

メニュー	ベビーヨガレッチ（親子ヨガ）	氏名	安斎 麻衣	ふりがな （代表）	あんざい まい
指導内容	子どもの身体可動域トレーニング・脳トレーニングと産後のママの心と体のケアを目的とした親子ヨガ&ストレッチ。歌にあわせて動き、ママもリフレッシュします。				
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 月～土 午後 月～土 夜間 備考：	連絡可能な時間の目安	午前 10 時～午後 5 時 備考：		
活動区域	郡山市・福島県内（応相談）	指導対象	親子（主にママと 0～3 歳児）		
自己PR	ママのリラックス・リフレッシュを大切に、子どもの可能性を引き出すふれ合いを伝えております。 脳育ベビーヨガレッチインストラクター、IHTAチャイルドボディセラピストインストラクター、IHTA指定校 乳幼児睡眠アドバイザー				
講師料	要相談				
交通費	要（実費程度）、郡山市内無料				
教材費	無料（マット使用する場合、有料貸出可能）				

メニュー	ねんね講座	氏名	安斎 麻衣	ふりがな (代表)	あんざい まい
指導内容	赤ちゃんの夜泣きの原因、生活リズムと寝かしつけ、乳幼児期の眠りの特徴、ねんねトレーニングとは、夜泣きに悩むママ・パパに寄りそいながら、「安心」を届けるサポートを行います。				
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 月～土 午後 月～土 夜間 備考：	連絡可能な時間の目安	午前 10 時～午後 5 時 備考：		
活動区域	郡山市・福島県内（応相談）	指導対象	親子、乳幼児の保護者、マタニティ		
自己PR	夜泣き・寝かしつけ個別相談など活動中。 自身も、夜泣きと寝かしつけに悩んだ経験から、正論だけではない、心に寄りそうサポートに努めております。 乳幼児睡眠アドバイザー、眠育アドバイザー				
講師料	要相談				
交通費	要（実費程度）、郡山市内無料				
教材費	無料（テキスト希望時は応相談）				

メニュー	ベビーマッサージ・トレーニング	氏名	大河原 里美	ふりがな (代表)	おおかわら さとみ
指導内容	赤ちゃん（お子さん）とお母様の絆づくり、コミュニケーションを深めて、お子様との時間を作り、育児・子育ての自信につなげていけるよう、歌遊びを入れながらタッチングを楽しみます。お母様も一緒にトレーニングを楽しめます。				
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 月・水・木・土 午後 火・木・土 夜間 備考：	連絡可能な時間の目安	午前8時～午後8時 備考：		
活動区域	郡山市内	指導対象	子ども・親子		
自己PR	国際ボンディング協会認定、ベビーマッサージスペシャリスト				
講師料	1時間 5,300円～				
交通費	要（実費程度）				
教材費					

メニュー	ベビー&ママビクス	氏名	郡司 泰子	ふりがな (代表)	ぐんじ ひろこ
指導内容	<p>赤ちゃんのベビーマッサージとお母さんのためのシェイプアップやリフレッシュを行います。ベビーマッサージは、お母さんが赤ちゃんに触れることで、心と体をリラックスさせ、発育に良い影響を与えます。</p> <p>さらに、親子の絆を深め、愛情と信頼関係も育てます。マッサージの後は、産後の気になる体重や体型をケアし、お母さん同士のコミュニケーションでリフレッシュしていきます。</p>				
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 金 午後 月・水・金 夜間 備考：土・日は相談に応じます	連絡可能な時間の目安	午前9時～午後6時 備考：		
活動区域	郡山市内	指導対象	親子		
自己PR	<p>J A F A / G F I エアロビインストラクター ベビーマッサージは、子育てサークルなどで講師経験あり。 現在、フィットネスクラブでエアロビクス、アクアビクスなど指導。</p>				
講師料	1時間 4000円				
交通費	なし				
教材費	無料				

メニュー	読み聞かせ	氏名	開南語りの会	ふりがな (代表)	品竹 悦子
指導内容	民話語り、エプロンシアター、ゆび人形、絵本読み聞かせ、紙芝居、手遊び、わらべ歌。				
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 月～日 午後 月～日 夜間 月～日 備考：	連絡可能な時間の目安	午前 7 時 30 分～午後 9 時 備考：朝早くか夜だと確実です。		
活動区域	指定なし	指導対象	年代性別不問		
自己PR	福島県社会福祉協議会会長表彰を受賞。子供から大人までみんなが楽しめる民話を中心に語る会です。絵本の読み聞かせ、手遊びなども取り入れ、幅広い活動を行っています。特に 85 歳と 82 歳の会員による大人の紙芝居は大変好評です。令和 2 年 10 月福島県知事感謝状を受賞。				
講師料	無料				
交通費	要 (実費程度)				
教材費	実費程度				

