康を保つやり方を身につけて、それを生活に生かして、私らしく生きていく心理支援活動を行います。		0155-47-0149	0155-47-0149	kishi.cpt@gmail.com
窪田 稔	くぼた みのる	(1)高齢社会における中高年の生がい作り、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		pazuru-houki@krc.biglobe.ne.jp
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。		0155-35-5057		
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・家族などのスキんシップ講座。ヘッドマッサージ。		0155-27-2593	0155-27-2593	taikisou.eri@gmail.com
小林 秀子	こばやし ひでこ	(1)エアロビクス、ヨガピラティス、ヒップホップ、ズンバ、ラテンエアロビクス、ウェーブストレッチ、フットネスタイター、背骨コンディショニング。 (2)高齢者向運動教室、目的別運動指導(ボディビル・シェイプアップ等)。	〒080-0814 帯広市東14条南4丁目1-41	090-8900-4734		cmxsg338@f1.octv.ne.jp
今野 聖子	こんの せいこ	体育、運動指導		0155-65-4192 (生涯学習課)		
紺野 真智子	こんの まちこ	スキンケアーセルフケアの方法と必要性 メイクセルフ、TPOに合わせた方法、カラー判定	〒080-0052 帯広市新町東9丁目16番地	0155-36-0306	0155-35-1900	
坂本 和昭	さかもと かずあき	スライハンドマジック 仕掛けの無い身近なものを使用して、テクニックで見せる指先のマジック。		0155-22-0132	0155-22-0137	kazchan@axel.ocn.ne.jp
作田 克博	さくた かつひろ	ゴルゲートの指導	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目4-3	0155-94-3559	0155-24-2774	
佐々木 正一	ささき しょういち	(1)小学生のバレーボール指導。 (2)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		
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」をテーマに活動をしています。 企業研修・メンタルトレーニング・各種講演(不登校・発達・虐待・子育て・ストレスマネジメント・居場所の必要性など)・メディカルアロマ講座等	名称「心のサロンSmiley(事務務機のささきメンタル事業部)」	090-1385-7640	0155-43-4002	kazokuya.sasaki.sk6@gmail.com
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	
清水 のりえ	しみず のりえ	(1)基本的なアロマセラピーの使いかた。ホームケアやライフスタイルの紹介。 (2)アロマ&ハーブで認知症対象講座 (3)ハーブの楽しみ方・使い方・作用、簡単アロマセラピーの作品作り	〒080-0016 帯広市西6条南10丁目51-2 1203号 東垣外様方	090-1649-4434	0155-22-2769	aroma@my-sweeten.com
城田 義治	しろた よしはる	大東流合気柔術秘伝基本の技等本流の技を指導。	〒080-0026 帯広市西16条南2丁目2番6号	0155-34-3431	0155-34-3431	
杉山 美恵子	すぎやま みえこ	(1)気功(波動気功法)気の流れを整えて健康づくりをしています。 (2)メディカルヨーガ、心と体の健康づくり	〒080-0013 帯広市西3条南8丁目9-1 関ビル 2F	0155-25-0955	0155-25-0955	
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		qwb00716@f1.octv.ne.jp
荘田 紀一	そうだ きいち	野球(学童、中学生、高校生)		0155-65-4192 (生涯学習課)		
高田 勲	たかだ いさお	歯科 歯・口・顎領域の病気とその治療、健康の増進について。	〒080-0012 帯広市西2条南21丁目2	0155-24-8758	0155-25-1001	cosmodent-takada@hkg.odn.ne.jp

「健康」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
千葉 裕子	ちばひろこ	クラシックバレエの基本及び基本を使ったリズムダンス、クラシックバレエ、コンテンポラリーダンス等、バレエ、ストレッチ	〒080-0021 帯広市西11条南5丁目1番地22	090-6262-7464	0155-36-7470	hey.081421@ezweb.ne.jp
對馬 博	つしまひろし	他人の前でも楽に話ができるようになるための講義。生涯健康で明るい自分をつくるための講義。		0155-21-0066	0155-21-0066	
戸倉 沙智	とくらさち	0歳から100歳以上の方々の健康に関する環境、食、運動etc.でどのように生活をしていくのが良いかの指導です。		0155-22-7338	0155-22-7338	
外崎 馨	とのさきかおる	ビューティーレッスン、ヨガ、ピラティス、太極舞(タイチーダンス)、フィジカルトレーニング 個々の相談に応じながら、健康と心身の美しさを目指します。				fitness_comfort_kao@yahoo.co.jp
長岡 修次	ながおかしゅうじ	社交ダンス(ディスコ、マンボ、ジルバ、ブルース、ワルツ、タンゴ、クイック、スロー、ルンバ、チャチャチャ、ジャイブ、サンバ等)。ジュニアダンス。		0155-48-2278	0155-48-2278	naga@m2.octv.ne.jp
中川 たま	なかがわたま	初心者対象にした社交ダンス。	〒080-0015 帯広市西5条南13丁目 帯広ダンス教室	0155-22-5307	0155-22-5307	
新津 有輝子	にいづきこ	太極拳の楽しさや魅力を伝えるとともに、技術向上を目指します。障害を持った方にもぜひ参加を。ラジオ体操や健康体操も、各場所に向向いて行っております。	〒089-0091 池田町東1条20番地	090-8899-4743	01557-2-8577	
長谷川 美佐子	はせがわみさこ	ズンパフィットネス(ラテンリズムの簡単なダンスフィットネス)を指導。年齢や、運動レベルを考慮し、楽しく脂肪燃焼するレッスンをしています。又、骨盤底筋を鍛える「ひめトレ」は中高生に大人気です。		090-7514-4651		hasegawa_misako335@yahoo.co.jp
原田 龍一	はらだりゅういち	太極拳24式・48式・総合・楊式・呉式・剣・刀等初心者から上級者まで	〒080-0018 帯広市西8条南26丁目52	0155-22-6041	0155-22-6041	shifu56@f1.octv.ne.jp
福原 ふさ代	ふくはらふさよ	(1)ストレッチ体操、幼児の体力づくり。 (2)レクリエーション、ゲーム等。	〒080-0022 帯広市西12条南26丁目25番地3	0155-48-0322	0155-48-0322	
藤井 美穂	ふじいみほ	生理をヨガでコントロール、骨盤コンディショニングヨガ 骨盤底筋群を鍛え、尿漏れ防止や体幹が働きやすくなるひめトレ、正しいストレッチやからだの使い方を知り、傷害予防を行なう運動指導	〒080-0051 帯広市白樺16条西19丁目7	090-7584-3487		snowpeaksnoopy@gmail.com
船津 三四郎	ふなつさんしろう	歯科一般、矯正歯科、小児歯科、インプラント治療、顎関節症治療、口腔外科等歯科疾患の講演、歯磨き指導、顎関節症、咬み合わせ、喫煙とお口の健康、TCH対策、口呼吸を正しい鼻呼吸に直す「あいうべ体操」について	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目11-4	0155-25-1999	0155-22-1618	dent@f1.octv.ne.jp
保科 真緒里	ほしなさおり	(1)フィットネス全般の指導(幼児～高齢者まで) (2)シナプソロジー(脳トレ)の指導 (3)それに伴う講演会活動		090-6993-2380		sorairo.happiness@gmail.com
細川 善正	ほそかわよしただ	(1)吹矢の基本となる腹式呼吸法、所作の指導 (2)競技の指導	〒080-2473 帯広市西23条南4丁目37-18	080-3382-1306		zen.hoso0530@outlook.jp
本田 佳子	ほんだよしこ	(1)3歳～高齢者までのノタン・レクリエーション。 (2)頭の良い子を育てるには等。乳児～高校生年代までの教える教育から共に育つ共育を実例を交えて。		0155-47-1153	0155-48-2028	
南 正彦	みなみまさひこ	詩吟での腹式呼吸法、発声法、吟詠法で知識と実績で吟の向上、健康へ寄与し人格の向上へ通ず。(腹式呼吸法、発声法、吟詠法、それぞれでも可)	〒080-0838 帯広市大空町5丁目14-12	0155-48-1917	0155-48-1917	
村上 博子	むらかみひろこ	(1)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 (2)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
村田 博	むらたひろし	ノルディックウォーキング、クロスカントリースキー(歩くスキーorスケーティング)	〒080-0838 帯広市大空町5丁目11-2帯広クロスカントリースキークラブ	0155-48-0870		
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4丁目56番地	0157-61-0957	0157-61-3326	polaris.keiri@outlook.jp
盛川 由美子	もりかわゆみこ	高齢者の介護予防運動と指導		080-5599-6290		totoro.kurosuke.0524@docomo.ne.jp
山口 博子	やまぐちひろこ	身体は「骨盤」で支えられています。骨盤の安定が心を落ち着かせます。ヨーガのポーズで骨盤を安定させ心身の土台をつくります。骨盤から全身にエネルギーを循環出来る様な身体を目指しましょう。		0155-67-2153	0155-67-2153	snowcrane21@herb.ocn.ne.jp
山崎 民子	やまざきたみこ	食生活全般 食品科学、食品栄養、栄養調理、薬膳		0155-25-9097	0155-25-9097	tymzk@m2.octv.ne.jp
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		
山下 諒介	やましたりょうすけ	健康づくり運動		0155-65-4192 (生涯学習課)		
若月 好次	わかつきこうじ	テニスの指導。初めてラケットを握る方から上級者まで	〒080-0804 帯広市東4条南14丁目6	0155-25-5848	0155-25-4524	olta-bno4@tea.ocn.ne.jp

