○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
あさい　こうえん 浅井　香園 1955年 生	女	書道一般	現代は、コンピューターでの活字文化が中心になっていますが、自分の手で相手のことを思いながら書くお便りがどれ程心のこもったものになるでしょう。 文字を書く楽しさを大人にも子供にも伝えて行けたらうれしいです。	漢字・仮名師範 日本書芸院一科審査員 読売書法展幹事	月曜夜間・水曜午前希望	090-2112-5038 2　美術・工芸（書道）
ありまつ　としゆき 有松　敏幸 1935年 生	男	パソコン	パソコンは初めてという初心者から、ＨＴＭＬ言語を使ったオリジナルのホームページ作成まで教えます。ただし、個人指導はしません。できれば、３～５人程度の教室形態で教えたいと思います。	2002年にMicrosoft Office User Specialist Word2002､Excel2002の普通資格を取得し講習活動をしています。	火･金曜日午前希望	073-445-8034 9　技術・技能
ありまつ　としゆき 有松　敏幸 1935年 生	男	登山（歩行技術、読図、気象）	歩行技術というのは歩き方。バテない歩き方をマスターしてもらいたい。 読図というのは、地図を見て山の形が分かること。 天気も大切、雲の動きで、その後の天気の変化を知る。	活動歴：日本アルプスほか 資格：中学一級、高校二級教員免許	月～金曜日 午前希望	073-445-8034 10　スポーツ・レクリエーション
いけだ　ゆう 池田　夕 1973年 生	女	高齢者向けﾚｸﾘｴｰｼｮﾝ・認知症予防体操・シニア美容	高齢者の方に向けて、呼吸体操・笑顔体操・認知症予防体操などレクリエーション・シニア美容を行っています。介護現場経験を活かし、安心して楽しめる内容で自然と笑顔が生まれる時間を提供します。	高齢者施設や地域サロンでの体験会やレクリエーション活動を行っています。笑顔体操や認知症予防体操、他、シニア美容を通して、楽しく参加できる場づくりをしています。リビングカルチャー講師として2026年5月デビューします。 初任者研修免許、健康美容運動士、介護レクリエーション士、高齢者心理カウンセラー	曜日指定なし 午前希望 出張対応可能（地域サロン、高齢者施設など） 体験会・単発・継続講座どちらも対応可能	090-2352-5917 10　スポーツ・レクリエーション
いしかわ　ゆみこ 石川　有美子 1970年 生	女	パソコン	難しいと思いがちのパソコンですが、楽しく学んでいただけるように、初心者ペースでゆっくりと進めています。なるべく専門用語を多用しないよう気をつけています。電源の入切りから、文字入力、ＷＯＲＤを利用した案内文の作成まで指導しています。	資格:情報処理第二種技術試験・日商ビジネスコンピューティング２級・日商簿記２級・全商簿記１級 活動歴:職業訓練・ＩＴ講習会(2002年～)、市民大学(老人大学2012年～)	月～金曜日 午前･午後希望	090-5134-8400 9　技術・技能
いもせ　こうすけ 妹背　浩介 1937年 生	男	囲碁	囲碁講師をしています。碁を打つとボケません。必ず脳が活性化いたしますよ。皆さん囲碁を習いましょう！楽しみましょう！ 講師ＰＲ:日本棋院より、囲碁免状六段、学校囲碁指導員の資格を頂いています。ねんりんピックに県代表として７回出場。和歌山県シニア・マイスター。	ねんりんピック県代表として７回出場	対象:主に初級者、中級者(上級者(少数)可)の学生、生徒、一般の方。 経費:受講者資料費負担	090-6373-4559 11　趣味・娯楽
えがわ　はるくに 江川　治邦 1939年 生	男	世界共通語 エスペラント語	世界共通語エスペラントは、どの民族にとっても中立・公平で非常にやさしい言語です。和歌山市の世界の姉妹都市にもエスペラント会があり、楽しい交流ができます。私はエスペラントで４０カ国の旅を楽しみました。1日入門講座もＯＫ。電話でご相談下さい。	昭和30年代より市民向け成人講座開講。全国エスペラント原作部門文芸コンクールで2位受賞。絵本「南方熊楠」･「華岡青洲」「稲むらの火・浜口御陵のはなし」エスペラント訳本出版。 和歌山エスペラント会会員	曜日の指定なし、午後希望。 費用:教材費のみ。 メール：egawa-esp@jcom.zaq.ne.jp	073-461-2234 090-1225-7935 12　語学

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
えがわ　はるくに 江川　治邦 1939年 生	男	世界遺産の講義・講演	ユネスコがめざす世界遺産とは何かを学び合う。世界遺産による異文化理解の必要性と平和の文化の創造について共に考え、和歌山県の「紀伊山地の霊場と参詣道」についても学ぶ。元和歌山ユネスコ協会事務局長（理事）。	和歌山県世界マスター(約70人)に対するセミナー講師。和歌山市生涯学習推進員研修会で講演。近畿青年洋上大学で「世界遺産」講義を行う。元世界遺産「紀伊山地の霊場と参詣道」三県協議会専門委員	曜日の指定なし、午後希望。 費用:教材費のみ。 メール：egawa-esp@jcom.zaq.ne.jp	073-461-2234 090-1225-7935 13　その他
おおかわち　みゆき 大河内　美由紀 1979年 生	女	着付け	着物に触れてみる、着てみる。 着物歴、舞踊歴３０年以上になります。 一緒にするから初めてでも大丈夫です。 カジュアルも基本も楽しみながらできます。	きものサークルいろどり代表、月1～２回程度開催。 日本舞踊名取(H17年取得) NPO法人ホッピング・ママ講師登録	午前希望 着物レンタル有り 要相談	090-4580-4609 5　生活文化
おおの　たかこ 大野　孝子 1944年 生	女	日本民踊（新舞踊）	日本全国の伝統ある民踊を楽しく又、健康の為大きな円（輪）を作り親睦と普及発展もかねて踊りましょう。歌う民謡も良し踊る民踊は、全身で小道具も使って煌びやかな舞台です。みんなで楽しい輪を作りませんか。	1974年より始め現在に至る(42年) 全日本民踊（ＦＤ）連盟１級、和歌山民踊舞踊連盟師範	市民大学民踊教室の無い火曜日午後、土曜日夜のみ	090-7759-8233 3　音楽・芸能
おか　みか 岡　美香 1963年 生	女	ウクレレ	ウクレレ初心者クラス。歌って楽しくウクレレを弾くことを目的としています。ウクレレは一人でも楽しめる楽器として、幅広い年齢層に人気があります。そしてウクレレの音色はやさしく、人を癒してくれる効果もあります。まずは一曲マスタしてみましょう。	自ら立ち上げたウクレレサークル（ウクレレ女子部みかん組＆さくら組）は、結成８年目。 マリーナシティやその他イベントに出演している。	月曜日・金曜日 午後希望	090-9256-8046 3　音楽・芸能
おかざき　ぎょくほう 岡﨑　玉峰 1953年 生	女	いけばな	いけばなの基礎から、上級まで、丁寧に指導します。「自分の個性でいける花空間」季節の花々を、いろいろな花器との出会いを、いけ表します。	昭和45年より市内にて指導。平成2年より全国各地にて指導。市展に招待出瓶。 嵯峨御流華道芸術学院主任教授、日本いけばな芸術協会員、和歌山県いけばな協会理事	木･金曜日　午後希望	073-496-0782 6　生活文化（茶華道）
おくべ　しんじ 奥部　真二 1959年 生	男	アコーディオンに合わせて合唱音楽レクリエーション	心に残る懐かしい歌をアコーディオンの伴奏に合わせて一緒に口ずさみながら、素敵な思い出や風景を共有する、癒し系音楽レクリエーションです。また楽しい脳トレや、童謡や民謡に合わせた軽い手足の運動も行います。６０歳以上の方におすすめです。	２０年以上、地域の高齢者施設やサロン、公民館等で音楽レクリエーションの活動をしてきました。 レクリエーション介護士、音楽健康指導士、中・高教員免許（英語１種）	火・木・土・日曜日希望 時間指定なし 主に中・高年の方対象	080-1512-7776 3　音楽・芸能
おくむら　のぶこ 奥村　信子 1963年 生	女	英語文法、会話、各種検定コース	英語で外国の方々と友達になりたい方、海外で使ってみたい方、お友達と無理なく学んでみたい方など、英語学習の目的に合わせて、初心者から中高生の指導に至るまで、広く対応します。お子さまの将来のために役立つ楽しいレッスンもございます。	1993年から今日に至るまで3歳～成人の方まで国際的な活動の第一歩を共にアシストしてきました。自宅を中心に各教室、公民館にてレッスン経験あり。 アメリカ アイオワ州立大学卒業	曜日指定なし 午前希望 Kirkwood English Classで活動しています。 出張もいたします。 オンラインレッスンもあります。	Kirkwood English Class Ohana で検索 12　語学