メニュー	読み聞かせ	氏名	おはなし会がらがらどん	ふりがな (代表)	蛭田 恭子
指導内容	絵本の読み聞かせ、紙芝居、工作、組木人形劇、わらべうた				
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 月・火・水・木・金・土 午後 月・火・水・木・金・土 夜間 備考：	連絡可能な時間の目安	午前9時～午後8時 備考：		
活動区域	郡山市内	指導対象	年代不問		
自己PR	大人子どもと一緒に絵本や紙芝居、わらべうたなどで一緒に楽しみましょう！！大人気 組木の人形劇もあります。				
講師料	無料				
交通費	要(実費程度)				
教材費	無料				

メニュー	子ども相談	氏名	合同会社ムライスタディ	ふりがな (代表)	村井 眞一
指導内容	集団生活における友だち関係、進学時のコースや志望校の選択、高校生の赤点対策と進級、進学校における文武両道の生活バランスの立て直し、行き渋り問題、低学年のひらがな・カタカナや数字の学び遅れ、授業内容の習熟不足、毎日の宿題のさせ方、不登校児の学び直しと高認対策				
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 月～日 午後 月～日 夜間 月～日 備考：	連絡可能な時間の目安	いつでも 備考：		
活動区域	郡山市、須賀川市、本宮市、二本松市、田村市	指導対象	年代不問 「子どもを持つ保護者」		
自己PR	<p>村井先生の紹介</p> <p>1966年生まれ。福島大学卒。郡山市在住で、小学校の教員経験もあり、指導歴は30年以上。長年にわたり、子どもたちと携わってきました。現在7歳と4歳の孫がおり、子どもたちを喜ばせるのが得意。</p> <p>村井先生からメッセージ</p> <p>2023年3月、合同会社「ムライスタディ」を立ち上げ、個別指導の家庭教師として、子どもたちの学力向上と将来の夢の実現に向けて、子ども目線の新しい授業を工夫して来ました。</p> <p>保護者や子どもの悩みの解決、アドバイスが特に得意です。</p> <p>過去には不登校の生徒が学校に通うようになり、赤点が解消し大学へ推薦で合格したりもしました。</p> <p>現在、特に特別支援教育と不登校支援についても学びながら、日々、子どもたちの支援を行っているところです。ありがたいことに、保護者のみなさまから多数の感謝の言葉を頂いております。</p> <p>現在、家庭学習や学校生活でお悩みを抱えている方、ぜひムライスタディにご相談ください。</p>				
講師料	60分×4回まで無料それ以降は有料(応相談)				
交通費	不要				
教材費	無料				

メニュー	親子のより良い関係づくりを学ぶ、ペアレントトレーニング	氏名	圓谷 円	ふりがな (代表)	つむらや まるみ
指導内容	子どもに寄り添う子育てを目指し、子どもの問題行動を減らし、望ましい行動を効果的にしつけるスキル「わかりやすいコミュニケーション」「効果的なほめ方」など、6セクションを体験的に学ぶプログラムのトレーニング。				
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 月・水・金・土 午後 月・水・金・土 夜間 月・金・土 備考：	連絡可能な時間の目安	午前8時～午後5時 備考：		
活動区域	指定なし	指導対象	年代不問		
自己PR	学校心理士資格有 小学校教諭一種、幼稚園教諭二種免許保有 福島県公立小学校に38年間勤務（校長経験有） 郡山市教育委員会生涯学習課 社会教育指導員7年間経験 郡山私立こども園カウンセラー経験有				
講師料	有料（1時間2,500円）				
交通費	不要				
教材費	無料				

メニュー	着物リメイク	氏名	末廣 景子	ふりがな (代表)	すえひろ けいこ
指導内容	洋裁 着物を洋服にリメイク 型紙づくり				
居住区域	白河市				
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 月～日 午後 月～日 夜間 月～日 備考：	連絡可能な 時間の目安	午前8時～午後6時 備考：		
活動区域	福島県内	指導対象	年代不問		
自己PR	洋裁専門学校准教員免許、アパレルCAD 東レ 洋裁技能士上級 着物着付け講師				
講師料	有料 (1時間 5000円または1回 5000円)				
交通費	要 (実費程度)				
教材費	有料 (実費程度)				

メニュー	着付け	氏名	末廣 美津子	ふりがな (代表)	すえひろ みつこ
指導内容	着物のきかた、着せ方（ゆかた、小紋、訪問着、袴）、着物の種類とTPOに合わせた装い、着物の管理の仕方（手入れとしまい方）、着物の産地主に手結び（前結びも可） 小紋・訪問着・留袖・袴まで、半巾帯・名古屋帯・袋帯の結び方 きものと帯の柄・染めと織り・産地・色について（和名）簡単な服飾史				
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～日 午後 火～土 夜間 火～土 備考：	連絡可能な時間の目安	午前8時～午後8時 備考：		
活動区域		指導対象	年代不問		
自己PR	着物着つけ講師1級免許、結婚式場での着付け、講師経験有り（販売は一切なしです）、きもの専門店で18年間勤務、百寿会きものセミナー（主に公民館於 令和元年度より）				
講師料	1回1,000円				
交通費	要（実費程度）				
教材費	無料（コピー代実費負担願います）				