

メニュー	料理（飾り巻き寿司）	氏名	佐藤 久子	ふりがな （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。 (024-924-2441)				
指導可能な曜日、時間の目安	午前 火・水・木・金・土 午後 水・木・金 夜間 備考：他曜日応相談	連絡可能な時間の目安	午後5時以降 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。 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（デコもち）	氏名	佐藤 久子	ふりがな (代表)	さとう ひさこ
指導内容	「デコもち」は、米粉で作る切った断面に、美しい絵柄が現れる、本州最北端の青森県下北半島に伝わる郷土菓子「ベコもち」を進化した形で、現代風アレンジし、可愛らしく、食べやすく、おやつに手土産にと多くの場面で素朴な味わいが皆様の日常を彩り、多くの場面で喜ばれると思います。是非、この機会に「作る楽しさ」と「可愛いデザイン」の「デコもち」作りに挑戦してみませんか。				
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 水・木・金 午後 夜間 備考：	連絡可能な時間の目安	午後 5 時以降 備考：		
活動区域	指定なし	指導対象	年齢性別不問		
自己PR	・生涯学習開発財団、デコ巻きすしマスター ・生涯学習開発財団、デコもち講師、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 ・川澄健監修日本寿司学院、飾り巻きずし 1 級 希望により「デコすし」講師の資格取得もできます。 ・NHKカルチャーセンター ・米沢市鷹山大学 ・若松ガスカルチャーセンター 出演テレビ・NHKテレビ・福島放送（K F B）・ケーブルテレビ（山形県置賜地区）・福島テレビ（F T V） ・公民館（郡山、福島、二本松、本宮、白河、須賀川、米沢等）・クリナップ。Dreamia サロン（郡山、宇都宮、大田原、福島、会津若松等）				
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 （代表）	せきね のりこ
指導内容	クックパット殿堂レシピから身体に優しい食材でデトックス・アレルギー・グルテンフリーの料理教室を楽しくクッキング！！免疫力UP！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。 (024-924-2441)				
指導可能な曜日、時間の目安	午前 いつでも 午後 夜間 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			
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 （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 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。 (024-924-2441)				
指導可能な 曜日、時間 の目安	午前 午後 夜間 備考： いつでも	連絡可能な 時間の目安	携帯優先でいつでも 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	「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。 どうぞお気軽にお問い合わせ下さいませ。 http://www.herbandslowlife.com 「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。				
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	お菓子づくり・ハワイ料理・韓国料理	氏名	間庭 妙子	ふりがな (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。 (024-924-2441)				
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	午前8時～午後10時 携帯に 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	カルメ焼作り	氏名	目黒 秀夫	ふりがな (代表)	めぐろ ひでお
指導内容	昔「懐かしい」カルメ焼の作り方 説明からカルメ焼の上手に出来上がるまでのポイント・タイミング等の実技（1回 3～4 人から 10 人位、3 時間位）				
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 応相談 午後 応相談 夜間 応相談 備考：1 回 3 時間位。梅雨時期はダメです。	連絡可能な時間の目安	午前 10 時～午後 7 時 備考：		
活動区域	郡山市内・市外（県内） 応相談	指導対象	小学4年以上から70歳くらいまで		
自己PR	他には無い黒糖での作り方				
講師料	有料（1 回 1 人 1,000 円位 3 時間位） 応相談				
交通費	不要				
教材費	500 円（応相談）				

メニュー	料理	氏名	藁谷 美代子	ふりがな (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。 (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 P 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 (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。 (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5時 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 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 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				

メニュー	お菓子・パン	氏名	君島 清衣子	ふりがな (代表)	きみじま せいこ
指導内容	パンの生地作り、お菓子作りを丁寧に指導します。簡単な和菓子等を指導します。				
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 調整可能、応相談 午後 調整可能、応相談 夜間 調整可能、応相談 備考：	連絡可能な 時間の目安	午後 備考：		
活動区域		指導対象	年代不問		
自己 P R	パンとお菓子作りを長年行ってきました。某パン協会に所属し、自宅にてパン教室を行っています。				
講師料	有料				
交通費	要（実費程度）				
教材費	有料				

メニュー	お菓子作り (ケーキ・パン・和菓子・パスタ)	氏名	白石 紀美	ふりがな (代表)	しらいし としみ
指導内容	基礎からのお菓子作り パン生地を手作りから 世界のお菓子・パン作り 和菓子は電子レンジ等を使った簡単なものから季節にあったものを楽しむ				
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・日・祝日 午後 月・火・水・木・金・土・日・祝日 夜間 月・火・水・木・金・土・日・祝日 備考：	連絡可能な時間の目安	午前 9 時～午後 10 時 備考：		
活動区域	郡山市内、須賀川市内	指導対象	年代性別不問		
自己PR	ホームメイドクッキング指定校講師 パン・和菓子・ケーキ (1 級検定) 講師資格 子育て支援 ノーバディズパーフェクトファシリテーター 認定 中学校家庭科教諭免許 13 年間海外駐在 現在学童支援				
講師料	無料				
交通費	要 (実費程度)				
教材費	有料 (実費程度)				