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
かさい　まりこ 笠井　麻里子 1963年 生	女	パソコン	小学生からシニアまで対応致します。 ワードやエクセルに加えて、インターネットを安全に使って楽しんでいただける内容も提案しています。 また、初心者向けのプログラミングも指導いたします。	ＩＴ講習会・老人大学・パソコン講習会で講師経験あり。 現在、アプレパソコン教室主宰。ICT支援員としても活動中。 Microsoft Office Specialist Master(Word Expert・Excel Expert・Access、Power Point 2003)・P検３級	午前・午後希望 曜日指定なし	090-5242-3850 9　技術・技能
かさの　まき 笠野　真岐 非公開	女	イタリア語	イタリア語を学ぶ理由は人それぞれ、目的に合わせて指導いたします。	２０１７年からリビングカルチャー倶楽部和歌山イタリア語講師。ミラノ工科大学建築学科留学。ミラノ建築事務所勤務。本業の傍ら、英伊翻訳や、インテリア雑誌の記事執筆をしていました。	曜日・時間指定なし	問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 12　語学
かさの　まき 笠野　真岐 非公開	女	折り紙 切り紙 風呂敷包	花などの飾り、箱や袋などの実用品、紙風船や紙飛行機などのおもちゃ、１枚の紙から様々な形を作れます。切り紙と組み合わせたり貼り合わせたり、アレンジも楽しめます。	アリベルト小学校、ミラノ ベンベヌートクラブ、ミニアートファクトリー、チェントロボタニコ、ＢＶＡ、アルティスなどで折り紙切り紙ワークショップ開催。 ＵＣアドバイザー、カラーコーディネーターアドバンスクラス取得	曜日・時間指定なし	問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 1　美術・工芸
かまだ　ひろこ 鎌田　弘子	女	フラダンス	今までフラダンスの経験のない方でも楽しくステップと手話を交えたハンドモーションでゆっくり丁寧に教えます。運動不足の方やストレス解消にもおすすめです。笑顔で癒されてください。	コミュニティセンターと公民館等で指導中。 市内のカルチャーで指導を受けたのち、ハワイの先生の大阪校で指導を受ける。		090-1155-9501 3　音楽・芸能
かみや　ひとし 神谷　均 1941年 生	男	実務書道	文字を前衛的に表現することなく、漢字・仮名の成り立ちを教え、伝統的な楷書、行書、草書を書く。日常生活に役立つ実用的な書写技能を磨くとともに、芸術としての書道の上達も目標とする。	平成9年より現在に至るまで書道教室、筆耕活動を運営。実務書道師範一級免許取得	日程は相談のうえ決定	073-451-9105 2　美術・工芸（書道）
かわさき　ゆか 川﨑　ゆか 1969年 生	女	園芸、フラワーアレンジメント	花や緑は心を豊かにしてくれます。和歌山市内にて花屋ジャスミンを経営。創業22年小売業をしながら、学校PTAや各種団体、企業への出張講習など多数経験させて頂く。生花アレンジメントやプリザーブドフラワー講習もしています。	団体様の年間園芸教室の内年３回受け持つ。 フラワー装飾技能士１級 いけばな　嵯峨御流　正教授	材料費・講師料などまずはご相談ください。	080-1447－3313 11　趣味・娯楽
かわばた　やすひと 川端　康仁 1956年 生	男	ギター	初心者に向けたポップスのギター演奏を教えます。お手持ちのギターをもって参加してください。チューニングからコード、ストロークの基本、ピックのもち方、簡単なアルペジオまでを指導します。	自身の演奏歴は昭和50年から。平成30年から指導を始める。	木曜日　夜間希望 令和4年10月より、毎週月曜日 10:00 から南コミュニティセンターで講座あり。	080-3765-0062 3　音楽・芸能

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
ごとう　あきみ 後藤　秋美 1950年 生	女	中国語	発音、簡単な挨拶から旅行会話、更に出張などで使えるビジネス会話まで市民の要望に応じた中国語会話を教えます。中国語の学習を通じて、市民の中国語圏の人々に対する考え方や文化、習慣、社会への理解を深め、彼らとの交流の架け橋になりたい。	和歌山県立星林高校・和歌山大学観光学部での中国語講座に講師として指導中。 高等学校助教諭免状		090-2285-7380 12　語学
ごとう　たか 後藤　たか 1974年 生	男	ウクレレ・ギター	ウクレレは誰でも手軽に楽しめるかわいらしい楽器です。 男女年齢問わず、ウクレレ未経験の方はもちろん、やってみたい方なら誰でもご連絡ください。ウクレレがなくても、レッスン中はお貸しできますよ。 また、初心者ギターレッスンも受け付けできます。	楽器店及び個人レッスンにて、ギター、ウクレレの講師歴あり。バンド活動歴は３０年。	土・日曜日希望 時間指定なし	090-1717-0416 goodenough335@gmail.com 3　音楽・芸能
こにし　かずこ 小西　和子 1980年 生	女	片付け・整理収納	お片付けは今や小学校で学ぶ時代です。正しい知識を得ることで家庭や職場が整い、暮らしが快適になります。 講座では基礎からプロの視点まで実生活に役立つ内容を提供。子ども向けセミナーも好評で、片付けを通じた自己管理力の向上は社会的評価につながります。	和歌山市立吹上小学校にて「お片付け教室」授業開催2024年10月 県の委託事業にて片親世帯の親子向けにお片付けセミナー開催2025年3月 整理収納アドバイザー１級 住宅収納スペシャリスト 親・子の片付けインストラクター１級	曜日・時間指定なし 年齢や対象の方に合わせて、セミナーの構成等対応させていただきます。	080-3039-8413 5　生活文化
こばたけ　えいみー 小畠 エイミー 1967年 生	女	スキンケア メークアップ 美容マッサージ	自分の正しいお肌のタイプを知り、正しい基礎知識を持って正しいスキンケアをマスメディアに振り回されないように指導します。欠点をカバーしたメイクアップ、初めてのメイクアップの使用法・順番など、一般に知られていない裏技等、変身コーナー等盛だくさんです。	外資系化粧品会社20年、海外免税店の講師、芸能講師メイクアップアーティスト教育。トータルビューティの免許あり。国際ディプロマ・メンタルカウンセラーディプロマ資格あり	対象:中学生以上 費用:無料(交通費は別途徴収。普段使用の化粧品を持ち込み)	090-4563-6340 5　生活文化
こばやし　めいこう 小林　明香 1956年 生	女	かな書道	指導して４６年になります。日本独特のかな書道を通して、たのしくまなんでいただけたらと思います。初心者の方から師範の方まで目的・レベルに合わせて指導させていただきます。	日展会友、日本書芸院評議員、読売書法展理事	月曜日午前希望	090-5974-1261 2　美術・工芸（書道）
さいとう　さよこ 斎藤　佐代子 1950年 生	女	民踊・新舞踊	日本人なら誰しも幼い頃から盆踊り等で耳にしたり踊ったりした民踊曲、今でも記憶にあると思います。音色が聞こえてくると人間の本能で自然に身体を動かしたくなりますね。老若男女子供まで皆で楽しく踊れます。教室は笑い声が絶えず、友達の輪も広がります。	和歌山市民大学・市民文化会館・公民館で指導中 全日本民踊指導者２級		090-2355-5643 3　音楽・芸能
さかい　みちこ 坂井　美智子 1951年 生	女	日本民踊・新舞踊	日本民謡の歴史は古く、かなり昔から踊り継がれて来ました。男女、年齢関係なく楽しく踊ってます。市民文化祭の行事や民踊まつり等々にも参加しています。沢山の方々とワイワイと楽しく踊っています。	平成１８年度より市内の民踊教室で指導しています。 日本フォークダンス連盟公認３級指導者	午後希望 火曜日希望	090-7102-8311 3　音楽・芸能

