

|               |      | 講 座 名                                            | 講 師    | 講座内容                                                                                                                                                                                                  | 開催条件・教材費等                                                                  | 講師経歴                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------|------|--------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 教養<br>・<br>趣味 | D-1  | はじめてのアロマテラピー                                     | 保阪 あゆみ | 心や身体のちょっとした不調を、「香り」を楽しみながらケアしませんか？一滴の精油が心や身体のモヤモヤをスッキリさせてくれるかもしれません。まずはムエット紙(試香紙)に精油をつけて、お気に入りの香りを探してみましょう。                                                                                           | ・時間帯…平日10時～15時<br>・材料費…1,500円程度                                            | 2005年 日本アロマ環境協会アロマテラピーアドバイザー取得<br>2006年 同 アロマテラピーインストラクター取得<br>2009年 環境カオリスタ取得<br>2018年 日本アロマ環境協会アロマセラピスト取得                                                                                                                                     |
|               | D-2  | 女性のためのアロマテラピー                                    | 和光 美幸  | アロマとは何か？アロマの呼応か効能はどのようなものなのか？アロマの活用などを簡単にお話させていただいたり、親子で楽しく「香り当てクイズ」をしたりします。そして、実際に季節に合ったアロマグッズを手作りして、ご自宅にお持ち帰りしていただきます。                                                                              | 教材費…1,000円程度                                                               | カウンセラー、AEAJアロマインストラクター、TCカラーセラピスト、日本肥満予防健康管理士、日本肥満予防協会ダイエットアドバイザー、本質コンサルタント、心と体・人生の専門家                                                                                                                                                          |
|               | D-3  | 母と子のアロマテラピー                                      |        | アロマとは何か？アロマの呼応か効能はどのようなものなのか？アロマの活用などを簡単にお話させていただいたり、親子で楽しく「香り当てクイズ」をしたりします。事前に決めたアロマグッズを親子で作り、ご自宅にお持ち帰りしていただきます。                                                                                     | 教材費…1,000円程度<br>作る物によって持ち物が変わります。(応相談)                                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-4  | 季節のアロマグッズ作り                                      |        | アロマとは何か？アロマの効果効能とはどのようなものなのか？アロマの活用などをお話させていただいたり、楽しくアロマの香り当てクイズをしたりします。そして、実際に季節に合ったアロマグッズを手作りして、ご自宅にお持ち帰りしていただきます。                                                                                  | 教材費…1,000円程度<br>作る物によって持ち物が変わります。(応相談)                                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-5  | ～心と身体が求める香り～<br>セルフカウンセリングであなたに必要なアロマを見つけましょう    | 小林 千歳  | あなたの今の心理状態や健康状態に必要なアロマオイルを見つけましょう！体の筋肉反射を利用して心の声を聞く手法です。ご自分の潜在意識の情報から出てきたものでとても正確なのです。ご自分のアロマオイルが見つけれたら、オリジナルハンドクリームを作ります。ハンドクリームを使ってセルフハンドマッサージをしましょう。講師と一緒にマッサージしますので、覚えることができます。ホームケアにも挑戦してみてください。 | 教材費…1,000円～1,500円(※人数により異なります。応相談。)                                        | (社)日本アロマ環境協会認定アロマテラピーアドバイザー、アロマエステティックライセンス認定アロマエステティシャン、美肌ホルモン活性トリートメント認定、アロマテラピーサークル主宰、日本アロマセラピー統合医学協会、アロマインストラクター、日本アロマ環境協会認定ハンドセラピスト                                                                                                        |