「スポーツ」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
天野 和幸	あまの としゆき	(1)おはなし・絵本・紙芝居、童話のすずめとその実技。 (2)幼児教育(幼稚園情報)人格形成に重要な幼児期の子育て。 (3)老若男女、アーチェリーのすずめ。	〒080-0026 帯広市西16条南28丁目3 つくし幼稚園	0155-48-3663	0155-48-3663	
有岡 秀	ありおか しげる	(1)デンマーク体操(基本・手具・ジャズ体操) (2)介護予防のための筋力アップ体操、転倒骨折予防体操 (3)各種健康体操	〒080-0838 帯広市大空町7-14-9	090-2071-9158		s.arioka753@gmail.com
一條 仁美	いちじょう ひとみ	正しく歩くことで、心身を整え、健康で更に美しく身体を作り変えるデューズウォーク。エクササイズで免疫力アップ・代謝アップし、自律神経を整えます。男性の参加もOK! 負担のない疲れにくい歩き方を指導致します。		090-1520-7235	0155-31-4984	tommy@dukeswalk.net
内海 徳子	うちうみ とくこ	ラジオ体操第一・ラジオ体操第二・みんなの体操	〒080-2471 帯広市西21条南3丁目24-14	0155-36-7366	0155-36-7366	
内杉 早苗	うちすぎ さなえ	ピラティスの動きを通して、無理・無駄のない身体の使い方、きれいな姿勢の保ち方、呼吸のメリットなどをお伝えしています。	〒080-0013 帯広市西3条南22丁目6番地	090-8824-2307		
餌取 利行	えとり としゆき	運動指導全般、水泳指導全般		0155-65-4192 (生涯学習課)		
蝦名 祝子	えびな のりこ	スピードスケート滑走の基本動作指導	〒080-0838 帯広市大空町4丁目1-10	090-6443-5695	0155-48-3800	
大浦 則世	おおうら のりよ	ストレッチ、エクササイズ、ダンススポーツ等	〒080-0012 帯広市西2条南32丁目42番地	0155-47-0021	0155-47-0021	baranokai@f1.ocn.ne.jp
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
鹿嶋 菜々子	かしま ななこ	ピラティス、ジャズダンス		080-1875-2331		nanashima775@icloud.com
角谷 巍啓	かどや たかふみ	バスケットボール		0155-21-3238	0155-21-3238	
金澤 清	かなざわ きよし	フォークダンス&スクエアダンス	〒082-0018 芽室町東8条南5丁目3	0155-62-3157	0155-62-3157	kiyosifd@zpost.plala.or.jp
鎌田 利道	かまだ としみち	(1)サイクリング・MTB・海外サイクリング、体力基礎トレーニング等実践。 (2)終末期と尊厳死について (3)保護司の経験から家庭に於ける親と子問題に関して、その悩みを考える。	〒080-0807 帯広市東7条南4丁目1番地 鎌田輪業株式会社	090-8429-3050	0155-25-0124	toshimichi@f1.ocv.ne.jp
河江 将司	かわえ まさし	身体のコンディショニング ケガや故障の予防 競技のパフォーマンス向上	スポーツ・ラボEssence	080-1883-9728		essence.m.kawae@gmail.com
川村 悦子	かわむら えつこ	バドミントン、初心者の指導。	〒080-2469 帯広市西19条南4丁目3-19	0155-36-3409	0155-36-3409	
貴戸 幸恵	きど ゆきえ	色々なジャンルの曲に合わせて、指導者の説明で誰もが踊りを楽しむ事ができます。レクリエーションダンスで明るく楽しい生活を目標にして生涯スポーツ社会の一端として皆で輪を作ります。資格も取れます		090-5079-0826	0155-34-1003	
小林 秀子	こばやし ひでこ	(1)エアロビクス、ヨガピラティス、ヒップホップ、ズンバ、ラテンエアロビクス、ウェーブストレッチ、フィットネスタイチー、背骨コンディショニング。 (2)高齢者向け運動教室、目的別運動指導(ボディビル・シェイプアップ等)。	〒080-0814 帯広市東14条南4丁目1-41	090-8900-4734		cmxsg338@f1.ocv.ne.jp
今野 聖子	こんの せいこ	体育、運動指導		0155-65-4192 (生涯学習課)		
作田 克博	さくた かつひろ	ゴルフの指導	〒080-0847 帯広市公園東町3丁目4-3	0155-94-3559	0155-24-2774	
佐々木 正一	ささき しょういち	(1)小学生のバレーボール指導。 (2)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		
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)水彫、道具(刃物)の使い方、制作方法。氷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	0155-33-8346	reisa75@gmail.com
城田 義治	しろた よしはる	大東流合気柔術秘伝基本の技等本流の技を指導。	〒080-0026 帯広市西16条南2丁目2番6号	0155-34-3431	0155-34-3431	
杉山 美恵子	すぎやま みえこ	(1)気功(波動気功法)気の流れを整えて健康づくりをしています。 (2)メディカルヨーガ、心と体の健康づくり	〒080-0013 帯広市西3条南8丁目9-1 関ビル 2F	0155-25-0955	0155-25-0955	
荘田 紀一	そうだ きいち	野球(学童、中学生、高校生)		0155-65-4192 (生涯学習課)		
千葉 裕子	ちば ひろこ	クラシックバレエの基本及び基本を使ったリズムダンス、クラシックバレエ、コンテンポラリーダンス等、バレエ、ストレッチ	〒080-0021 帯広市西11条南5丁目1番地22	090-6262-7464	0155-36-7470	hey.081421@ezweb.ne.jp