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
さかぐち　まさし 坂口　まさし 1966年 生	男	健康に関わる運動指導、案内全般、メタボ、介護予防、リハビリ回復期等	健康の維持・増進又は、介護予防に必要な、体の使い方を分かり易くご案内します。「健康運動指導」に特化した内容になっていますのでどなたでも効果を実感して戴けます。	・民間フィットネスクラブ１６年・行政関連・個人指導（コンサルティング）・介護施設（デイサービス中心）・特定保健指導　・総合型地域スポーツクラブ ・健康運動指導士　・教員免許（保健体育）　・介護予防運動指導員　・ラジオ体操指導員	午前、夜間希望	073-462-0964 10　スポーツ・レクリエーション
さかぐち　まさし 坂口　まさし 1966年 生	男	・こどもの発育期における運動・スポーツ ・「スポーツ鬼ごっこ」プログラムの公式コーチ	「スポーツ鬼ごっこ」というプログラムの普及活動をしています。主として子どもが対象ですが、大人も無論出来ます。コミュニケーションツールとしても最適です。	・スイミング指導（16年） ・スポーツ鬼ごっこ（8年） ・スポーツ鬼ごっこ公認指導員・審判員	一般社団法人鬼ごっこ協会公認のわかや愛好会の代表をしています。	073-462-0964 10　スポーツ・レクリエーション
さこう　みやこ 酒匂　美也子 1952年 生	女	手話	手話を楽しくわかりやくす指導する。	和歌山市、岩出市、紀の川市での手話教室、手話通訳者養成、看護専門学校、歯科衛生士専門学校での講師。	教材費、受講者負担	090-4272-3449 9　技術・技能
ささもと　ともこ 佐々本　友子 1951年 生	女	水墨画	毎年和歌山市立大新小学校の水墨画体験のゲストティーチャーをしています。海外友好展参加・個展・実演・日本文化交流をロンドン・シドニー・四川省・ニューカレドニア８回・ホンコン等の学校訪問やイベント行事に参加し、展示会と体験学習をしました。	和歌山市生涯学習講師約３０年（地域公民館活動） 海外友好展１０ヶ国参加日本文化	日時は相談にのります	090-2065-7796 1　美術・工芸
さとう　まりこ 佐藤　真理子 非公開	女	手話	手話を学び、耳の聞こえない人と手話でコミュニケーションできる楽しさを一緒に体験していきましょう。楽しくわかりやすく指導します。	和歌山市等で、手話奉仕員養成講座での講師、その他手話講習会でも指導を行っている。		問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 9　技術・技能
さの　えつこ 佐野　恵津子 1954年 生	女	大正琴 (ヴィオリラ)	楽譜が読めなくてもＯＫです。大正琴を楽しみたい方ならどなたでもご参加下さい。従来の大正琴演奏に加え弓やスティックでも演奏できます。ソロ演奏では自分の好きな曲が弾けるように、アンサンブルでは他の楽器とのコラボレーションも取り入れ楽しく生の音に触れ、楽器と人の交流を通じたグループ活動を目指します。	資格:ﾔﾏﾊﾋﾟｱﾉ･ｴﾚｸﾄｰﾝ･大正琴･ｳﾞｨｵﾘﾗ指導者認定、音楽技能検定3級、幼稚園教諭2級、保育士資格有 活動歴:ﾔﾏﾊ音楽教室講師、ｲﾍﾞﾝﾄ.ﾎﾃﾙ.ﾚｽﾄﾗﾝでの演奏、ｱﾝｻﾝﾌﾞﾙﾄﾞﾙﾁｪを結成、ﾎﾟﾗﾝﾃｨｱを中心とした演奏活動しています。	・男女年齢を問わず楽譜が読めない初心者～上級者まで対象 ・経費、資料代は受講者負担 ・曜日、時間指定なし	090-1918-7983 3　音楽・芸能
しが　みつる 志賀　充 1956年 生	男	マジック 手品	マジックでみんなを驚かせて人気者になりましょう！ 周りの人を幸せにすることで、自分も明るく幸せになります。 マジックは心理学の勉強、ユーモアのおしゃべり、指先の運動にもいいです。	マジック歴36年 紀の川市内で講師(10年)中 和歌山芸能県人会幹事長 和歌山、大阪、奈良等で、ホテル、結婚式場、宴会場他で披露	曜日、時間指定なし 子供から高齢の方もOK！ 経費資料代は実費必要です。	090-3826-1761 3　音楽・芸能

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
しちりょうさこ　かずみ 七良浴　一美 1947年 生	女	書道 (ペン習字も含む)	文字を正しく、美しく書けるように。そして書けるよろこびを楽しみましょう。	昭和54年から現在まで、和歌山市市民大学講師として指導。その他ふれ愛センター、文化会館、公民館で講師行っている。 書道師範、教員免許	平日午後希望 対象年齢不問	073-426-4461 2　美術・工芸（書道）
しちりょうさこ　かずみ 七良浴　一美 1947年 生	女	児童･生徒の家庭学習の手助け	ボランティアで、学童保育的な家族でいえば子守が出来て宿題も見ることが出来る「おばあちゃん」的な存在でいられたらと思います。	中学・高校教員免許		073-426-4461 8　教育
しま　かつや 島　克也 1954年 生	男	囲碁	囲碁は生涯学習の一つで、認知症予防にもつながります。その奥深さは無限です。最近はインターネットの発達で自宅に居ながら全世界の方と対局できるようになりました。しかし、インターネットはマナーを悪くします。礼儀正しく楽しく打ちましょう。	新聞棋戦和歌山県大会準優勝が最高です。同３位は３回程です。	夜間希望	073-431-6880 090-6558-1187 11　趣味・娯楽
しま　かつや 島　克也 1954年 生	男	園芸全般	一口に園芸といっても、幅広いジャンルがあります。男女、年齢問わずに、花づくり、庭づくり、野菜づくり、室内園芸などを楽しむことができます。 園芸全般のご指導させて頂きます。	市民大学講師１２年 スポーツ振興財団園芸教室　講師１０年	曜日・時間指定なし	090-6558-1187 10　趣味・娯楽
すずき　ひろあき 鈴木　裕昭 1948年 生	男	カラオケ指導 ギター	基本発声から、舞台発表のマナー迄、最近ではオリジナル曲作成の指導、審査員となる為の楽曲の指導等、又、高齢者のお楽しみグループレッスン、個人レッスンと、音楽に関しては何でもニーズに答えられる様、心掛けています。	活動歴25年。毎年春・秋に発表会を行っています。 キングレコード歌謡文化アカデミー認定指導者。 和歌山歌謡連盟正師範。		090-7355-9805 3　音楽・芸能
すずき　まほ 鈴木　満帆 1989年 生	女	たのしい おむつはずし	子どもに関わる専門職であっても、おむつのはずし方は教わることがありません。実はおむつはずしって生まれてからの声かけとちょっとした工夫で“たのしくて幸せを感じる”ものになるんです。子どもの排泄発達に基づいた方法でゆるく確実に成長していきます。	２０２２年～和歌山市内を中心に１００名以上の方におむつはずし・排泄講座をしています。 助産師、保健師、看護婦、おむつなし育児アドバイザー、家庭と病院をつなぐ子どもの排便＆便秘アドバイザー	月・火・水・木・金曜日希望 午前希望	090-5152-2942 13　その他
すずむら　ますみ 鈴村　眞澄 1951年 生	女	押し花	庭で咲いた花、プレゼントで頂いた記念の花などを押し花に残してみませんか。難しいことはありません。専用のマットに挟むだけで長期間、変色しにくいきれいな押し花に仕上がります。その押し花を使って、額、小物などを作ります。 一緒に始めませんか?	1998年より各教室にて指導 2011年3月NHKギャラリーわかまるにて作品展開催。 1998年ふしぎな花倶楽部インストラクター取得	対象:子供～大人誰でも 経費：作品によって受講者負担 http://masumi.shakunage.net/	073-459-2390 080-1406-7375 1　美術・工芸