|               | D-6  | ～植物からの贈り物～<br>天然アロマオイルや自然素材が原料の、暮らしに役立つアロマクラフト作り |        | 化学成分を含まない植物性原料を素材に有機栽培されたアロマオイルを加えて、お好みの香りに作ります。敏感肌の方やお子様・お年寄りまで安心してお使いいただけます。合わせてアロマの基礎知識もお話いたします。<br>クラフト例：季節に応じてご提案いたします。虫除けスプレー、ルームスプレー、万能クリーム(ハンドクリーム)、入浴剤、キャンドル、シャンプー、コンディショナー、サシェなど            | 教材費…1,000円～1,500円(※人数により異なります。応相談。)                                        |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-7  | ～きれいな身体・心・肌～<br>アロマで女性ホルモンと心のバランスを整えましょう         |        | 肩が凝る、冷える、むくみ、不眠、理由もなくイライラする、頭痛が続く、ほてりなど…お身体の不調や心・お肌のトラブルはありませんか？その不調の原因は女性ホルモンの乱れかも！不快症状をチェックして、チェックシートを作成。あなたのタイプを知り、不調を解消しましょう！                                                                     | 教材費…1,000円～1,500円(※人数により異なります。応相談。)                                        |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-8  | ～心穏やかな毎日を送るために～<br>症状別アロマテラピーをご紹介します             |        | アロマオイルにはたくさんの種類があり、それぞれ効果も違います。アロマテラピーは100%天然の芳香植物を使った自然療法です。天然芳香植物の香りには、症状を緩和する成分があり心は身体に働きかけます。アロマテラピーをわかりやすく日常でおいしいいただけるようにお伝えいたします。                                                               | 教材費…1,000円～1,500円(※人数により異なります。応相談。)                                        |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-9  | 季節のアロマクラフト作り                                     | 荒井 典子  | 花粉・アレルギー予防や風邪・インフルエンザ予防、虫除けなどに効くスプレーやクリーム等、クラフトを作ります。(それぞれ別物)<br>アロマクラフトを作りながら、気軽にアロマライフを楽しめる講座です。<br>※他のクラフトも可能です                                                                                    | ・時間帯…10時～12時、13時～15時<br>・開催日時…平日(応相談)<br>・材料費…必要経費のみ                       | MAS公認アロマインストラクターとしてアロマ講座、教室などを開講。アロマを使用したチャイルドマッサージ教室やアロマクラフトを楽しむ教室を開催。                                                                                                                                                                         |
|               | D-10 | シニアのためのアロマテラピー講座                                 |        | ・認知症予防のためのアロマテラピー講座は、より分かりやすく、そして、注意が必要な精油を丁寧にご案内します。<br>・ベアになり、ハンドトリートメントしながら香りを楽しみ、より健康的な生活を送れます。<br>・アロマクリーム作りを楽しみながら、脳の若返り効果をUPします。                                                               | ・時間帯…10時～12時、13時～15時<br>・開催日時…平日(応相談)<br>・材料費…必要経費のみ                       |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-11 | 季節のアロマクラフト体験                                     | 河田 康子  | 化粧水、クレイ入り石けん、バスソルト、肩こりオイル、ネイルオイル、ハンドクリーム、リップクリーム、虫除けスプレー、虫さされケアジェル、ルームスプレー、美容クリーム etc…<br>暮らしに役立つ季節のクラフトを楽しみましょう！！                                                                                    | 材料費…1,500円～2,500円(クラフトの内容による)                                              | AEAJ(公社)日本アロマ環境協会認定アロマテラピーインストラクター、JHA日本ハーバリウム協会認定ハーバリウムデザイナー、ナチュラルフートコーディネーター、TinyTeeth歯固めジュエリー認定講師、JAHAベビーマッサージインストラクター                                                                                                                       |
|               | D-12 | ママアロマ                                            | 高木 美由紀 | ①家族に役立つアロマテラピー<br>②季節に役立つアロマテラピー<br>③ハンドマッサージテクニック(誰でも簡単にできる)<br>④家庭で役立つ、エッセンシャルオイルを使った日用品作り<br>ママ達が日常の暮らしの中で役立たせることができるエッセンシャルオイルの活用法をお伝えします。(全ての講座)                                                 | 所要時間2時間程度<br>持ち物…筆記用具<br>③、④のみ教材費1,000円                                    | アロマ検定1級、幼稚園教諭歴15年(最終教頭職)、保育士資格、華道家元池坊教授、国際茶芸清風華心流教授                                                                                                                                                                                             |
|               | D-13 | ホームケア アロマテラピー                                    | 廣瀬 恵美  | アロマテラピーを使って気持ちよく健康な生活を送るための方法をお伝えします。<br>温湿布や手浴、クレイを使ったパック、自分でできるハンドマッサージやフットマッサージの方法など。<br>実際に体験していただくこともできます。                                                                                       | ・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～17時<br>・4人以上で開催可能<br>・1回1h半<br>・教材費…2,000円～3,000円位 | (公社)日本アロマ環境協会(AEAJ)認定アロマテラピーインストラクター、アロマセラピスト、AEAJハンドセラピスト認定教室、AEAJアロマアドバイザー認定教室主宰、リズミカルボディセラピスティチャー、メディカルハーブコーディネーター、アロマ空間コーディネーター、アロマアナリスト(アロマ心理分析)、数秘リーダー、禅タロットリーダー、トウリーディングリーダー、レイキティーチャー、パッチフラワーレメディブラクティショナー、表情筋機能再生トリートメントセラピスト・ティーチャーなど |