「スポーツ」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
外崎 馨	とのさき かおる	ビューティーレッスン、ヨガ、ピラティス、太極舞(タイチーダンス)、フィジカルトレーニング 個々の相談に応じながら、健康と心身の美しさを目指します。				fitness_comfort_k ao@yahoo.co.jp
長岡 修次	ながおか しゅうじ	社交ダンス(ディスコ、マンボ、ジルバ、ブルース、ワルツ、タンゴ、クイック、スロー、ルンバ、チャチャチャ、ジャイブ、サンバ等)。ジュニアダンス。		0155-48-2278	0155-48-2278	naga@m2.octv.ne.jp
中川 たま	なかがわ たま	初心者対象にした社交ダンス。	〒080-0015 帯広市西5条南13丁目 帯広ダンス教室	0155-22-5307	0155-22-5307	
新津 有輝子	にいっ ゆきこ	太極拳の楽しさや魅力を伝えるとともに、技術向上を目指します。障害を持った方にもぜひ参加を。ラジオ体操や健康体操も、各場所に出向いて行っております。	〒089-0091 池田町東1条20番地	090-8899-4743	01557-2-8577	
長谷川 美佐子	はせがわ みさこ	ズンバフィットネス(ラテンリズムの簡単なダンスフィットネス)を指導。年齢や、運動レベルを考慮し、楽しく脂肪燃焼するレッスンをしています。又、骨盤底筋を鍛える「ひめトレ」は中高生に大人気です。		090-7514-4651		hasegawa_misako 335@yahoo.co.jp
原田 龍一	はらだ りゅういち	太極拳24式・48式・総合・楊式・呉式・剣・刀等初心者から上級者まで	〒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
福原 ふさ代	ふくはら ふさよ	(1)ストレッチ体操、幼児の体づくり。 (2)レクリエーション、ゲーム等。	〒080-0022 帯広市西12条南26丁目25番地3	0155-48-0322	0155-48-0322	
藤井 美穂	ふじい みほ	生理をヨガでコントロール、骨盤コンディショニングヨガ 骨盤底筋群を鍛え、尿漏れ防止や体幹が働きやすくなるひめトレ、正しいストレッチやからだの使い方を知り、傷害予防を行なう運動指導	〒080-0051 帯広市白樺16条西19丁目7	090-7584-3487		snowpeaksnoopy @gmail.com
保科 真緒里	ほしな さおり	(1)フィットネス全般の指導(幼児～高齢者まで) (2)シナプソロジー(脳トレ)の指導 (3)それに伴う講演会活動		090-6993-2380		sorairo.happiness @gmail.com
細川 善正	ほそかわ よしただ	(1)吹矢の基本となる腹式呼吸法、所作の指導 (2)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
村田 博	むらた ひろし	ノルディックウォーキング、クロスカントリースキー(歩くスキーorスケーティング)	〒080-0838 帯広市大空町5丁目11-2帯広ク ロスカントリースキークラブ	0155-48-0870		
山口 博子	やまぐち ひろこ	身体は「骨盤」で支えられています。骨盤の安定が心を落ち着かせます。ヨーガのポーズで骨盤を安定させ心身の土台をつくれます。骨盤から全身にエネルギーを循環出来る様な身体を目指しましょう。		0155-67-2153	0155-67-2153	snowcrane21@he rb.ocn.ne.jp
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		
山下 諒介	やました りょうすけ	健康づくり運動		0155-65-4192 (生涯学習課)		
若月 好次	わかつき こうじ	テニスの指導。初めてラケットを握る方から上級者まで	〒080-0804 帯広市東4条南14丁目6	0155-25-5848	0155-25-4524	olta- bno4@tea.ocn.ne. jp

「歴史」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
久保田 弥寿雄	くぼた やすお	子どもから大人・高齢の皆様と郷土史をはじめとする「地域を知る」ための学習会を手づくりで企画・支援します。	〒080-0814 帯広市東14条南5丁目1-13	0155-23-3576	0155-23-3576	
鈴木 景優	すずき けいゆう	(1)霊場のお参りの仕方や用意するものから心構えなどを解説 (2)現代の生活に役立つ法話を中心にこれからののお寺との関わり方のご提案 (3)お寺や法事に関する疑問を解き明かす機会の提供	〒080-0813 帯広市東13条南3丁目1-39	0155-65-4192 (生涯学習課)		
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		
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 (生涯学習課)		
村田 歩	むらた あゆみ	食に関する歴史・文化・安全安心等		0155-48-4469	0155-48-4469	
和田 道子	わだ みちこ	「源氏物語」講義、講演。古典文学の講義。文学に表れた女性の姿、女性像の講義		0155-36-0767	0155-36-0767	