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
すずむら　ますみ 鈴村　眞澄 1951年 生	女	ポーセリンアートとポーセラーツ	白い食器などに転写紙、絵の具、金彩などを使用し、専用の電気炉で焼きつけます。オリジナルの自分だけのマグカップ、お皿などを作ります。作品の裏には名前も入ります。プレゼントにもいいですよ。 さあ、一緒に始めましょう。	2006年より各教室にて指導 2011年3月NHKギャラリーわかまるにて作品展を開催 ポーセラーツインストラクター取得。文部科学省設立許可財団法人日本手芸普及協会白磁ペイント専科講師	対象:子供～大人誰でも 経費：作品によって受講者負担 http://masumi.shakunage.net/	073-459-2390 080-1406-7375 1　美術・工芸
そうがわ　まさこ 寒川　雅子 1958年 生	女	太極拳、マインドフルネス	マインドフルネスで精神のバランスを。 太極拳でボディバランスを整えます。	初心者から指導者や選手の育成まで、幅広い内容の教室を持っています。 (社) 日本武術太極拳連盟公認A級指導員 (社) 日本武術太極拳連盟講師	「和歌山県太極拳教室」で検索。 問合せveygio8280@yahoo.co.jp	090-6977-6590 10　スポーツ・レクレーション
たかせ　ゆうか 髙瀬　優佳 1962年 生	女	合唱	合唱することは、個人の健康、他とのコミュニケーションなど、音楽という一側面だけでなく生活の一部として関わることのできる多くの要素をもった生涯学習にふさわしいものだと考えています。プロ、アマチュアを問わず同じ時間を共有できる音楽が合唱です。	1972年より後進指導。1984年より児童合唱団、その後他合唱団を指導。 教員免許小中高 華道、茶道地方講師、着付講師、ハモンドオルガン講師		090-8934-4166 3　音楽・芸能
たかだ　ゆきこ たかだ　ゆき子 非公開	女	絵本・人権教育・共生社会	物語は様々な世界を経験させてくれます。作者だからこそ語ることができる物語に込めた温かな想いをエピソードも交えて幅広い世代の方々に講演いたします。対象に合わせた楽しく学べる講演やお話会も行っています。一緒に思いやり優しさの世界を旅しませんか？	児童文学作家。思いやり・優しさ・勇気等の大切さを伝える絵本を執筆。教育機関・福祉施設・行政機関等にて人権教育講演を行っている。お話会団体「ゆっこりんのおはなし会」代表。 令和２年度和歌山市文化奨励賞受賞。	曜日・時間指定なし テーマ・講演時間・対象年齢等はご希望に合わせて対応可。	090-2359-5702 4　文芸
たけだ　きょうこ 武田　恭子 1950年 生	女	日本画	日本画で大事なことは、美しい色と線なので、それを大切にし、初めて習う方でもわかりやすく、丁寧に指導していきたいと思っています。	市民大学で日本画を指導中 上野の森美術館日本の自然を描く展　佳作賞 京都芸術大学美術科日本画コース卒業	月・水曜日 午前希望 教材費、資料代は別途受講者負担	073-436-3321 1　美術・工芸
たてしま　さえ 立嶋　紗衣 1985年 生	女	クレンズヨガ	古くて新しい古代ヨガを体験しませんか？ 筋力や軟らかさは必要ありません。 独特の呼吸と動きで身体の不調を解消します。 お子さんから年配の方、ヨガ未経験の方から長年続けられている方まであらゆる方に効果を感じて頂けるヨガです。	元アスリートの夫婦で教えています。怪我や不調等ご相談ください。 全米ヨガアライアンスRYT200取得	曜日指定なし 時間指定なし タオル・お水(1L)・マット(レンタル有)をご持参ください。	090-5369-5743 Mail： saee3508@gmail.com 10　スポーツ・レクリエーション
だて　たかゆき 伊達　隆行 1955年 生	男	将棋	入門者には将棋のルールやマナー、初級者には１手詰や基本的な手筋、中級以上の人には最新の戦法やタイトル戦の棋譜解説など、生徒の実力に応じた指導を心がけています。指導対局では必ず棋譜記録をとって感想戦で急所の局面を解説して上達の助けとしています。	平成18年度から和歌山市老人大学将棋教室講師 平成25年度から和歌山市障害者いきいき事業将棋教室講師 公益社団法人日本将棋連盟公認「将棋指導員」 免状：アマチュア五段	曜日時間指定無し 子どもの指導可 入門者～初級者～有段者（三段）まで対象 経費：資料代は受講者負担	073-472-2614 11　趣味・娯楽

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
たむら　ちえ 田村　千惠 1947年 生	女	レザークラフト	皮を湿らせて刻印を打つことで作品が仕上がります。「どんな模様にしようかな」「見てくれる。上手く出来たよ」と明るく弾む声を聞くとうれしいです。世界で一つの作品。和歌山の伝統産業でもある皮革産業です。作る楽しみと喜びを味わって欲しいです。	レザークラフト歴は２７年になります。多くの子ども達・親子教室・少年少女発明クラブで活動している。 小学校教諭１種免許状　中学校教諭２種免許状（社会）　養護学校教諭１種免許状	火・水・金・日曜日希望、時間指定なし	問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 1　美術・工芸
つじもと　わたる 辻本　渡 1951年 生	男	水彩画・油彩画	みんなで同じ風景や静物、花を描いても、その人の捉え方でみんな違ったものになります。それが自己表現であり、絵を描くことです。上手下手に関係なく、世界にたった一つの自分の作品を作りましょう。お手伝いします。	Ｈ２６年から絵画教室でも指導。和歌山県美術家協会会員。	主に初級者から中級者を対象にします。初めての方も歓迎。鉛筆・スケッチブック・キャンバス・絵の具等は各自用意してください。	問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 1　美術・工芸
でぐち　ゆみこ 出口　由美子 1978年 生	女	アロマテラピー	アロマテラピーは、香りを楽しむだけではなく肩こりや風邪予防にも使えます。無農薬のアロマオイルを使うので安心して使えます。 アロマ教室、1日体験教室、イベントなどに出張します。	河南コミュニティセンター、リビングカルチャー、フォルテ教室 ナード・ジャパン認定、アロマアドバイザー	曜日・時間指定ありません。	090-9862-9363 5　生活文化
とくつ　みえこ 得津　美惠子 1951年 生	女	各種マナー，おしゃれ，人権	ビジネス・接遇マナー研修と講演。 自分に自信を持って頂くための「おしゃれ」、生きて行く上で大切な「人権」についての講演。	着物コンサルタント、華道嵯御峨流師範。 平成20年よりカルチャースクール、企業研修、団体、サークル、学校で指導中。	元日本航空国際線キャビンアテンダント、「オフィスSAKURA」主宰、マナーコンサルタント	090-9714-7225 5　生活文化
とちの　しんじ 栩野　進次 1978年 生	男	成年後見、相続	成年後見制度や相続に関する概要を説明します。	司法書士、行政書士、社会福祉士など	施設、病院などへの出張は可能です。個人宅への出張は不可。経費は原則無料ですが、遠方の場合実費をいただくことがあります。	073-488-7966 7　社会・福祉
なかぐち　ともこ 中口　朋子 1976年 生	女	ヨガ	インドの伝統的なシュリカリのヨガでは、リラックスして心と体をほぐし、気の流れを整えます。深い呼吸とともに優しくしっかり行います。老若男女経験を問いません。このヨガは、インドの伝統医学アーユルヴェーダが元になっています。	2009年よりインドの師匠の元でヨガを深めはじめる。2011年よりヨガ指導を開始。インドと日本で定期的にヨガトリートや指導者養成コースを実施。	ShriKaLiAshram全米ヨガアライアンスE-RYT500	080-3130-8415 10　スポーツ・レクリエーション
なかにし　ゆかり 中西　ユカリ 非公開	女	鍵盤楽器全般(ﾋﾟｱﾉ・ｷｰﾎﾞｰﾄﾞ)	楽譜が読めなくてもＯＫです。鍵盤楽器を楽しみたい方ならどなたでもご参加下さい。ソロ演奏は、ご自分の好きな曲を弾けるように！アンサンブルは、他の楽器とのコラボレーションを取り入れ楽しく！生の音に触れ、楽器と人の交流を通じたグループ活動を目指します。	資格:ﾔﾏﾊﾋﾟｱﾉ科、PSTA講師、中学校教諭音楽1級、高等学校教諭2級普通免許 活動歴:ﾔﾏﾊﾋﾟｱﾉ科講師、音楽療法ｸﾞﾙｰﾌﾟｱｽﾀｰのﾋﾟｱﾉｱｼｽﾀﾝﾄ、ｱﾝｻﾝﾌﾞﾙﾄﾞﾙﾁｪを結成、ﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ活動を中心に演奏しています。	・男女年齢を問わず楽譜が読めない初心者～上級者まで対象 ・経費、資料代は受講者負担 ・曜日、時間指定なし	090-3271-3327 3　音楽・芸能

