

メニュー	ツボ健康マッサージ法	氏名	平栗 辰也	ふりがな (代表)	ひらぐり たつや
指導内容	全身に361ある「つぼ」を、お互いにおもしろ楽しくマッサージ体験や、リハビリ体操を実践し、そして自分自身には「つまようじ鍼」や「ヘアドライヤー温灸」等で生活習慣病の予防、健康増進に役立つ、つぼ刺激健康法をご紹介します。心も身体もリフレッシュしましょう！				
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 日 午後 月・火・水・木・金・土・日 夜間 月・火・水・木・金・土・日 備考：上記以外でも相談により可	連絡可能な時間の目安	月～金 9時～12時 15時～19時 土 9時～13時 備考：メール、FAXなら年中無休		
活動区域	郡山市内	指導対象	年齢性別不問		
自己PR	<ul style="list-style-type: none"> <li>●(公社)福島県鍼灸あん摩マッサージ指圧師会会長●赤門鍼灸柔整専門学校講師●福島医療専門学校評議員●(株)源気堂指圧鍼灸接骨院代表</li> <li>●あん摩マッサージ指圧師●はり師●きゅう師●柔道整復師●介護福祉士●介護支援専門員●日本赤十字社救急法・幼児安全法・健康生活支援講習指導員●消防応急手当普及員●デイ・サービスセンター機能訓練指導員●福祉用具専門相談員●(公財)日本レクリエーション協会公認指導者レクリエーション・コーディネーター●(公社)日本キャンプ協会公認キャンプ・ディレクター1級指導者●(公財)日本ユース・ホステル協会公認ホステリング・ディレクター1級指導者</li> </ul>				
講師料	1時間 4500円				
交通費	要(実費程度)				
教材費	無料				

メニュー	アロマセラピー	氏名	樋渡 恵子	ふりがな (代表)	ひわたし けいこ
指導内容	・アロマオイルを使用するハンドトリートメント ・アロマオイルの効能と使い方				
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 午後 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		指導対象	大人のみ		
自己PR	アロマセラピー（1級） アロマセラピーアドバイザー ハンドトリートメントインストラクター				
講師料	有料				
交通費	有料				
教材費	有料				

メニュー	笑い与健康（認知症予防・ロコモ）	氏名	口福亭 龍笑(藤沼 龍雄)	ふりがな (代表)	こうふくていりゅうしょう(ふじぬまたつお)
指導内容	「笑い与健康」「笑いの効用」「笑学校」「笑話」「面白い話」の講演 マジックショー、楽しいクイズ、健康な身体作り（簡単、実行効果有り）、認知症予防について。 「笑い認知症予防」「笑いロコモ」「笑門来福健康法」				
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 午後 夜間 備考：応相談	連絡可能な時間の目安	午前9時～午後9時 備考：		
活動区域	市内及び県内	指導対象	大人（主に）		
自己PR	明るい性格で楽しい話題が一杯。知識が豊富で役に立つお話を。お笑い学会、東北支部（仙台）講師。（15年） 郡山マジック愛好会 会長（43年） 「健康教室」「敬老会」「生涯学習の会」、ふれあい、「いきいき学級などの開・閉校式」「講座の一コマ」など。				
講師料	5,000円～				
交通費	要（実費程度）				
教材費	無料				

メニュー	健康づくりと予防医学の両面から「アロマ・マッサージについて」{巻き爪のケア}	氏名	村野 起佐子	ふりがな (代表)	むらの きさこ
指導内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・香りは自律神経に良い影響を与える。</li> <li>・オイルを使ってマッサージすると皮膚のあれ、手足の冷え、むくみ等緩和される。</li> <li>・肌との触れ合いから身近なコミュニケーションにもつながる。</li> <li>・足の巻き爪のケア</li> </ul>				
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 いつでも 午後 いつでも 夜間 いつでも 備考：応相談	連絡可能な時間の目安	午前 10 時～午後 7 時 備考：携帯ならいつでも		
活動区域	指定なし	指導対象	年代性別不問		
自己PR	看護師として 35 年間西洋医学に従事。今、鍼灸・あん摩・マッサージとして地域と密着しながら仕事している。現代のストレスの質も以前に比べ多様化している。本来の自然治癒力を維持増進していくため、健康づくりと予防医学の両面からアロマセラピーを伝授したい。				
講師料	無料				
交通費	要 (実費程度)				
教材費	有料 (実費程度) ※アロマセラピーのオイル代等				

メニュー	リンパマッサージ	氏名	吉田 博美	ふりがな (代表)	よしだ ひろみ
指導内容	・「フット」「ハンド」「小顔マッサージ」などの全身のセルフケアマッサージを指導				
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～土 備考：	連絡可能な時間の目安	午前9時～午後7時 備考： r-sunflower@live.jp		
活動区域	郡山市内、県内、	指導対象	年代性別不問		
自己PR	【資格】税理士 行政書士 1級 FP 技能士 ファイナンシャルプランナー(CFP) 宅地建物取引士 産業カウンセラー キャリアコンサルタントほか 【講師経験】銀行・証券会社・保険会社・郡山市・税務署・商工会議所・市内小中学校ほか				
講師料	有料(応相談)				
交通費	要 (実費程度)				
教材費	無料				

メニュー	お香	氏名	香房 陽胡	ふりがな (代表)	一見 陽胡
指導内容	<p>天然の香原料(大半が漢方薬に使用されている)を使い、五感をフルに生かし自分だけの香りを香袋や塗香、線香に作りあげていただきます。</p> <p>特に線香は先祖供養にはかかせないお品です。手作り線香での墓参りにはとても心が落ち着きます。</p> <p>コロナ禍の今自然の恵みの香りを楽しみ、心と体を整える香りを提案いたします。</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 午後 夜間 備考：応相談	連絡可能な時間の目安	午前 10 時～午後 9 時 備考：		
活動区域	指定なし	指導対象	年代性別不問		
自己PR	心地良い香りは若さの秘訣です。“五感を鍛える香り遊び”をテーマに香司という資格、また色彩ピュアカウンセラー、生涯学習インストラクターの資格を生かし、和の香りの良さ効用を多くの方に知って戴ければと思っております。				
講師料	1 時間 4,500 円				
交通費	要 (実費程度)				
教材費	有料 (実費程度)				

メニュー	苔アート (苔玉・苔テラリウム)	氏名	藁谷 美代子	ふりがな (代表)	わらがや みよこ
指導内容	乾燥苔で作る苔玉、自然な苔と植物とモチーフを使って作る苔テラリウム、流木に植物と苔を合わせる流木の苔アート・苔リース作りなど				
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 いつでも 午後 いつでも 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	バスで移動できる範囲	指導対象	年代不問		
自己PR	苔アートを始めて15年になりました。自宅兼アトリエで製作販売し郡山市内外を問わず催事・イベント・フェアにて多数講師経験あり TV、ラジオ、SNSにて取材・放送あり・希望に応じています。				
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	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）				

メニュー	着付け	氏名	濱津 フミ子	ふりがな (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 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。 (024-924-2441)				
指導可能な 曜日、時間 の目安	午前 月・木・金 午後 月・木・金 夜間 備考：	連絡可能な 時間の目安	午前8時～午後7時 備考：		
活動区域	指定なし	指導対象	年齢性別不問		
自 己 P R	文部科学省認可 財団法人民族衣装文化協会認定講師 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 (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。 (024-924-2441)				
指導可能な曜日、時間の目安	午前 月・火・水・木・金 午後 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		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）				