「文化」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
秋葉 修孝	あきばのふたか	聖書(キリスト教)に基づく死生学講座を通して、生きること、死ぬることについて共に考える。		0155-33-7335	0155-33-7335	
荒田 裕樹	あらたゆうき	アイヌの木彫り、踊り等		0155-65-4192 (生涯学習課)		
有本 智子	ありもとともこ	書道全般(毛筆～臨書・創作・大字書・調和体書・かな等) 同等の指導資格を持った夫がお手伝いする事も可能です		0155-34-2859	0155-34-2859	
五十嵐 龍夫	いがらしたつお	国際化、国際理解、国際協力について情報を提供	〒080-0810 帯広市東10条南18丁目7-36	0155-66-4897	0155-66-4897	igarashi.tatsuo@friends.jica.go.jp (H30.7.15まで)
池添 博彦	いけぞえひろひこ	(1)言葉について日本語(漢字、流行語等)、外国語(借用語、比較言語) (2)生命科学・生活科学について(健康、栄養、食生活、病気と免疫等) (3)文化人共存学について(人の暮らし、心と行動、姓名、神話)	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目11-29	0155-35-1925		
猪俣 壽子	いのまたながこ	いけ花の基本花形から順次自由花形へ	〒080-0034 帯広市西4条北3丁目18番地	0155-23-4789	0155-23-4789	
岩野 久美子	いわのくみこ	琴や三味線で子どもから大人まで知っている曲を弾きますので、初めてでもすぐ覚えて演奏することができます。		0155-48-4432	0155-48-7674	
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学園	0155-35-1322	0155-35-1322	
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。	〒080-0052 帯広市新町東4丁目1番地302	0155-34-7123	0155-34-7123	
岡原 麻恵	おかはらまえ	・吹奏楽合奏指導 ・クラリネット楽器指導		090-3602-0120		
葛谷 和博	くずたにかずひろ	漢字書道(古典臨書及び創作)		0155-65-4192 (生涯学習課)		
久保田 弥寿雄	くぼたやすお	子どもから大人・高齢の皆様と郷土史をはじめとする「地域を知る」ための学習会を手づくりで企画・支援します。	〒080-0814 帯広市東14条南5丁目1-13	0155-23-3576	0155-23-3576	
九本 栄一	くもとえいいち	民謡の実技指導。講演「郷土民謡とのかかわり」。創作民謡に関して。超高齢化社会に於ける高齢者の生きがいを知るために。		0155-56-4991		
今野 章子	こんのあきこ	着物の着付け。基礎から礼正装の着付け。着付師の養成。		0155-34-8796		
佐々木 修一	ささきしゅういち	園芸、観葉植物の育て方(花木、果樹など) 町内会、老人会などの少数の講演会	〒080-0024 帯広市西14条南14丁目12番地23	0155-27-0036	0155-27-0036	
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	
七條 絵里香	しちじょうえりか	書道		090-1387-7796		
新宮 正久	しんぐうまさひさ	(1)作家論 遠藤周作、曾野綾子、三浦綾子、椎名麟三。 (2)随筆、文章表現の指導。自分史、書き方の指導。	〒080-0028 帯広市西18条南5丁目15-8	0155-35-7100		
鈴木 景優	すずきけいゆう	(1)霊場のお参りの仕方や用意するものから心構えなどを解説 (2)現代の生活に役立つ法語を中心にこれからのお寺との関わり方のご提案 (3)お寺や法事に関する疑問を解き明かす機会の提供	〒080-0813 帯広市東13条南3丁目1-39	0155-65-4192 (生涯学習課)		
鈴木 富夫 (八駸郎)	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		
曾我 みどり	そがみどり	(1)華道、家庭生活と花。茶道、初心者のための茶道入門(裏千家)。 (2)書道、書道入門。 (3)フラワーデザイン、フラワーアレンジメントの基礎と応用。		0155-65-4192 (生涯学習課)		
梅安 信子	つがやすのぶこ	大豆生産地である地元の大豆を使い手作りの豆腐の実習、大豆の栄養価などを紹介しています	〒080-0020 帯広市西10条南9丁目5-5	0155-21-1121		
時田 則雄	ときたのりお	農業と短歌の実践者としての立場から講演。		0155-59-2809	0155-59-2809	
中谷 茂弘	なかやしげひろ	多色木版画小品(ハガキ版～4倍版) ①摺り体験=用意したハガキ版の作品を摺る。 ②実作=希望により2版(4色)～4版(6色)程度の作品を作成。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目110-5	0155-37-5527		
仁平 カヨ	にたいらかよ	(1)裏千家 茶道の手前作法ルールを知り、日常生活を豊かに。(2)日本習字	〒080-2472 帯広市西22条南1丁目9-96	0155-37-5131	0155-37-5131	

「文化」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
林 紀恵	はやしきよえ	初心者を対象に浴衣、着物の着付け。手結びでも、一人で着られるように指導。		080-1977-5714	0155-48-6962	
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 (生涯学習課)		
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 (生涯学習課)		
松崎 治幸	まつざきはるゆき	ボランティアによる観光ガイド(海に関して)、広尾町方面(黄金道路、潮干狩り等の案内)	〒080-0021 帯広市西11条南17丁目3-6	0155-24-3018		
松村 秀明	まつむらひであき	・スペイン語 ・ポリビアなどの国際理解授業		080-5720-3176		hidecamba@hotmail.com
松山 千紜	まつやまちひろ	吹奏楽、ピアノ、コーラス、発声等 希望する曲に応じて、個別に合わせた楽譜の作成可能。		090-3622-6413		jako_chihiro_musical@yahoo.co.jp
南 正彦	みなみまさひこ	詩吟での腹式呼吸法、発声法、吟詠法で知識と実績で吟の向上、健康へ寄与し人格の向上へ通ず。(腹式呼吸法、発声法、吟詠法、それぞれでも可)	〒080-0838 帯広市大空町5丁目14-12	0155-48-1917	0155-48-1917	
向 由紀子	むかいゆきこ	(1)着物着付け、浴衣・着物を鏡を見ずに一人で装着出来るよう指導 (2)マナー講習、マナー検定受講 (3)本の読み聞かせ	〒080-2470 帯広西20条南5丁目22-5	0155-36-0260	0155-36-0260	
村田 歩	むらたあゆみ	食に関する歴史・文化・安全安心等		0155-48-4469	0155-48-4469	
村田 ナホ	むらたなほ	食に関する講演会、献立作成講話、一般家庭料理、十勝郷土料理、子どもの料理教室、企業向け料理研修、幼稚園親子料理教室「食の玉手箱」、防災食、ポリ袋で作るパン教室、ポリ袋で作る味噌教室(おから味噌など)	〒080-0024 帯広市西14条南29丁目1-5	0155-48-4469	0155-48-4469	
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		0155-52-2619	0155-52-2619	
山中 幸高(岳剛)	やまなかゆきたか(がくごう)	詩吟の指導(漢詩・俳句・俳諧歌・短歌・新体詩・近代詩・古文等の吟詠)		0155-35-0997	0155-35-0997	
和田 道子	わだみちこ	「源氏物語」講義、講演。古典文学の講義。文学に表れた女性の姿、女性像の講義		0155-36-0767	0155-36-0767	

「音楽」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
岩野 久美子	いわのくみこ	琴や三味線で子どもから大人まで知っている曲を弾きますので、初めてでもすぐ覚えて演奏することができます。		0155-48-4432	0155-48-7674	
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。	〒080-0052 帯広市新町東4丁目1番地302	0155-34-7123	0155-34-7123	
岡原 麻恵	おかはらまえ	・吹奏楽合奏指導 ・クラリネット楽器指導		090-3602-0120		
奥村 喜実	おくむらよしみ	継続した個人レッスン(10名以内、通年制30回、春休み、夏休みあり) 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。年間3曲を学ぶ。	〒080-0047 帯広市西17条北1丁目4-13	090-9510-8480	0155-35-5860	
九本 栄一	くもとえいいち	民謡の実技指導。講演「郷土民謡とのかかわり」。創作民謡に関して。超高齢化社会に於ける高齢者の生きがいを知るために。		0155-56-4991		
小山 朋美	こやまともみ	クラリネット指導	〒080-0012 帯広市西11条南12丁目1-17 ビューライフ1112-3-B	080-1876-7951		tomoc106@docomo.ne.jp
笹淵 芳昭	ささぶちよしあき	昭和歌謡を皆で歌うオカリナコンサートの実施(オカリナとギターのデュオ) 1回の演奏曲数18曲前後(うち4曲前後ハーモニカ演奏)、1時間程度の演奏、事前に提供する歌詞カード原稿により歌唱集を作成していただきます	〒080-0862 帯広市南の森西3丁目2番2号	0155-48-2684	0155-48-2684	sh7d76@bma.biglobe.ne.jp
長尾 崇人	ながおたかひと	ピアノ演奏法、ソルフェージュ		080-4430-1963		
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 (生涯学習課)		
松山 千紜	まつやまちひろ	吹奏楽、ピアノ、コーラス、発声等 希望する曲に応じて、個別に合わせた楽譜の作成可能。		090-3622-6413		jako_chihiro_musical@yahoo.co.jp
南 正彦	みなみまさひこ	詩吟での腹式呼吸法、発声法、吟詠法で知識と実績で吟の向上、健康へ寄与し人格の向上へ通ず。(腹式呼吸法、発声法、吟詠法、それぞれでも可)	〒080-0838 帯広市大空町5丁目14-12	0155-48-1917	0155-48-1917	