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
なかにし　りえ 中西　理恵 1964年 生	女	精油を使った アロマクラフト作成	一般にアロマテラピーとは、植物から抽出されたエッセンシャルオイル（精油）を使った健康法と定義されています。精油を使った簡単なクラフト作りで、美容と健康に役立てるとともに毎日の生活に彩りを加えてみませんか。	平成28年度紀の川市貴志川地区公民館講座「アロマクラフト教室」でアシスタントとして活動。平成31年3月名古屋ウィメンズマラソンにスポーツアロマボランティアスタッフとして参加。 AEAJアロマインストラクター・アロマセラピスト・アロマブレンドデザイナー・スポーツアロマトレーナー	火・土曜日夜間希望 経費、材料費は受講者負担	090-7964-6426 11　趣味・娯楽
なかむら　しろう 中村　四郎 1948年 生	男	護身術の 知識及び実技	年齢や性別などに関係なく“誰もが、たのしく集まれて話せる居場所を”との思いからスタートして、今年で１７年目を迎えました。 幼稚園や小学校、中学校クラブとして活動しています。コミュニティセンターや学校の体育館では、夜間に地域の方々と練習します。	少林寺拳法歴44年。 その技を基本にした護身術活動歴8年。 少林寺拳法･正範士7段	場所と参加者の募集は、主催者側。 講師旅費･報酬等は一切不要	090-6061-7868 10　スポーツ・レクレーション
なかもと　とみや 中本　富也 1956年 生	男	レザークラフト	革小物(小銭入、札入からバッグに至るまで）作る楽しみと使う楽しみが味わえます。2～3時間で出来る作品から大物の作品まで指導いたします。	市内カルチャーセンター2社で指導中 各婦人会･サークル等でも指導	火･金曜日希望 小学生以上指導可 1回20名まで指導出来ます。	073-423-0052 1　美術・工芸
にしおか　まき 西岡　眞規 1954年 生	女	パッチワーク	眠っている布を、お気に入りの物にしませんか？着なくなった着物、柄が好きだったので、バーゲンで安かったのでとついつい買ってしまったけどというタンスの肥やし・・・そんな布をつなぎ合わせて遊びましょう！	平成19年4月より岡崎支所でパッチワークを指導。 日本手芸普及協会パッチワークキルト講師(H11.5.4) 日本手芸普及協会パッチワークキルト指導員(H15.7.23)	時間曜日指定なし	073-475-2502 5　生活文化
にしの　かずよし 西野　一義 1956年 生	男	鉛筆画（人物の顔の描き方）	鉛筆の使い方・静物を描く練習から始めます。 顔の各パーツの描き方、顔の輪郭の描き方、顔のバランスの取り方 顔の肌色の塗り方 各生徒さんの個性を尊重し良い所を見いだし、伸びるように指導します。	岩出市生涯学習課えんぴつ画講師２０２２年～現在継続 岩出市で鉛筆画サークル３年	月曜日午後希望	090-3277-6288 1　美術・工芸
のじま　よういち 野島　洋一 1974年 生	男	早押しクイズ	テレビ番組などで見る「早押しクイズ」を、体験してみませんか？クロスワードパズルなど、知識を使う遊びをしたことはあっても、早押しクイズをできる機会は、なかなか無いと思います。皆さん御存知の、新しい知識体験を御提案します。お気軽にご相談ください。	「パズルクイズ・アタック２５ Next」２０２４年６月３０日放送分トップ賞 元クロスワードパズル作家（１５年間活動）	火・水・木・金曜日　夜間希望 クイズ早押しボタンに初めて触るかた。クイズ初心者・初級者を対象といたしますが、それ以外のかたも御相談承ります。 １回の講座は１～３時間程度。機材代・問題集代等を御負担いただきます。	090-3786-2763 11　趣味・娯楽
はしもと　ようこ 橋本　葉子 1959年 生	女	セルフ･コンディショニング（身体調整・健康な身体づくり）	心身を良い状態に整えるコンディショニング。健康維持、活動的な生活を送るために、体調に関わる様々な要因を良い状態に整えましょう。 （身体調整、呼吸法、姿勢改善、体幹強化、ヨガ、バランスボール等、色々楽しくレッスン！）	2011年パーソナルトレーナー活動開始。2012年よりコミュニティセンターでクラスレッスン開始。ジムやスタジオ等での指導、大阪でトレーナー活動を経て、現在は和歌山中心に活動中。 日本ｺｱｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ協会認定：ｱﾄﾞﾊﾞﾝｽﾄﾞﾄﾚｰﾅｰ、ｱｽﾘｰﾄｽﾍﾟｼｬﾘｽﾄ、ひめﾄﾚｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ、日本Gﾎﾞｰﾙ協会認定：ｽﾎﾟｰﾂ、ﾊﾟｰｿﾅﾙ、ｸﾞﾙｰﾌﾟ、JSAｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ、日本医学ﾄﾚｰﾅｰ協会ﾒﾃﾞｨｶﾙ･ｽﾎﾟｰﾂﾄﾚｰﾅｰ、全米ﾖｶﾞｱﾗｲｱﾝｽ、ﾖｶﾞｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ、ｲﾝﾄﾞ中央政府公認VYASA研究財団認定ﾖｰｶﾞ療法修了、日本武術太極拳連盟A級指導員、太極拳3段	指導日時等は別途ご相談	073-454-2260 10　スポーツ・レクレーション

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
はまだ　ゆうと 濱田　勇斗 1990年 生	男	こころのバリアフリー	「人と社会の“こころのバリアフリー”」を目指して、障害当事者としての経験や想いを発信し理解を深め身近に感じてもらう事で、障害者だから健常者だからではなく、１人ひとりが輝き、共に支え合い、助け合える社会に近づけるよう講演活動をしています。	H29.10月第19回魔女優菜会ゲスト講師「心のバリアフリーとコミュニケーション」について R1.12月第45回魔女優菜会ゲスト講師「日本に必要な心のバリアフリー対策」について R2.10月和歌山県中小企業同友会女性部会10月例会「こころのバリアフリーとおもてなし」について R6.11月　「人と社会のこころのバリアフリー」講演　など ・こころの安全パトロール隊員（ゲートキーパー）養成講座アドバンスコース受講済み ・福祉力検定３級	基本火・水曜日 午前・午後希望 ・上記の曜日外でも事前に日時がわかっていれば調整可能な場合あり ・自分自身が障害当事者なので、その時々でサポートをお願いすることがあります	090-8888-2930 7　社会・福祉
はまの　ゆうこ 浜野　優子 1968年 生	女	性教育・思春期教育	子どもたちが性に関して正しい知識を持ち、自ら考え自らの意思で行動できる「幸せになるための性教育」を目指す。幼小中高大学生・保護者・教職員への講演や個別相談を実施。命の誕生、思春期の心と体、妊娠、避妊、感染症、ＤＶ、ＬＧＢＴ、生命の安全教育他。	助産師歴３０年以上 年間７０回以上の講演を実施 助産師、看護師、思春期保健相談士、性教育認定講師	曜日・時間指定なし 受講料：応相談 活動紹介：pont.co/u/soudansitu	080-1434-5531 8　教育
はやし　けいこ 林　恵子 1948年 生	女	茶道 (煎茶)	おいしい煎茶を入れてみませんか。煎茶道に触れ、日本人に身近な存在の「煎茶」を通して、おもてなしの心を楽しく学んでいただく講座です。	自宅教室(H21～現在)、トップウェルネス和歌山講座(H22～R2年7月) 東部･河北･北コミュニティセンターより依頼(H23) 煎茶道東阿部流教授（和歌山教授会代表）(H21～R6年12月)	子供の指導可	090-7962-7696 6　生活文化（茶華道）
はやし　けいこ 林　恵子 1948年 生	女	･ブリザーブドフラワー ･フラワーアレンジメント	生活に“さりげなく華を”をテーマに誰でも簡単に出来るフラワーアレンジメント・生け花・ブリザーブドフラワーを体験して頂けます。特にブリザーブドフラワーは色鮮やかな美しさとソフトな風合いを数年間にわたって保ちます。	河南･河北コミュニティセンターで教室（H22より数回)、トップウェルネス和歌山で講座(H22～R2年7月)、北コミュニティセンターより依頼（H25より数回) 嵯峨流･未生流教授 フラワーデザイン講師資格認定	子供の指導可 資材費は受講者負担	090-7962-7696 6　生活文化（茶華道）
はやし　まさこ 林　真佐子 1941年 生	女	折り紙	折り紙は昔から大人も子供も親しまれ、一枚の紙で折る楽しさを皆さんとともに味わってふれあいの場として地域で折り紙教室をしています。	活動歴:3年	日曜日午後希望 シルバーの方、子供参加可。 経費:受講者材料費として負担	073-471-7147 11　趣味・娯楽
ひだか　やすよ 日高　靖代 1945年 生	女	社交ダンス	これから社交ダンスを始めたい方、ダンスタイムを楽しみたい方”頑張った分だけ感動があります”自分に感動出来るような貴女に、そして貴女に！親切丁寧にお教え致します。さあ！私と前へ歩き始めませんか？教師暦３５年、後継の道をと誓いつつ…。	・昭和５０年ダンス教師資格取得 ・昭和６０年からダンスサークルで活動中	月・火・金曜日希望	090-5158-4427 10　スポーツ・レクレーション
ひらの　えいご 平野 永悟 1950年 生	男	料理・パン・ケーキ	腸活を中心にした和・洋・中の家庭料理とパン・ケーキ作りの指導をします。 又、毎日の食事によるバランスで、ダイエット、便秘等の相談も承ります。	活動歴：和歌山市ふれあいセンター、各コミュニティセンター、他。 資格：野菜ソムリエ	曜日指定なし、午後希望 講師料等相談可	080-6124-7566 5　生活文化

