

メニュー	一人ひとりの人生にオーダーメイドの“あんしん”を	氏名	中野 武夫	ふりがな (代表)	なかの たけお			
指導内容	<p>◆「認知症に備える口座管理セミナー」 高齢期に備えた資産管理や、認知症発症時に生じる金融トラブルを防ぐための基本知識をわかりやすく解説します。具体的には、成年後見人制度、家族信託、銀行口座凍結リスクへの備えなどを取り上げます。</p> <p>◆「相続セミナー」 【争続】を防ぐための遺言書作成のポイント、相続税の基礎知識、生前贈与の活用方法について、事例を交えて分かり易くお伝えいたします。難しい法律や税金の話も、身近な例を交えながらお話しします。</p> <p>◆「資産運用セミナー」 老後資産の準備や、インフレ対策を考えた資産運用の基礎知識を中心に、新NISA、iDeCo、変額保険などの活用法を紹介いたします。初心者の方にも安心してご参加できる無理のない資産づくりの考え方を伝えます。</p>							
居住区域	郡山市							
連絡先	<p>生涯学習課にお問い合わせください。 (024-924-2441)</p>							
指導可能な曜日、時間の目安	午前 月～日 午後 月～日 夜間 月～日 備考：	連絡可能な時間の目安	午前9時～午後6時 備考：					
活動区域		指導対象	年代不問					
自己PR	(資格)相続診断士、(社)認知症アドバイザー、TLC (FP2級)、MDRT成績資格会員。私は長年、生保、資産運用、相続対策の相談業務に携わってまいりました。特に高齢者の資産管理、相続問題については数多くのご相談を受け、家族の安心づくりのサポートをした経験があります。							
講師料	無料							
交通費	不要							
教材費	無料							

メニュー	足裏ケアで姿勢改善	氏名	遊佐 真結子	ふりがな (代表)	ゆさ まゆこ			
指導内容	日常の動きを楽にする。足裏とバランスの実践教室。足裏のアーチ機能と姿勢、歩行との関係を理論と実践の両面から分かりやすく指導します。立ち方や歩き方を見直して、疲れにくく動きやすい体を育てる。							
居住区域	郡山市							
連絡先	生涯学習課にお問い合わせください。 (024-924-2441)							
指導可能な曜日、時間の目安	午前 木・金・土 午後 月・火・水・土 夜間 月・火・水 備考：	連絡可能な時間の目安	午前9時～午後5時 備考：					
活動区域		指導対象	年代不問					
自己PR	これまで多くの方に体に触れる中で、体と心は深くつながることを実感してきました。足裏を整えることで、姿勢や動きが軽くなるだけではなく、気持ちまで前向きになられる方が多くいらっしゃいます。日常の中で無理なく続けられる体の整え方を伝えたい。							
講師料	有料 (1時間 4,000 円)							
交通費	要 (実費程度)							
教材費								

メニュー	ストレッチ・介護予防運動・リンパを流すセルフマッサージ等	氏名	小泉 千代子	ふりがな (代表)	こいづみ ちよこ
指導内容	健康を保つための呼吸法や正しい姿勢を身につけ、ストレッチにより身体を伸ばし血管、筋肉、関節等の若返りをはかり、自分の身体と向き合うことで精神的・身体的なリフレッシュや安定感の向上を目指す。生活の中での運動習慣を身につける。				
居住区域	郡山市				
連絡先	生涯学習課にお問い合わせください。 (024-924-2441)				
指導可能な曜日、時間の目安	午前 火・水・木 午後 火・水・木 夜間 備考：	連絡可能な時間の目安	午後2時～午後6時 備考：		
活動区域		指導対象	年代不問		
自己	日本女子体育大学卒業、高校保健体育教諭、公務員をリタイヤ後地方独立法人東京都健康長寿医療センター介護予防運動指導員資格取得。健康に				
P	生活するための無理のない運動を指導中です。p				
R					
講師料	有料(要相談)				
交通費	不要				
教材費	無料				

メニュー	カービング講座、タイ料理、国際理解講座、キッズイングリッシュユ	氏名	竹田 有理	ふりがな (代表)	たけだ ゆり			
指導内容	<p>体験型・国際理解講座 体験活動を通して異文化への理解を深め、国際的な視野を育むことを目的とする。</p> <p>カービング講座：タイの伝統工芸。野菜や果物、せっけん等をナイフ 1 本で制作活動を行う。</p> <p>タイ料理：家庭で再現可能な料理を中心に食文化や習慣について学ぶ。</p> <p>国際理解講座：DEAR の開発教育教材を用いて体験的な活動を行なながら文化の違いや多様性をたのしく学ぶ。</p> <p>キッズイングリッシュ：英語を用いた簡単なやりとりやゲームを用いて楽しく学べる内容とする。</p>							
居住区域	福島市							
連絡先	<p>生涯学習課にお問い合わせください。 (024-924-2441)</p>							
指導可能な曜日、時間の目安	午前 月・火・水・木・金・土・日 午後 月・火・水・木・金・土・日 夜間 月・火・水・木・金・土・日 備考：	連絡可能な時間の目安	いつでも 備考：					
活動区域		指導対象	年代不問					
自己	国際理解分野を中心に学習センターや教育委員会事業において講師活動を行っている。海外生活の経験と教育分野での指導実績を生かし、体験を通して学ぶ国際理解講座を企画・実施している。							
P	英語教員免許を有し、福島県国際交流協会外部講師としての実績がある。							
R	対象年齢や事業内容に応じて内容を調整し、子どもから大人まで無理なく参加できる講座運営を心掛けている。							
講師料	有料 (1回 7, 000 円)							
交通費	要 (実費程度)							
教材費	有料 (実費程度)							