「音楽」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
宮永 真智子	みやなが まちこ	オカリナ教室、帯広市民文化ホール、ベルデ教室、幕別百年記念ホール、茅室公民館、清水御影で教室を開催		0155-48-5107		
山中 幸高 (岳剛)	やまなか ゆきたか (かくごう)	詩吟の指導(漢詩・俳句・俳諧歌・短歌・新体詩・近代詩・古文等の吟詠)		0155-35-0997	0155-35-0997	
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 フジモビル508号	090-2568-9830		

「美術」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
有本 智子	ありもと ともこ	書道全般(毛筆～臨書・創作・大字書・調和体書・かな等)同等の指導資格を持った夫がお手伝いする事も可能です		0155-34-2859	0155-34-2859	
飯田 句美	いいだ 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。	帯広市西19条南3丁目	090-6262-6411	0155-41-1225	
伊藤 郁子	いとう いくこ	(1)パーソナルカラー診断、カラーセラピー (2)パステル和(NAGOMI)アート (3)心理カウンセリング		0155-33-9432	0155-33-9432	
井上 享子	いのうえ きょうこ	(1)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。大きいもの・・・ハンドバック、ショルダー、トートバック、小さいもの・・・小銭入れ、眼鏡ケース、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	0155-22-9580	0155-22-9580	
猪俣 壽子	いのまた ながこ	いけ花の基本花形から順次自由花形へ	〒080-0034 帯広市西4条北3丁目18番地	0155-23-4789	0155-23-4789	
岩崎 ゆう子	いわさき ゆうこ	ハガキにはり絵をする。	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目38-9	0155-35-4569		
大海 留美子	おおみ りみこ	絵手紙、はがきや巻紙等に絵や言葉が入った手紙	〒080-0838 帯広市大空町3丁目5-6	0155-48-8168		
岡崎 智鶴子	おかざき ちづこ	(1)デコパージュ・シャドーボックスやエッグアートも含まれます。 (2)化石などのレプリカ作り・2通りの方法が選べます。 (3)生花をその場で乾燥して植物標本やしおり作りなどを行います。		0155-35-9787	0155-35-9787	
岡田 さとみ	おかだ さとみ	(1)押し花、プリザーブドフラワー、ドライフラワーのアレンジなど。 (2)カリグラフィ、クラフト、ペーパービーズ、キャンドルなど。 (3)テーブルコーディネイト、薬膳料理		0155-26-0800		
小田 徹	おだ とおる	フラワーアレンジメント 初心者を中心にお花の楽しさ、おもしろさを基本から。フレッシュ、ドライ、押し花と切り花のアレンジメントは何でも。個人の個性を大切に作品作りを考える。みんなで一緒に楽しい時間を過ごす。		0155-36-8993	0155-36-8993	
柏田 美佐子	かしわだ みさこ	(1)ガラスリッツェン、ガラスを手で彫る。特殊なペンを使い、下書きをなぞって絵を描いていきます(道具貸出可)。 (2)ガラスリッツェン インストラクター取得コース		090-8898-9466		meek83@yahoo.co.jp
金子 輝和	かねこ てるかず	とんぼ玉製作体験講座、ガラスを溶かし「とんぼ玉」の製作体験を致します。初心者は簡単な模様から始まります	〒080-0026 帯広市西16条南5丁目27-16	090-9520-5576	0155-35-9077	glassponte@yahoo.co.jp
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		
鎌田 博文	かまだ ひろふみ	絵手紙講習	〒080-0803 帯広市東3条南9丁目14番地3	0155-22-3083		
北本 善一	きたもと ぜんいち	(1)イラスト・漫画の描き方、イラストを使ってコミュニケーション (2)自然の素材を使って工作 (3)自然の中での遊び方		090-1649-7166		zenchi@lapis.plaia.or.jp
葛谷 和博	かずたに かずひろ	漢字書道(古典臨書及び創作)		0155-65-4192 (生涯学習課)		
小山 真由子	こやま まゆこ	(1)幼児から高齢者まで、どなたにもできる美しい押し花の作り方。押し花を使った小物、額面の作り方。 (2)蔓、木の実などの自然の素材を使った立体作品の作り方。		090-5227-8623	0155-36-3997	
斉藤 由美	さいとう ゆみ	生花、ドライフラワー、プリザーブドフラワーなどを使用してフラワーデザインの楽しさを学んでもらう	〒089-0534 幕別町札内北町16番地14	0155-56-1466	0155-56-1466	hiko316@ff2.seikyoku.ne.jp
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	
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)水彫、道具(刃物)の使い方、制作方法。氷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	0155-33-8346	reisa75@gmail.com
曾我 みどり	そが みどり	(1)華道、家庭生活と花。茶道、初心者のための茶道入門(裏千家)。 (2)書道、書道入門。 (3)フラワーデザイン、フラワーアレンジメントの基礎と応用。		0155-65-4192 (生涯学習課)		

「美術」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
田中 英一	たなかえいいち	絵画		0155-33-7821		
津島 民子	つしまたみこ	小学生から高齢者まで、楽しい絵手紙の描き方を指導します。絵手紙に出会って30年、80年の人生体験を通して「生きる喜び」をお話します。	〒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
中谷 茂弘	なかやしげひろ	多色木版画小品(ハガキ版~4倍版) ①摺り体験-用意したハガキ版の作品を摺る。 ②実作-希望により2版(4色)~4版(6色)程度の作品を作成。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目110-5	0155-37-5527		
仁平 カヨ	にたいらかよ	(1)裏千家 茶道の手前作法ルールを知り、日常生活を豊かに。(2)日本習字	〒080-2472 帯広市西22条南1丁目9-96	0155-37-5131	0155-37-5131	
古家 仙智	ふるやせち	陶芸 手びねり、ロクロ成形。簡単に出来る焼き方。		0155-48-3856	0155-48-3856	
前田 栄	まえださかえ	(1)レーザークラフト 全般指導、資格修得指導。 (2)レーザークラフト 初心者から基礎から指導します。 (3)草木染、手織		080-5833-3563		
松田 信幸	まつだのぶゆき	(1)ステンシル・ステンシル版画の技法及び制作。 (2)切り紙工作技法及び制作(切り絵・切り紙) (3)紙工作全般の技法及び制作	〒080-2474 帯広市西24条南3丁目27-6	0155-37-3094		
右田 順子	みぎたじゅんこ	アレンジメントフラワーの基礎と応用(フレッシュ、プリザーブドフラワー)、クリスマスリース、メナわ作り	〒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
村上 博子	むらかみひろこ	(1)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 (2)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
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		0155-52-2619	0155-52-2619	
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		0155-23-4018	0155-23-4018	
若杉 優子	わかすぎゆうこ	(1)アクセサリ作り、アートクレイシルバー、プレモ(樹脂粘土)、ガラス、ビーズ、和紙、布等でアクセサリを作ります。 (2)手作り雑貨、ガラスアート、シルエットアート、押花等で小物を作ります。	〒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