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
ひらの　かよ 平野　佳代 1951年 生	女	料理・パン・ケーキ 栄養指導	和･洋･中の家庭料理とパン･ケーキ教室を主宰しています。腸活料理と栄養指導、地域のイベントなどの出張も行っています。又、男の料理、子供クッキングも行います。料理指導歴も長く、色々なご要望にお答えできると思います。薬膳料理も可。	ふれあいセンター(市)、各コミュニティセンターで指導中。カルチャー教室料理指導歴は1975年から現在 調理師、栄養士、各種専修学校料理1級認定	経費:講師料等相談可	090-8145-0688 073-424-5448 5　生活文化
ふくしま　かよ 福島　佳代 1959年 生	女	ハワイアンフラ	ハワイアンフラは、音楽でも癒されてもらえるので、車椅子の方でも手話として踊っていただけます。年齢も4歳～80歳までと幅広い生徒さんの層です。足腰のトレーニングにもなります。ステップから丁寧に教えています。	活動歴11年。 インストラクター資格	土曜日午前希望	090-4643-8261 3　音楽・芸能
ふくだ　まさと 福田　正人 1965年 生	男	園芸・花壇	30年余り、花壇用の一年草・宿根草を生産しています。又、花壇の植栽工事や寄せ植え教室等もしています。多種多様な花壇苗の紹介や草花の病害虫、管理方法についての指導をさせていただきます。	昭和62年度より花壇苗生産開始。平成15年度より花壇等の植栽工事開始。平成20年度より各所にて寄せ植え教室を指導しています。	火・金曜日午後希望	090-8521-1702 11　趣味・娯楽
ふじい　ひでこ 藤井　秀子 1954年 生	女	日本画	日本画の技法を用いて、花・風景・静物など個性を大切に自由に描いていただけます。絵を描くことで自然と親しみ、人との触れ合いを通して自分自身を再発見できれば最高だと思います。また、そうありたいと願っています。	平成13年より老人大学、市民大学の日本画講師として指導中。 市民大学卒業生によるＯＢ会において指導中。	木・金曜日 午前・午後希望 絵具・パネル・筆等受講者負担。	072-452-9859 1　美術・工芸
ぶんせい　きたかみ ブンセイ　北上 1953年 生	男	手作りご朱印帖	装丁には、「友禅和紙」や「銘仙（絹）」をご用意いたしました。また本体は、蛇腹式の「奉寿紙」をご用意いたしました。お気に入りの御朱印帖を持って、素敵な寺社巡りをしませんか。	東京TAMA市民塾講師 西国三十三所札所先達委員会「先達者資格」 秩父三十四所札所先達委員会「先達者資格」	曜日・時間指定なし	080-5019-5387 11　趣味・娯楽
ぶんせい　きたかみ ブンセイ　北上 1953年 生	男	プレゼン『西国３３所・坂東３３所・秩父３４所百観音巡礼紀行』への誘い	『西国３３所・坂東３３所・秩父３４所観音霊場』への信仰・観光・健康に巡るためのプレゼンテーションです。名所・旧跡からグルメまで楽しくご案内いたします。	東京TAMA市民塾講師 西国三十三所札所先達委員会「先達者資格」 秩父三十四所札所先達委員会「先達者資格」	曜日・時間指定なし	080-5019-5387 11　趣味・娯楽
まえなか　けいしゅ 前中　景朱	女	書道一般	初めての方、習ったことのある方に、基礎から学んで頂き、仮名、漢字、手紙文、硬筆などを練習し、自分だけの作品づくりに挑戦して頂きます。書きたい、つくりたいの気持ちを大切に指導させて頂きます。	日本書芸院二科審査会員 中学・高校の国語書道科指導の経験あり	曜日・時間は相談にて	問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 2　美術・工芸（書道）

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
まつお　れいこ 松尾　令子 1963年 生	女	健康体操（自彊術）	大正５年（1916年）に日本最初の健康体操として創案される。31動の動作・独得の呼吸法と号令を用い、全身を動かす体操です。 機械器具を使用せず、一畳の空間があればどこでもでき、個人の体力・その日の体調に合わせて動ける体操です。	平成27年より指導。2021年より公益社団法人自彊術普及会わかやま県支部長 平成26年自彊術普及会中伝（指導者資格）取得	曜日指定なし 午前・午後希望（夜間は除く）	090-5978-8246 10　スポーツ・レクリエーション
まつむら　ゆきお 松村　章夫 1938年 生	男	囲碁	入門者には囲碁のルールやマナー、初級者には基本布石、基本手筋、初歩の詰碁等、中級者以上の人には、最新の戦法やタイトル戦の棋譜解説など、生徒の実力に応じた指導を心がけています。	平成26年度から和歌山市市民大学の囲碁講師 ねんりんピック県代表として2回出場		073-422-9236 11　趣味・娯楽
まつもと　ちづき 松本　智都季 1978年 生	女	キッズアンガーマネジメント	お子様に向けたアンガーマネジメント講座を実施します。怒りの感情と向き合える様になると、感情に大きく振り回されない様になります。まずは自分の感情に気づくことが初めの第一歩。感情のコントロールの仕方について、ワークを通して楽しく学ぶ講座です。	日本アンガーマネジメント協会認定アンガーマネジメントキッズインストラクタートレーナー	・曜日指定なし ・日程は応相談（時間は約30分～60分） ・対象は5～10歳	090-3163-8831 5　生活文化
まつもと　ちづき 松本　智都季 1978年 生	女	パソコン	楽しくパソコンを学んでいただくお手伝いをいたします。回覧板のお知らせや家計簿の作成、インターネットの活用など、生活に役立つスキルをご紹介します。初心者の方から、資格取得や仕事に役立てたいという方まで幅広くご指導いたします。	パソコンスクールにおける個人・集合レッスン（キッズ・社会人・シニア） また、市町村職員向け研修や職業訓練、大学での資格対策など指導経験あり Microsoft　Office　Specialist　Master取得（Word Expert/Excel　Expert/Power　Point/Access2003） Microsoft　Office　Specialist（Word/Excel2007・2013・2016） 日本語ワープロ検定試験1級	・曜日指定なし	090-3163-8831 9　技術・技能
まつやま　きよひで 松山　喜代英 1956年 生	男	気功法	呼吸法や気功法で心と身体のストレスを取り除いてリラックスさせます。ゆったりとした呼吸法は自律神経を整え免疫力を高めると言われています。瞑想法は心のエネルギーを充電してすっきりとします。日常のわずらわしさから解放されたひとときを過ごしてください。	平成15年より各地で気功教室を開催し始める。 現在、和歌山、大阪、東京でも開催しています。 気功整体師免許あり	曜日・時間指定ありません。 中学生以上対象	073-426-2526 10　スポーツ・レクレーション
まつやま　ちず 松山　智津 1961年 生	女	フラワーアレンジメント	基本から季節に応じて飾る作品を生花やプリザーブドフラワーなどでレッスンしています。 花を通じてみなさんの心が少しでも豊かになればいいと思っています。	2007年から和歌山市、紀の川市でフラワーアレンジメント及びプリザーブドフラワー教室を運営しています。 EPJ（ｴｺｰﾙ・ﾄﾞ・ﾌﾟﾘｻﾞｰﾌﾞﾄﾞﾌﾗﾜｰｼﾞｬﾊﾟﾝ）認定講師 ﾖｰﾛﾋﾟｱﾝﾌﾗﾜｰﾃﾞｻﾞｲﾝ連盟認定講師	指導日時は要相談	問合せは 生涯学習課まで 073-435-1138 5　生活文化
みなみで　りえ 南出　利恵 1964年 生	女	太極拳	太極拳は、体力や年齢に関係なく、ゆっくりと動きながら自分自身の心と体を整えていくことができます。また高齢化社会における転倒予防、介護予防にも効果があります。 太極拳を通しての仲間作りにも貢献していきたいと考えています。	市民体育館での和歌山市秋期太極拳講座、カルチャーセンター講師などの活動。現在は（火）（木）河北、河西コミュニティセンターで活動中。 （公社）日本武術太極拳連盟公認Ａ級指導員、太極拳１級審判、５段取得、教員免許（中高）	曜日、時間については応相談 太極拳は難しいですが、わかりやすく丁寧にお伝えしたいと思っています。	090-7872-5736 10　スポーツ・レクリエーション

