

|                       |                                                    |                |                  |              |         |
|-----------------------|----------------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|---------|
| メニュー                  | 着付け                                                | 氏名             | 濱津 フミ子           | ふりがな<br>(代表) | はまつ ふみこ |
| 指導内容                  | 着物の着方、着せ方、普段着～礼装用<br>帯結び（お太鼓&変化結び）、帯の前結び           |                |                  |              |         |
| 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。<br>(024-924-2441)                |                |                  |              |         |
| 指導可能な<br>曜日、時間<br>の目安 | 午前 月・木・金<br>午後 月・木・金<br>夜間<br>備考：                  | 連絡可能な<br>時間の目安 | 午前8時～午後7時<br>備考： |              |         |
| 活動区域                  | 指定なし                                               | 指導対象           | 年齢性別不問           |              |         |
| 自己PR                  | 文部科学省認可 財団法人民族衣装文化協会認定講師<br>マナー文化教育協会 実用マナー検定 3級認定 |                |                  |              |         |
| 講師料                   | 有料（応相談）                                            |                |                  |              |         |
| 交通費                   | 不要                                                 |                |                  |              |         |
| 教材費                   | 無料                                                 |                |                  |              |         |

|               |                                                               |            |                  |              |          |
|---------------|---------------------------------------------------------------|------------|------------------|--------------|----------|
| メニュー          | トータルビューティ（イメージアップ）                                            | 氏名         | 樋渡 恵子            | ふりがな<br>(代表) | ひわたし けいこ |
| 指導内容          | ・自分に似合う色（パーソナルカラー診断） ・カラー診断に基づくメイクアドバイス ・カラー診断に基づくヘアスタイルアドバイス |            |                  |              |          |
| 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。<br>(024-924-2441)                           |            |                  |              |          |
| 指導可能な曜日、時間の目安 | 午前 月・火・水・木・金<br>午後<br>夜間<br>備考：                               | 連絡可能な時間の目安 | 午前8時～午後8時<br>備考： |              |          |
| 活動区域          |                                                               | 指導対象       | 大人のみ             |              |          |
| 自己PR          | 美容師免許 カラーコーディネーター（2級）                                         |            |                  |              |          |
| 講師料           | 有料                                                            |            |                  |              |          |
| 交通費           | 要（実費程度）                                                       |            |                  |              |          |
| 教材費           | 有料（実費程度）                                                      |            |                  |              |          |

|               |                                                    |            |                  |              |          |
|---------------|----------------------------------------------------|------------|------------------|--------------|----------|
| メニュー          | TPO にあわせたメイク術                                      | 氏名         | 渡辺 美千代           | ふりがな<br>(代表) | わたなべ みちよ |
| 指導内容          | メイクアップ術（基本的なメイク）<br>・若々しく見えるメイク<br>・T・P・Oに合ったメイク   |            |                  |              |          |
| 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。<br>(024-924-2441)                |            |                  |              |          |
| 指導可能な曜日、時間の目安 | 午前 月～金・日<br>午後 月～金・日<br>夜間 月～金・日<br>備考：            | 連絡可能な時間の目安 | 午前9時～午後7時<br>備考： |              |          |
| 活動区域          | 郡山市内                                               | 指導対象       | 大人のみ             |              |          |
| 自己PR          | 今までにメイクをした方の累計が2万人を超えました。週末は、結婚式などで花嫁さんのメイクをしています。 |            |                  |              |          |
| 講師料           | 1時間 4,000円                                         |            |                  |              |          |
| 交通費           | 要（実費程度）                                            |            |                  |              |          |
| 教材費           | 無料                                                 |            |                  |              |          |