|               | D-14 | アロマでナチュラルコスメ作り                                   |        | 精油を使った手作りのフェイシャルケアやボディケア、ハウスクケア用品などを作るクラスです。<br>お肌しっとりみつろうクリームや癒しの香りのバスソルトやバスボム、化粧水やジェルクリーム、アロマスプレーなどいろいろな種類から選んでいただきます。                                                                              | ・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～17時<br>・4人以上で開催可能<br>・1回1h半<br>・教材費…2,000円～3,000円位 |                                                                                                                                                                                                                                                 |
|               | D-15 | 香りで心理分析(アロマアナリーゼ体験講座)                            |        | 好きな精油(香り)を選んで、香りのイメージを広げることで自分の中の潜在意識を掘り起こすのがアロマアナリーゼです。それを1対1ではなくグループでセッションします。(香水のお土産つき)                                                                                                            | ・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～20時<br>・4人以上6人以内で開催可能<br>・1回2h<br>・教材費…2,500円      |                                                                                                                                                                                                                                                 |

|      |                                          |        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------|------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| D-16 | あかるい更年期のお話orあかるい月経リズムのお話                 |        | ＜更年期＞<br>女性の身体のリズムのこと、更年期とはどういうことなのか、日々変化する身体に寄りそっていくためのアロマテラピーも使ったナチュラルセラピーのお話をします。<br>＜月経リズム＞<br>女性の身体のリズム(女性ホルモン)のことを知ることで、月経のすばらしさ、やせるタイミングを知りましょう。アロマテラピーも使って身体のメンテナンスの方法をお伝えします。中高生のお子さんを持つお母様にも。 | ・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～17時<br>・4人以上で開催可能<br>・1回1h半<br>・教材費…2,000円～2,500円位 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|      | 足らない(自分の足指の意味を知ってみませんか?)とフットケア           |        | トウリーディングとは?トウ=足指、リーディング=読み解くこと。<br>自分の足の形や指の形をじっくり見る方は少ないと思いますが、自分を支えてくれている足指にはその人の歴史が刻まれています。気になる指を一本選んでいただいてグループセッションをしながら足指の意味を紹介する講座です。<br>仕上げてアロマオイルと麵棒でフットケアをします。                                 | ・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～17時<br>・4人以上で開催可能<br>・1回1h半<br>・教材費…1,500円～2,000円  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| D-18 | 自分を知ってイキイキと！<br>交流分析とワンポイントメイクでリフレッシュ！   | 玉川 眞奈美 | メンタルヘルスとメンター<br>～ワンポイントレッスンの場合～<br>①自分のタイプや状況を知り、会話交流について<br>②栄養バランスから心と体の健康について<br>③自分に合ったカラーセレクトについて<br>④ハンドマッサージについて                                                                                 | 栄養チェックシート必要な場合 ￥1,000<br>" 無しの場合 ￥500                                      | 栄養士、フードコーディネーター、JC総研認定食育ソムリエ、フードアナリスト、野菜ソムリエ、日本茶アドバイザー、農林水産省イノベーションプランナー、交流分析士、食品衛生責任者、元甲府開府500年委員、内閣府食品安全モニター、日本野菜ソムリエ協会認定料理教室主宰、日本発酵薬膳(養生)アカデミー 顧問、醸し日本代表、和食(和ごはん)プロジェクト委員、接客マナー&メイクレッスン講師、メーキャップアーティストアシスタント、食育推進委員、お野菜マイスター、山梨県立農林大学校講師、山梨大学非常勤講師 他<br>消費者庁食品ロス削減推進サポーター<br>NPO法人ベジプロジェクトジャパン認定サポーター |
| D-19 | 押花教室                                     | 中嶋 門子  | 身近にある草花でも良いので葉の作り方・花押し(新聞紙)<br><br>※押し花ではないですが、食べるヨーグルトの紙のフタでコースター作り<br>ヨーグルトの器に絵をはり、プレゼント用の器を作ります。<br>フタでコースターを作ったりします。<br>夏に食べたアイスクリームのフタで台を作ります。                                                     | ・第1・3週の木でしたらいつでも<br>・時間帯…午前9時～12時<br>・押し花は新聞紙のみ                            | オカリナ講師、ライリッシュオカリナ連盟山梨県甲府会支部長、山梨県押花倶楽部代表、琴修会・大正琴の県支部長及び講師、他多数                                                                                                                                                                                                                                             |