「技術」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
荒井 千恵子	あらいちえこ	糸の色彩の組合せに初心者向けのステッチを刺しゅうし、ひと針一針完成への楽しさを味わえる指導をします。		0155-65-4192 (生涯学習課)		
磯山 恵	いそやまめぐみ	(1)レジンアクセサリ、ビーズアクセサリの制作。		090-6210-3480	0155-48-5638	
今村 恭子	いまむらやすこ	(1)羊毛を使ったニードルフェルトのオーナメント (2)羊毛を使ったペットボトルケース、ポーチの講習(要炊事場) (3)年齢に合わせた羊毛手芸	〒080-0019 帯広市西9条南31丁目12	050-3633-4371		info@feltworkzebra.com
柏田 美佐子	かしわだみさこ	(1)グラスリツェン、ガラスを手で彫る。特殊なペンを使い、下書きをなぞって絵を描いています(道具貸出可)。 (2)グラスリツェン インストラクター取得コース		090-8898-9466		meeek83@yahoo.co.jp
金子 輝和	かねこてるかず	とんぼ玉製作体験講座、ガラスを溶かし「とんぼ玉」の製作体験を致します。初心者は簡単な模様から始まります	〒080-0026 帯広市西16条南5丁目27-16	090-9520-5576	0155-35-9077	glassponte@yahoo.co.jp
河江 将司	かわえまさし	身体のコンディショニング ケガや故障の予防 競技のパフォーマンス向上	スポーツ・ラボEssence	080-1883-9728		essence.m.kawae@gmail.com
窪田 稔	くぼたみのる	(1)高齢社会における中高年の生がい作り、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		pazuru-houki@krc.biglobe.ne.jp
紺野 眞智子	こんのまちこ	スキンケア-セルフケアの方法と必要性 メイクセルフ、TPOに合わせた方法、カラー判定	〒080-0052 帯広市新町東9丁目16番地	0155-36-0306	0155-35-1900	
城田 義治	しろたよしはる	大東流合気柔術秘伝基本の技等本流の技を指導。	〒080-0026 帯広市西16条南2丁目2番6号	0155-34-3431	0155-34-3431	
高田 絹代	たかだきぬよ	アイヌししゅうを小物(コースター、ポシェット等)から本格的に着物、マエカケ等、コンテスト出品作品までを指導いたします。	〒080-0845 帯広市緑ヶ丘東通り西3番地	0155-21-1407		
徳尾 敦子	とくおあつこ	ペアやグループになり、話をしたり聴いたり、また、ロールプレイをすることで、コミュニケーションスキルを身につけていきます。	〒080-0017 帯広市西7条南24丁目129番地	0155-23-7673	0155-23-7673	
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@gmail.com

「技術」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
原田 龍一	はらだりゅういち	太極拳24式・48式・総合・楊式・呉式・剣・刀等初心者から上級者まで	〒080-0018 帯広市西8条南26丁目52	0155-22-6041	0155-22-6041	shifu56@f1.ocv.n e.jp
古家 仙智	ふるやせち	陶芸 手びねり、ロクロ成形。簡単に出来る焼き方。		0155-48-3856	0155-48-3856	
前田 栄	まえださかえ	(1)レーザークラフト 全般指導、資格修得指導。 (2)レーザークラフト 初心者から基礎から指導します。 (3)草木染、手織		080-5833-3563		
丸山 久美子	まるやまくみこ	(1)マナーの基本から応用 (2)子育てに生かせるマナー (3)マナーからはじめるコミュニケーション		0155-34-0486	0155-34-0486	
三浦 由紀子	みうらゆきこ	羊毛フェルトで小物作り、ヘンプ(麻)でアクセサリ作り、あみぐるみ作り		0155-36-3887	0155-36-3887	
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		0155-23-4018	0155-23-4018	
若杉 優子	わかすぎゆうこ	(1)アクセサリ作り、アートクレイシルバー、プレモ(樹脂粘土)、ガラス、ビーズ、和紙、布等でアクセサリを作ります。 (2)手作り雑貨、ガラスアート、シルエットアート、押花等で小物を作ります。	〒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@coc oa.plara.or.jp

「ものづくり」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
荒井 千恵子	あらいちえこ	糸の色彩の組合せに初心者向けのステッチを刺しゅうし、ひと針一針完成への楽しさを味わえる指導をします。		0155-65-4192 (生涯学習課)		
荒田 裕樹	あらかたゆうき	アイヌの木彫り、踊り等		0155-65-4192 (生涯学習課)		
磯山 恵	いそやまめぐみ	(1)レジンアクセサリ、ビーズアクセサリの制作。		090-6210-3480	0155-48-5638	
井上 享子	いのうえきょうこ	(1)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。 大きいもの・・・ハンドバック、ショルダー、トートバック、 小さいもの・・・小銭入れ、眼鏡ケース、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	0155-22-9580	0155-22-9580	
今泉 晃子	いまいずみてるこ	家庭料理・ハーブを使っての料理、簡単デザート作り、アクセサリ制作(ピアス・ネックレス・サンキャッチャー・プレスレット等)、アンガーマネジメントキッズ講座、TCカラーセラピスト育成		0155-66-6389	0155-66-6389	comono1teru@ya hoo.co.jp
今村 恭子	いまむらやすこ	(1)羊毛を使ったニードルフェルトのオーナメント (2)羊毛を使ったペットボトルケース、ポーチの講習(要炊事場) (3)年齢に合わせた羊毛手芸	〒080-0019 帯広市西9条南31丁目12	050-3633-4371		info@feltworkzebr a.com
岩崎 ゆう子	いわさきゆうこ	ハガキにはり絵をする。	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目38-9	0155-35-4569		
大海 留美子	おおうみりみこ	絵手紙、はがきや巻紙等に絵や言葉が入った手紙	〒080-0838 帯広市大空町3丁目5-6	0155-48-8168		
岡崎 智鶴子	おかざきちづこ	(1)デコパージュ・・・シャドーボックスやエッグアートも含まれます。 (2)化石などのレプリカ作り・・・2通りの方法が選べます。 (3)生花をその場で乾燥して植物標本やしおり作りなどをを行います。		0155-35-9787	0155-35-9787	
小田 徹	おだとおる	フラワーアレンジメント 初心者を中心にお花の楽しさ、おもしろさを基本から。フレッシュ、ドライ、押し花と切り花のアレンジメントは何でも。個人の個性を大切に作る作品作りを考える。みんなで一緒に楽しい時間を過ごす。		0155-36-8993	0155-36-8993	
金子 輝和	かねこてるかず	とんぼ玉製作体験講座、ガラスを溶かし「とんぼ玉」の製作体験を致します。初心者は簡単な模様から始めます	〒080-0026 帯広市西16条南5丁目27-16	090-9520-5576	0155-35-9077	glassponte@yaho o.co.jp
鎌田 博文	かまだひろふみ	絵手紙講習	〒080-0803 帯広市東3条南9丁目14番地3	0155-22-3083		
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
北本 善一	きたもとぜんいち	(1)イラスト・漫画の描き方、イラストを使ってコミュニケーション (2)自然の素材を使って工作 (3)自然の中での遊び方		090-1649-7166		zenchi@lapis.plaia .or.jp
小山 真由子	こやままゆこ	(1)幼児から高齢者まで、どなたにもできる美しい押し花の作り方。押し花を使った小物、額りの作り方。 (2)蔓、木の美などの自然の素材を使った立体作品の作り方。		090-5227-8623	0155-36-3997	
斉藤 由美	さいとうゆみ	生花、ドライフラワー、プリザーブドフラワーなどを使用してフラワーデザインの楽しさを学んでもらう	〒089-0534 幕別町札内北町16番地14	0155-56-1466	0155-56-1466	hiko316@ff2.seiky ou.ne.jp
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、制作手法。氷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	0155-33-8346	reisa75@gmail.co m