|                       |                                                    |                |                      |              |        |
|-----------------------|----------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|--------|
| メニュー                  | ソーイング・ミシン                                          | 氏名             | 佐野 祐子                | ふりがな<br>(代表) | さの ゆうこ |
| 指導内容                  | 小・中学生のミシンの使い方をていねいに教えます。<br>家庭科のミシン学習の支援をします。      |                |                      |              |        |
| 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。<br>(024-924-2441)                |                |                      |              |        |
| 指導可能な<br>曜日、時間<br>の目安 | 午前 月・火・水・木・金<br>午後 月・火・水・木<br>夜間<br>備考：            | 連絡可能な<br>時間の目安 | 午前 9 時～午後 6 時<br>備考： |              |        |
| 活動区域                  |                                                    | 指導対象           | 小学生・中学生              |              |        |
| 自己<br>PR              | 元小学校教諭<br>ミシンを使って各種小物や簡単な洋服・コート作り、また着物リメイクを行っています。 |                |                      |              |        |
| 講師料                   | 有料（応相談）                                            |                |                      |              |        |
| 交通費                   | 要（実費程度）                                            |                |                      |              |        |
| 教材費                   | 有料（実費程度）                                           |                |                      |              |        |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |            |                |              |         |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------|--------------|---------|
| メニュー          | 料理（飾り巻き寿司）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 氏名         | 佐藤 久子          | ふりがな<br>（代表） | さとう ひさこ |
| 指導内容          | 「作って楽しい」「見て可愛い」「食べて美味しい」 飾り巻き寿司作りに挑戦してみませんか。講座では「寿司めし」の作り方から多種多様な「飾り巻き寿司」作りを親切、丁寧にご指導いたします。（椎茸の戻し方・かんぴょう、椎茸の煮方・ご飯の炊き方・合わせ酢の割合など）詳しくは「飾り巻き寿司、佐藤久子」で検索しますとご覧になれます。四季折々のお漬物、家庭料理も応相談。                                                                                                                                                                                                                   |            |                |              |         |
| 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。<br>(024-924-2441)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |            |                |              |         |
| 指導可能な曜日、時間の目安 | 午前 火・水・木・金・土<br>午後 水・木・金<br>夜間<br>備考： 他曜日応相談                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 連絡可能な時間の目安 | 午後5時以降<br>備 考： |              |         |
| 活動区域          | 指定なし                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 指導対象       | 年齢性別不問         |              |         |
| 自己PR          | J S I A寿司インストラクター協会、飾り巻き寿司マスターインストラクター、川澄健監修日本すし学院すし 1 級・生涯学習開発財団デコ巻きずしマイスター、生涯学習開発財団 デコもち講師 いなり寿司マイスター、絵巻き寿司スペシャリスト、お漬物教室もやっています。指導可能な曜日、時間等の諸条件は講座と同じです。自宅教室で指導しております。希望により飾り巻き寿司インストラクターの資格取得もできます。<br>開設講座・FTV（福島テレビ）カルチャーセンター、NHK カルチャーセンター、米沢市鷹山大学公民館（郡山、福島、二本松、本宮、白河、須賀川、会津坂下町、石川郡浅川町、会津柳津町、会津金山町、鏡石、山形県米沢、クリナップドレミサロン（郡山、宇都宮、大田原、福島、会津若松等）出演テレビ NHK テレビ、福島放送（FKB）、福島中央テレビ、テレビユー福島、福島テレビ（FTV） |            |                |              |         |
| 講 師 料         | 有料（応相談）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                |              |         |
| 交 通 費         | 要（実費程度）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |                |              |         |
| 教 材 費         | 有料（実費程度）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |            |                |              |         |

|                       |                                                                                                                                                                 |                |             |              |         |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|--------------|---------|
| メニュー                  | 料理教室（簡単・時短・節約レシピ）                                                                                                                                               | 氏名             | 関根 紀子       | ふりがな<br>（代表） | せきね のりこ |
| 指導内容                  | クックパットでは簡単時短レシピで殿堂入りが多数、上位にも選抜されました。目で見ても嬉しい料理も得意です。身体に優しい食材で免疫力、代謝アップにつなげる料理教室を楽しく開催しております。食べる力は生きる力！食べ物のパワーで体が喜ぶ内容です。                                         |                |             |              |         |
| 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。<br>(024-924-2441)                                                                                                                             |                |             |              |         |
| 指導可能な<br>曜日、時間<br>の目安 | 午前 いつでも<br>午後<br>夜間<br>備考：                                                                                                                                      | 連絡可能な<br>時間の目安 | いつでも<br>備考： |              |         |
| 活動区域                  |                                                                                                                                                                 | 指導対象           |             |              |         |
| 自己PR                  | 「美味しく食べて健康に」2018 年福島初！Cookpad 料理教室《のりこのおうちごはん》に認定されました。又、地域コーディネーターとして小中4校より食育講師に任命。自らの病気を食で体質改善に成功させました。一人でも多くの方が笑顔となることをモットーとし自宅及び全国で料理教室を展開し、食のノウハウを伝えております。 |                |             |              |         |
| 講師料                   |                                                                                                                                                                 |                |             |              |         |
| 交通費                   | 要                                                                                                                                                               |                |             |              |         |
| 教材費                   | 有料（実費程度）                                                                                                                                                        |                |             |              |         |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                |                  |              |         |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|---------|
| メニュー                  | 料理（ハーブ料理）                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 氏名             | 瀧田 勉             | ふりがな<br>(代表) | たきた つとむ |
| 指導内容                  | ハーブ料理（ハーブソーセージ・ハーブピザ等）の実技指導 ハーブの効能(ハーブカレー・スパイス作り等)の勉強<br>ハーブを使用したスイーツの実技指導 大型絵本のおはなし会をしながらハーブ料理を作る                                                                                                                                                                                                    |                |                  |              |         |
| 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。<br>(024-924-2441)                                                                                                                                                                                                                                                                   |                |                  |              |         |
| 指導可能な<br>曜日、時間<br>の目安 | 午前<br>午後<br>夜間<br>備考： いつでも                                                                                                                                                                                                                                                                            | 連絡可能な<br>時間の目安 | 携帯優先でいつでも<br>備考： |              |         |
| 活動区域                  | 郡山市内を中心として福島県内全域                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 指導対象           | 年齢性別不問           |              |         |
| 自己PR                  | <p>「ハーブとスローライフの研究家」をしております。調理師、ソムリエ、唌酒師、名誉唌酒師、ビアテイスター、コムラードオブチーズなどの資格も保有しており、ハーブと飲食、健康と安全をキーワードにおしゃれで楽しい生活雑学をお伝えします。ハーブをアクセントとした新しい商品や食品の6次化開発等の講座も得意としております。</p> <p>どうぞお気軽にお問い合わせ下さいませ。 <a href="http://www.herbandslowlife.com">http://www.herbandslowlife.com</a> 「ハーブたきた」とインターネット検索で情報が出て来ます。</p> |                |                  |              |         |
| 講師料                   | 1時間 4500円                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                |                  |              |         |
| 交通費                   | 要（実費程度）                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                |                  |              |         |
| 教材費                   | 要 1人1,000円程度                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                |                  |              |         |