| D-20 | 命・心を育てる親子花教室                             | 奥山 幾代子 | 植物を通して学ぶ命・心を育てる親子講座(実習可)                                                                                                                                                                                | ・時間帯…午後～夜間<br>・教材＝資料のみ、または実習を含めても可能<br>・応相談                                | フラワーデザイナー、(公社)日本フラワーデザイナー協会特別名誉本部講師、国家検定フラワー装飾一級技能士、職業訓練指導員、プライダルコンサルタント、プリザーブド・アーティフィシャルフラワーインストラクター 他                                                                                                                                                                                                  |
| D-21 | 花から学ぶ素敵な日々                               |        | クリスマスの花材は？お正月はなぜ松竹梅なのか。日常生活に欠かせない癒しの花の魅力・知識を学ぶ(実習可)                                                                                                                                                     | ・時間帯…午後～夜間<br>・教材＝資料のみ、または実習を含めても可能<br>・応相談                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| D-22 | 季節のテーマによるフラワーデザイン                        |        | 季節のフラワーアレンジメントなどご希望のテーマによる講座                                                                                                                                                                            | ・時間帯…午後～夜間<br>・教材＝資料のみ、または実習を含めても可能<br>・応相談                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| D-23 | 季節の花でハーブムーンリースを作ろう！                      | 小山 純子  | アーティフィシャルフラワー(高級造花)を作って三日月形にアレンジをする、オシャレなリースを作ります。                                                                                                                                                      | 午前9時30分～午後5時00分の間<br>(時間外も相談に応じます)<br>材料費:2,500円～(要相談)<br>持ち物:持ち帰り用の袋      | フラワーアーティスト、デザイン講師(SEIKA HIMAWARI STUDIO協会)、山梨緑の相談所「緑の教室」講師、大手企業様出張イベント講師、甲府市小瀬「リアンフルール」(少人数制自宅サロン)主宰                                                                                                                                                                                                     |
| D-24 | 暮らしの中のフラワーリース                            | 高相 美貴  | 暮らしの中で自然の優しさを感じられる季節感のあるフラワーリースを作ります。<br>花材は、生花・プリザーブドフラワー・アーティフィシャルフラワーからお選びいただけます。                                                                                                                    | 材料費…2,000円～                                                                | ヒビヤフラワーアカデミー認定インストラクター、フラワーファシリテーター、ジャイアントフラワー認定講師、ベーシックアロマ認定講師、一般社団法人ボタニカルデザイン協会 ライフデザイン科講師                                                                                                                                                                                                             |
| D-25 | 生花・プリザーブド・アーティフィシャル・ドライ花材を選んでフラワーアレンジメント |        | 生花、プリザーブド、アーティフィシャル、ドライなど、アレンジメントを作るのに様々な花材・素材があります。その花材を生かしながら、季節感のあるフラワーアレンジメントを作ります。<br>(参考例:母の日アレンジ、スワッグ、ハーバリウム、クリスマスアレンジ、お正月しめ縄など)                                                                 | 材料費…2,000円～                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| D-26 | フラワーアレンジメント教室                            | 原 美奈子  | 季節のお花を使って、「作る！を楽しむ」講座を行います。<br>素材は、高級造花・プリザーブドフラワー・ドライフラワーなどを使います。リース、スワッグ、壁飾り、お正月飾り、コサージュ、フラワーアレンジなどをご要望や予算に応じて対応いたします。                                                                                | 時間帯…10:00～12:00、13:30～15:30<br>持ち物…お持ち帰り袋<br>教材費…1,000円～2,000円位            | フラワーアーティスト・デザイン講師(SEIKA HIMAWARI STUDIO協会)、山梨県緑の相談所「緑の教室」SEIKA先生のアシスタント、2026年度南アルプス市自主企画講座講師、2026年度山梨県生涯学習推進センター市民自主企画講座講師、宅地建物取引士                                                                                                                                                                       |