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
みやざき　けんいち 宮﨑　健一 1970年 生	男	コンディショニング	リンパの流れをスムーズにして、疲れづらく、動きやすくなる身体づくりのための簡単な体操です。	平成２４年から、新しいトレーニング方法を学び、広報活動をしています。スポーツクラブ、公民館で行っています。 NCAプロフェッショナルコンディショナートレーナー	火・木曜日 午前・午後希望	090-2049－9528 10　スポーツ・レクリエーション
みやざき　ちか 宮崎　智香 1966年 生	女	ストレッチ体操	ストレッチとヨガの良い所を取り入れ、体の中の滞りを解消し、バランスのとれたしなやかな体づくりを目指した体操になります。	各公民館アシスタント５年 個人指導４年 日本スポーツ協会体操コーチ1 リフレクソロジー・プロライセンス実技士資格　日本レクリェーション協会準中級レクリェーション・インストラクター	曜日・時間指定なし 要相談	080-6132-8174 10　スポーツ・レクリエーション
みやもと　ちか 宮本　知佳 1967年 生	女	初級ヨガ	タイのラジオ体操、ルーシーダットンの技法を中心にシンプルな動きで行うストレッチ法なので、老若男女問わず楽しんで頂けます。独特の呼吸法でリラックス＆マッサージ効果もあり一つ一つの動きの意味を説明しながら、ご自身の体が変わる楽しみを感じて頂けます。	2005年より美と健康に関する総合プロデューサーとして講演活動やヨガウォーキング等のレクチャーを行っている。 トップヘルスコンサルタント協会認定、タイサイアムヘルスセンター認定 ルーシーダットンヨガインストラクター、ＩＣＢウォーキングインストラクター、日本ボディデザイン協会認定講師 （ウォーキング・エクササイズ）		090-3624-3481 10　スポーツ・レクリエーション
みやもと　ちか 宮本　知佳 1967年 生	女	美姿勢＆健康美ウォーキング	正しく美しい歩き方と姿勢作りで印象を良くするだけでなく、体の悩みを改善しスタイルアップにつながるレッスン。「歩く」ことが自然とエクササイズに繋がるように音楽に合わせて楽しくリズミカルに体を動かし、簡単に理想の体を手に入れるコツをお伝えします。	2005年より、美と健康の総合プロデューサーとして講演活動、セミナー、また、ヨガやウォーキングや姿勢矯正等のレッスンを行っている。 ○予防医学協会認定トップヘルスコンサルタント　○ICBウォーキングインストラクター　○日本ボディデザイン協会認定講師 （ウォーキング、エクササイズ）　○タイ国サイアムヘルスセンター認定ルーシーダットンヨガインストラクター	曜日・時間指定なし	090-3624-3481 10　スポーツ・レクリエーション
むかい　やすひろ 向井　康裕 1981年 生	男	パソコン	初心者、子供からシニアまで対応可能。 パソコン基礎、オフィス全般、ＭＯＳ試験対策。ホームページ作成、フォトショップ、イラストレーター、動画編集、パソコン修理、プログラミング、ＡＩ、ＳＮＳ。インターネット基礎、活用、実生活に役立つネタが得意	基金訓練上級講座、インストラクター育成講座メイン講師担当。 ２０１１年度から市内のパソコンサークルで指導中。講師歴１８年。 和歌山市企画「脳トレパソコン教室」企画実施実績有り。 Microsoft　Office　Specialist取得、Ｐ検定２級、日本語ワープロ検定１級、情報処理技能検定１級。	月、木曜日希望 午前・午後（夜間除く）希望 子どもの指導可能。主に初心者から中級者まで対象。 経費：資料代は受講者負担。	090-3708-8760 9　技術・技能
むらかみ　さなえ 村上　早苗 1961年 生	女	ツボ押し健康ストレッチ	2009年よりストレッチヨガの認定インストラクターになり、その後２つの資格を取得。その後体育館・コミセンに依頼して頂き、活動させて頂いてます。同じ協会に私の生徒さんも一緒に習いに行くようになり、現在インストラクターになり指導しています。	平成18年頃から市民体育館からはじまり、河南総合体育館、松下体育館、東公園、南・河西・河南コミュニティセンター等定期的に指導しています。 2009年6月ストレッチヨガインストラクター、へそヨガインストラクター、2020年3月アンシー’Sストレッチヨガ認定講師	曜日は相談の上、時間指定なし 現在、市報に載っている教室をさせてもらっているので、単発で依頼希望（内容に応じて…）	090-3264-6179 10　スポーツ・レクレーション
むらかみ　さなえ 村上　早苗 1961年 生	女	キッズダンス、ストレッチ	流行の曲を使ってエアロステップ・ジャズダンス等の指導をしています。最近はコミセンで１才～３才の親子のびのびストレッチもしています。キッズダンスの中で最後にRelaxも兼ねてツボ押し健康ストレッチも、お母さんと一緒に指導しています。	野崎会館にて幼児～小学生指導中17：00～（月3回） 南コミュニティセンター第１火曜10：30～親子のびのびST 日本KIDビクス協会認定インストラクター。2000年頃から指導。	火・木曜日希望、時間指定なし 3才ぐらい～小学生 親子のストレッチ指導	090-3264-6179 10　スポーツ・レクレーション