|               |                                                                                                                |            |                       |              |         |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------------------|--------------|---------|
| メニュー          | ハワイ料理・イギリス料理・韓国料理                                                                                              | 氏名         | 間庭 妙子                 | ふりがな<br>(代表) | まにわ たえこ |
| 指導内容          | 調理実習・実技指導。(ハワイ料理、韓国料理、菓子類他) 食育、発酵食品、漢方食に関する料理教室や講演など。親子、子供向け料理講座。                                              |            |                       |              |         |
| 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。<br>(024-924-2441)                                                                            |            |                       |              |         |
| 指導可能な曜日、時間の目安 | 午前 月・火・水・木・金・土・日<br>午後 月・火・水・木・金・土・日<br>夜間 月・火・水・木・金・土・日<br>備考：                                                | 連絡可能な時間の目安 | 午前8時～午後10時 携帯に<br>備考： |              |         |
| 活動区域          | 県内                                                                                                             | 指導対象       | 年齢性別不問                |              |         |
| 自己PR          | 福島テレビにてレギュラー番組(2本)7年間出演。 ラジオレギュラー番組、県内企業イベント多数出演。 雑誌、パンフレット、チラシ等の<br>フードコーディネーター多数 著作本「韓国ドラマごはん」Amazonにて。(配信中) |            |                       |              |         |
| 講師料           | 有料(応相談)                                                                                                        |            |                       |              |         |
| 交通費           | 要(実費程度)                                                                                                        |            |                       |              |         |
| 教材費           | 有料(実費程度)                                                                                                       |            |                       |              |         |

|                       |                                             |                |                      |              |          |
|-----------------------|---------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|----------|
| メニュー                  | 料理                                          | 氏名             | 藁谷 美代子               | ふりがな<br>(代表) | わらがや みよこ |
| 指導内容                  | 郷土料理・野菜や材料の下処理や保存の仕方・漬物の漬け方・常備菜・家庭料理など総合的全般 |                |                      |              |          |
| 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。<br>(024-924-2441)         |                |                      |              |          |
| 指導可能な<br>曜日、時間<br>の目安 | 午前 いつでも<br>午後 いつでも<br>夜間<br>備考：             | 連絡可能な<br>時間の目安 | 午前 9 時～午後 8 時<br>備考： |              |          |
| 活動区域                  | バスで移動できる範囲                                  | 指導対象           | 年代不問                 |              |          |
| 自己<br>P<br>R          | 役に立つ野菜や材料の下処理や保存の仕方や漬け物の漬け方。常備菜などの料理教室      |                |                      |              |          |
| 講師料                   | 有料                                          |                |                      |              |          |
| 交通費                   | 要（実費程度）                                     |                |                      |              |          |
| 教材費                   | 有料（実費程度）                                    |                |                      |              |          |

|                       |                                                                         |                |                  |              |          |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|----------|
| メニュー                  | 和洋コラボスイーツ                                                               | 氏名             | 五十嵐 眞紀子          | ふりがな<br>(代表) | いがらし まきこ |
| 指導内容                  | 和の食材を洋菓子にとり入れ、アフタヌーンティーとしてお作りして行きます。1つのアイテムだけでも大丈夫です。                   |                |                  |              |          |
| 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。<br>(024-924-2441)                                     |                |                  |              |          |
| 指導可能な<br>曜日、時間<br>の目安 | 午前 いつでも<br>午後 いつでも<br>夜間<br>備考：                                         | 連絡可能な<br>時間の目安 | 午前9時～午後5時<br>備考： |              |          |
| 活動区域                  |                                                                         | 指導対象           | 大人のみ、年代不問、その他応相談 |              |          |
| 自己<br>PR              | 長年パティシエとして働いています。調理師、製菓衛生師、コーヒーコーディネーター、シュガークラフト講師<br>紅茶の専門店に約10年勤めました。 |                |                  |              |          |
| 講師料                   | 有料                                                                      |                |                  |              |          |
| 交通費                   | 不要                                                                      |                |                  |              |          |
| 教材費                   | 有料                                                                      |                |                  |              |          |