「ものづくり」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
高田 絹代	たかだきぬよ	アイヌししゅうを小物(コースター、ポシェット等)から本格的に着物、マエカケ等、コンテスト出品作品までを指導いたします。	〒080-0845 帯広市緑ヶ丘東通り西3番地	0155-21-1407		
谷津 奈緒	たにつなお	キャンドル作り体験 カラー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
津島 民子	つしまたみこ	小学生から高齢者まで、楽しい絵手紙の描き方を指導します。 絵手紙に出会って30年、80年の人生体験を通して「生きる喜び」をお話します。	〒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
中島 亜希子	なかじまあきこ	木のネンド・ろうそく作り・モビール・スノードーム・オリジナル時計・スライムづくり他。 ※粘土・紙・ボスカ・のり・はさみ等を使って出来ることをご要望があれば、ご相談ください。		090-5590-0843		uzumaki@cameo.plala.or.jp
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。		0155-48-1822	0155-48-1822	flower@fl.octv.jp
中谷 茂弘	なかやしげひろ	多色木版画小品(ハガキ版～4倍版) ①摺り体験=用意したハガキ版の作品を摺る。 ②実作=希望により2版(4色)～4版(6色)程度の作品を作成。	〒080-2473 帯広市西23条南1丁目110-5	0155-37-5527		
浜名 カオリ	はまなかおり	細長い色紙をくるくる巻いてパーツを作るペーパークイリングで様々な作品を一緒に楽しめます。		01564-2-3885	01564-2-3885	mail@irisshelly.com
古家 仙智	ふるやせち	陶芸 手びねり、ロクロ成形。簡単に出来る焼き方。		0155-48-3856	0155-48-3856	
本田 富美子	ほんだふみこ	折紙と創作和紙人形について、人数・年齢や経験等を考慮し、初級から中級程度の作品(平面や立体)の指導。	〒080-0027 帯広市西17条南36丁目3-7	0155-47-3454	0155-47-3454	
本保 光代	ほんぼみつよ	ハンガー作り(リサイクルで針金ハンガー利用)。仕上がり1本300円。小物 and 紙の置物(厚紙に和紙を張る作り物)。		0155-23-5284	0155-23-5284	
前田 栄	まえださかえ	(1)レーザークラフト 全般指導、資格修得指導。 (2)レーザークラフト 初心者から基礎から指導します。 (3)草木染、手織		080-5833-3563		
松井 英成	まついひでなり	ペットボトル風車の製作、ペットボトル風車の活用アート	〒080-0026 帯広市西16条南1丁目21-16	0155-34-5458	0155-34-5458	
松田 信幸	まつだのぶゆき	(1)ステンシル・ステンシル版画の技法及び制作。 (2)切り紙工作技法及び制作(切り絵・切り紙) (3)紙工作全般の技法及び制作	〒080-2474 帯広市西24条南3丁目27-6	0155-37-3094		
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
三浦 由紀子	みうらゆきこ	羊毛フェルトで小物作り、ヘンプ(麻)でアクセサリ作り、あみぐるみ作り		0155-36-3887	0155-36-3887	
右田 順子	みぎたじゆんこ	アレンジメントフラワーの基礎と応用(フレッシュ、プリザーブドフラワー)、クリスマスリース、メナわ作り	〒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
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		0155-23-4018	0155-23-4018	
横山 真弓	よこやままゆみ	(1)小学生でもできる、指あみ、魔法の一本針。 (2)一本の糸を編み上げる楽しい「伝統のニット」。「ニットカフェ」で楽しく生活を (3)編物技術の資格を取れます。	〒089-1368 中札内村南常盤東4線285番地66	0155-68-3106		
若杉 優子	わかすぎゆうこ	(1)アクセサリ作り、アートクレイシルバー、プレモ(樹脂粘土)、ガラス、ビーズ、和紙、布等でアクセサリを作ります。 (2)手作り雑貨、ガラスアート、シルエットアート、押花等で小物を作ります。	〒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
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)石鹼に花や動物のモチーフを彫ります。		080-1974-4384		crea_carving@yahoo.co.jp

「情報処理」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
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	〒080-0021 帯広市西11条南26丁目38-1	090-3291-9624		siteseeds@gmail.com

「外国語」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
松村 秀明	まつむらひであき	・スペイン語 ・ポリアなどの国際理解授業		080-5720-3176		hidecamba@hotmail.com