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
むらかみ　さなえ 村上　早苗 1961年 生	女	エアロビック ＤＡＮＣＥ　ストレッチ	エアロのステップ・DANCEで最近流行の曲を練習します。最近は初めにツボ押し健康ストレッチを取り入れ、身体を伸ばし血行をよくしてから踊っています。DANCE後も癒しの為、寝ながらのストレッチ・Healingで終了としています。	月曜日第1・2・4　河北コミュニティセンター。 木曜日第1・2・4　河西コミュニティセンター。 平成12年から月・木指導。 文部科学省公認エアロビックC級指導員	月・木曜日希望 時間応相談 年齢不問	090-3264-6179 10　スポーツ・レクレーション
むらかみ　みつのぶ 村上　充伸 1961年 生	男	ジークンドー	ブルース・リーが創始した格闘芸術ジークンドーを研究・実践継承しています。打・投・極の総合武道です。ロサンゼルス本部より正式認可を受けた和歌山支部として活動しています。初心者、子供、女性でも安全に練習できます。	1999年和歌山支部設立より毎週日曜日に野崎地区自治会館にて練習 ジュンファングンフー/ジークンドーアプランティス・インストラクター	和歌山支部 http://kns.no-ip.com/~jkd/	090-7354-8284 10　スポーツ・レクレーション
むらかみ　みつのぶ 村上　充伸 1961年 生	男	フィリピノ・カリ	フィリピンで発祥した武器＆徒手の総合武術です。短棒術を中心に練習しますが、ナイフ術や体術もあり、護身に役立ちます。ソフトスティックやプロテクターを装着して練習するので安全です。	毎週日曜日に野崎地区自治会館で練習しています		090-7354-8284 10　スポーツ・レクレーション
ももせ　けいこ 百瀬　圭子 非公開	女	ヴァイオリンレッスン	これまでに小さなお子様からご年配の方までレッスンを行ってきました。個人の方はもちろんアンサンブル等でも広く音楽を楽しんでもらいたいと思っています。	活動歴15年 武蔵野音大卒業	曜日指定なし 午前・午後希望	090-7808-9656 3　音楽・芸能
もり　きょうじ 森　教二 1942年 生	男	マジック（ショー及び体験） 万華鏡作り（オイル式） おもちゃ作り（生活科）多種類 こままわし しめなわ作り	本格的オイル式万華鏡作り、子どもに遊べるおもちゃを作ったり独楽の回し方を指導します。12月に太い注連縄づくりの指導もします。マジックの入門の講習やマジックショーもご要望にお応えできます。幼稚園、保育園、小学校等や地域で計画したことをどうぞ。	①各地でマジック講習会 ②幼･保･小中高･老人介護施設･各種団体でマジックショー及び講習（体験） ③県文･万葉館その他で万華鏡作り講習(オイル式) ④親子しめなわづくり（PTA、学級、公民館、自治会など） ⑤小学校生活科（1、2年）のおもちゃづくりの授業及び先生方への講習（2時間位） ⑥簡単なこまの回し方など 和歌山マジシャンズクラブ講師	日時応相談 交通費:遠方の場合希望 材料費:必要	073-452-8627 090-8792-8890 10　スポーツ・レクレーション
もり　ふくお 森　福男 1954年 生	男	パソコン	パソコン未経験者の方、御高齢の方、趣味のパソコン操作、オフィスソフト・グラフィックソフト・Ｗｅｂ作成ソフトあるいは、ＨＴＭＬ・ＣＳＳ等を使ったホームページ作成、資格取得など、パソコン全般の操作を楽しく学んでいただけます。ＭａｃもＯＫです。	資格:Microsoft認定System Engineer､Microsoftｵﾌｨｼｬﾙﾄﾚｰﾅｰ､初級ｼｽﾃﾑｱﾄﾞﾐﾆｽﾄﾚｰﾀ､IC3認定ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ､ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞﾋﾞﾙﾀﾞｰ認定ﾄﾚｰﾅｰ 活動歴:パソコン教室での10年以上の指導､職業訓練､IT講習会､企業研修など	月～金曜日 午前･午後希望	090-3943-2726 9　技術・技能
やぎ　さちこ 八木　佐知子 1986年 生	女	ヨガ、ピラティス	ヨガはストレッチを重点にし、ピラティスは身体の歪みを矯正しインナーマッスルを鍛える効果があります。ヨガもピラティスも呼吸法は違いますが、呼吸への意識は同じです。この二つを組み合わせたエクササイズ「PIYO」も行っております。	和歌山を中心に泉州地域・神戸とフリーインストラクターとして活動中。 BYTフローティングヨガインストラクター、シニアヨガインストラクター、ヨガインストラクター、日本体育協会公認スポーツリーダー、リハピラティス協会マットピラティス認定トレーナー		090-3287-0730 10　スポーツ・レクリエーション

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
やすだ　かずみ 保田　カズミ 1962年 生	女	いけばな (小原流)	<暮らしにお花>をモットーに、季節感あふれるいけばなを日常に取り入れ、ライフスタイルの向上を目指します。ＪＡＺＺの流れる教室で、心を解放し気軽に楽しくおけいこできるよう心がけています。プリザーブドフラワーを使った講習会も提案しています。	1986年より「いけばな教室」を実施。2007年より「子どもいけばな教室」を開設。和歌山県美術展覧会受賞。その他公募店などに参加。 小原流一級家元教授 ガーデニングコーディネーター認定		090-2356-9189 6　生活文化（茶華道）
やまが　かずこ 山鹿　和子 1942年 生	女	てまり	まりと殿様に歌われたてまりは、日本伝統の工芸品です。多彩な糸が織り成す「てまりつくり」は、つくる人の心を丸く温かくします。昔なつかしい菊模様から、四季の草花模様や、新しい幾何学模様まで、ご一緒に楽しみましょう。	和歌山リビングカルチャー講師、万葉館てまり教室講師 中央コミュニティセンター同好会、河南コミュニティセンター同好会にて指導 日本てまりの会教授		073-424-9388 1　美術・工芸
やますそ　まりこ 山裾　まり子 1951年 生	女	茶道 (表千家)	１６歳より茶華道の稽古を始め、２５歳より指導しています。茶道は表千家流、華道は未生流です。正座が不自由な方の為に立礼（いす）による指導もいたします。	自宅教室、ＪＡ女性会、坂田婦人会、 東部、河南コミュニティセンター教室 大垣内、口須佐文化会館教室 茶道：表千家教授　華道：未生流正目代	子どもから高齢者への指導。習い事から盆点まで指導いたします。	073-471-1502 6　生活文化（茶華道）
やますそ　まりこ 山裾　まり子 1951年 生	女	華道 (未生流)	１６歳より茶華道の稽古を始め、２５歳より指導しています。茶道は表千家流、華道は未生流です。正座が不自由な方の為に立礼（いす）による指導もいたします。	自宅教室、ＪＡ女性会、坂田婦人会、 東部、河南コミュニティセンター教室 大垣内、口須佐文化会館教室 茶道：表千家教授　華道：未生流正目代	子どもから高齢者への指導。習い事から盆点まで指導いたします。	073-471-1502 6　生活文化（茶華道）
やまもと　かずよ 山本　和世 1958年 生	女	フラワーアレンジメント	アレンジメントの基本をベースに季節感のある作品を作れるように。更にスキルアップして自分らしさを形にできるように。生け花の要素を取り入れて、楽しいアレンジ作品を。ご予算、ご要望に応じて、体験、出張レッスンもOKです。プリザーブドフラワーでも。	発明館創作生花教室、ホテルセミナー･デモンストレーション･オブジェ制作、アレンジ教室。 嵯峨御流刀自、都未生流教授、色彩検定3級	指導日時応相談	0736-62-2688 090-3039-8239 5　生活文化
よこやま　あきの 横山　彰乃 1985年 生	女	ヨガ	ゆったりとした動きと呼吸法を中心に、思いっきりリラックスできるヨガを行います。ヨガをすることで気の流れが整い、心と身体のバランスがとれていきます。身体の柔軟性や年齢、性別に関係なく行っていただけます。	イベントを中心に活動しています。 全米ヨガアライアンスヨガインストラクター（RYT500）	曜日・時間指定なし 初心者対象のヨガ・親子ヨガ・メンズヨガ等も対応可能です。 ヨガマットは受講者負担	080-1447-5187 10　スポーツ・レクリエーション
よしむら　よしみ 吉村　佳美 非公開	女	朗読、読み聞かせ	早口ことばなどで発声の基礎を学びます。滑舌が良くなり、脳のトレーニングにもなります。学校、読み聞かせグループや音訳ボランティアグループなどに出前事業も承っています。初心者大歓迎！新しい趣味にまた仲間づくりに朗読を始めませんか。	平成２６年、和み朗読教室を立ち上げる。公民館講座の講師を務める。 幼稚園や小学校、公民館で朗読や読み聞かせ。幼稚園で「子育てと読み聞かせ」セミナー開催。大学で朗読講座開催中。 一般社団法人日本朗読協会パートナースクール講師	曜日・時間指定なし	090-5053-2272 11　趣味・娯楽

○五十音順（HP用）

氏　名 生　年	性別	指導分野	指導内容・ＰＲ等	活動歴・資格	備考	連絡先電話番号 分　類
よしむら　よしみ 吉村　佳美 非公開	女	話し方、コミュニケーション	コミュニケーション力をあげる表情や声のトーン、話す時の姿勢について学びます。また、あいづちのうち方など聴き方についてもレッスン致します。学校や職場、地域の自治会やサークルなど出前授業も承ります。	公民館、企業研修、学校で指導中 一般社団法人日本朗読協会パートナースクール講師 第一印象マナー講座講師取得、メンタルケア心理士講座修了	曜日・時間指定なし	090-5053-2272 5　生活文化
		茶道	ホームページへの掲載はしておりません。 詳細は、生涯学習課までお問い合わせください。 ＴＥＬ：０７３－４３５－１１３８			6　生活文化（茶華道）
		園芸	ホームページへの掲載はしておりません。 詳細は、生涯学習課までお問い合わせください。 ＴＥＬ：０７３－４３５－１１３８			11　趣味・娯楽
		和歌山市の歴史	ホームページへの掲載はしておりません。 詳細は、生涯学習課までお問い合わせください。 ＴＥＬ：０７３－４３５－１１３８			8　教育