「趣味」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
荒井 千恵子	あらいちえこ	糸の色彩の組合せに初心者向けのステッチを刺しゅうし、ひと針一針完成への楽しさを味わえる指導をします。		0155-65-4192 (生涯学習課)		
飯田 句美	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めり、1枚30～60分程度で仕上がります。グルーブワークを大事にしたアートです。	帯広市西19条南3丁目	090-6262-6411	0155-41-1225	
磯山 恵	いそやまめぐみ	(1)レジンアクセサリー、ビーズアクセサリーの制作。		090-6210-3480	0155-48-5638	
井上 享子	いのうえきょうこ	(1)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。大きいもの・・・ハンドバック、ショルダー、トートバック、小さいもの・・・小銭入れ、眼鏡ケース、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	0155-22-9580	0155-22-9580	
今村 恭子	いまむらやすこ	(1)羊毛を使ったニードルフェルトのオーナメント (2)羊毛を使ったペットボトルケース、ポーチの講習(要炊事場) (3)年齢に合わせた羊毛手芸	〒080-0019 帯広市西9条南31丁目12	050-3633-4371		info@feltworkzebra.com
岩崎 ゆう子	いわさきゆうこ	ハガキにはり絵をする。	〒080-0027 帯広市西17条南5丁目38-9	0155-35-4569		
蝦名 祝子	えびなゆりこ	スピードスケート滑走の基本動作指導	〒080-0838 帯広市大空町4丁目1-10	090-6443-5695	0155-48-3800	
岡崎 智鶴子	おかざきちづこ	(1)デコパージュ・シャドーボックスやエッグアートも含まれます。 (2)化石などのレプリカ作り・2通りの方法が選べます。 (3)生花をその場で乾燥して植物標本やしおり作りなどをを行います。		0155-35-9787	0155-35-9787	
岡田 さとみ	おかださとみ	(1)押し花、ブリザーブドフラワー、ドライフラワーのアレンジなど。 (2)カリグラフィ、クラフト、ペーパービーズ、キャンドルなど。 (3)テーブルコーディネイト、薬膳料理		0155-26-0800		
岡原 麻恵	おかはらまへ	・吹奏楽合奏指導 ・クラリネット楽器指導		090-3602-0120		
奥村 喜実	おくむらよしみ	継続した個人レッスン(10名以内、通年制30回、春休み、夏休みあり) 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。年間3曲を学ぶ。	〒080-0047 帯広市西17条北1丁目4-13	090-9510-8480	0155-35-5860	
小田 徹	おだとおる	フラワーアレンジメント 初心者を中心にお花の楽しさ、おもしろさを基本から。フレッシュ、ドライ、押し花と切り花のアレンジメントは何でも。個人の個性を大切に作品作りを考える。みんなで一緒に楽しい時間を過ごす。		0155-36-8993	0155-36-8993	
小野寺 実	おのでらみのる	(1)初歩的なペン習字の指導 (2)初歩的な仮名書道の指導	〒080-2470 帯広市西20条南5丁目2-14	0155-33-7124		
角島 あさみ	かくはたあさみ	子どもから高齢者を対象とし、目的に応じたヨガ、ラジヨガの指導。骨盤底筋群を引き上げ、尿漏れなどを改善する「ひめトレ」の指導。		050-5316-9912		amiyogadesign@gmail.com
柏田 美佐子	かしわだみさこ	(1)ガラスリッツェン、グラスを手で彫る。特殊なペンを使い、下書きをなぞって絵を描いていきます(道具貸出可)。 (2)ガラスリッツェン インストラクター取得コース		090-8898-9466		meek83@yahoo.co.jp
上島 由佳	かみしまゆか	腰痛改善予防エクササイズ・拘縮改善予防のための機能改善エクササイズ、心身不調のためのヨーガ、マニティヨーガ、高齢者向けシニアエクササイズ、背骨コンディショニング等				wellbeing.studio2003@gmail.com
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
北本 善一	きたもとぜんいち	(1)イラスト・漫画の描き方、イラストを使ってコミュニケーション (2)自然の素材を使って工作 (3)自然の中での遊び方		090-1649-7166		zenchi@lapis.plaia.or.jp
貴戸 幸恵	きどゆきえ	色々なジャンルの曲に合わせて、指導者の説明で誰もが踊りを楽しむ事ができます。レクリエーションダンスで明るく楽しい生活を目標にして生涯スポーツ社会の一端として皆で輪を作ります。資格も取れます		090-5079-0826	0155-34-1003	
小山 朋美	こやまともみ	クラリネット指導	〒080-0012 帯広市西11条南12丁目1-17 ビュアライフ1112-3-B	080-1876-7951		tomoc106@docomo.ne.jp
小山 真由子	こやままゆこ	(1)幼児から高齢者まで、どなたにもできる美しい押し花の作り方。押し花を使った小物、額等の作り方。 (2)蔓、木の美などの自然の素材を使った立体作品の作り方。		090-5227-8623	0155-36-3997	
坂本 和昭	さかもとかずあき	スライハンドマジック 仕掛けの無い身近なものを使用して、テクニックで見せる指先のマジック。		0155-22-0132	0155-22-0137	kazchan@axel.ocn.ne.jp
佐々木 修一	ささきしゅういち	園芸、観葉植物の育て方(花木、果樹など) 町内会、老人会などの少数の講演会	〒080-0024 帯広市西14条南14丁目12番地23	0155-27-0036	0155-27-0036	
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	
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	

「趣味」		指導内容	住所	電話番号	FAX	メール
清水 のりえ	しみずのりえ	(1)基本的なアロマテラピーの使いかた。ホームケアやライフスタイルの紹介。 (2)アロマ&ハーブで認知症対象講座 (3)ハーブの楽しみ方・使い方・作用、簡単アロマテラピーの作品作り	〒080-0016 帯広市西6条南10丁目51-2 1203号 東垣外様方	090-1649-4434	0155-22-2769	aroma@my-sweeten.com
高田 絹代	たかだきぬよ	アイヌししゅうを小物(コースター、ポシェット等)から本格的に着物、マエカケ等、コンテスト出品作品までを指導いたします。	〒080-0845 帯広市緑ヶ丘東通り西3番地	0155-21-1407		
田中 英一	たなかえいいち	絵画		0155-33-7821		
谷津 奈緒	たにつなお	キャンドル作り体験 カラー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
長尾 崇人	ながおたかひと	ピアノ演奏法、ソルフェージュ		080-4430-1963		
浜名 カオリ	はまなかおり	細長い色紙をくるくる巻いてパーツを作るペーパークイリングで様々な作品を一緒に楽しめます。		01564-2-3885	01564-2-3885	mail@irisshelly.com
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 (生涯学習課)		
細川 善正	ほそかわよしただ	(1)吹矢の基本となる腹式呼吸法、所作の指導 (2)競技の指導	〒080-2473 帯広市西23条南4丁目37-18	080-3382-1306		zen.hoso0530@outlook.jp
本田 富美子	ほんだふみこ	折紙と創作和紙人形について、人数・年齢や経験等を考慮し、初級から中級程度の作品(平面や立体)の指導。	〒080-0027 帯広市西17条南36丁目3-7	0155-47-3454	0155-47-3454	
松田 信幸	まつだのぶゆき	(1)ステンシル・ステンシル版画の技法及び制作。 (2)切り紙工作技法及び制作(切り絵・切り紙) (3)紙工作全般の技法及び制作	〒080-2474 帯広市西24条南3丁目27-6	0155-37-3094		
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
三浦 由紀子	みうらゆきこ	羊毛フェルトで小物作り、ヘンプ(麻)でアクセサリー作り、あみぐるみ作り		0155-36-3887	0155-36-3887	
右田 順子	みぎたじゆんこ	アレンジメントフラワーの基礎と応用(フレッシュ、プリザーブドフラワー)、クリスマスリース、メナわ作り	〒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
宮永 真智子	みやながまちこ	オカリナ教室、帯広市民文化ホール、ベルデ教室、幕別百年記念ホール、芽室公民館、清水御影で教室を開催		0155-48-5107		
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4丁目56番地	0157-61-0957	0157-61-3326	polaris.keiri@outlook.jp
横山 真弓	よこやままゆみ	(1)小学生でもできる、指あみ、魔法の一本針。 (2)一本の糸を編み上げる楽しい「伝統のニット」。「ニットカフェ」で楽しく生活を (3)編物技術の資格を取れます。	〒089-1368 中札内村南常磐東4線285番地66	0155-68-3106		
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 フジモビル508号	090-2568-9830		