| D-27 | フラワーアレンジメント教室                            | 小山 純子  | プリザーブドフラワー アーティフィシャルフラワーを使ったアレンジメント作成。<br>季節にあわせたフラワーアレンジメントを作ります。                                                                                                                                      | 午前9時30分～午後5時00分の間<br>(時間外も相談に応じます)<br>材料費:2,500円～(要相談)                     | フラワーアーティスト、デザイン講師(SEIKA HIMAWARI STUDIO協会)、山梨緑の相談所「緑の教室」講師、大手企業様出張イベント講師、甲府市小瀬「リアンフルール」(少人数制自宅サロン)主宰                                                                                                                                                                                                     |
| D-28 | ボタニカルキャンドル教室                             |        | ドライフラワーやプリザーブドフラワーを使って華やかなキャンドルを作ります。                                                                                                                                                                   | 午前9時30分～午後5時00分の間<br>(時間外も相談に応じます)<br>材料費:2,500円～(要相談)<br>持ち物不要(講師が準備)     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| D-29 | 四季折々のお花でつくるカレイドフレームフラワー                  | 丸山 美恵  | いわゆる刺繍枠にお好きな布をはめこみ、季節折々のお花を飾り付けていきます。<br>お部屋のインテリアに一つ加えてみませんか？素敵な壁飾りに仕上がります。<br>その日のうちにお持ち帰りいただけます。                                                                                                     | ・材料費…1,800円～2,000円<br>・制作時間…1.5h～2h<br>・時間帯…応相談                            | ・2018.08ハーバリウムアートディプロマ資格取得、2019ハーバリウム・アロマディフューザー講師認定、2020.02ハーバリウム箸講師認定<br>・甲府市公民館運営審議会委員                                                                                                                                                                                                                |
| D-30 | レカンフラワー体験                                | 早川 夏子  | 乾燥したお花を使ってアレンジを楽しみます。(ハーバリウムも作れます)<br>お皿やマグカップに転写紙を貼って、オリジナルの食器を作ります。<br>スワロフスキーを使って、キラキラのアクセサリーを作ります。                                                                                                  | 材料費…1,000円位～(内容による)<br>※物価高騰により2000～3000円                                  | レカンフラワーインストラクター、ポーセラーツインストラクター、グルーデコインストラクター                                                                                                                                                                                                                                                             |

|  |      |                                            |        |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                              |
|--|------|--------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | D-31 | 花びらドレスのプリンセス～レカンフラワー～                      | 小林 繁美  | 5月に咲いたバラを美しく自然な色のまま乾燥させてご用意します。好きな花びらでプリンセス台紙のドレスデザインをしてください。白いフレーム額に密封するので長い期間楽しむことができます。                                                                                            | ・教材費…2,800円<br>・持ち物…はさみ                                                                                                                                   | ・レカンフラワーインストラクター、ギフトクリエイター、ブーケフレームクリエイター<br>・2017年度全国レカンフラワーコンテストにて自由部門で佳作、ミニチュア部門で佳作<br>・2018年度同コンテスト 入賞<br>・2022年度同コンテスト 特別賞               |
|  | D-32 | クリスマスローズとバラで作るレカンフラワーBOX                   |        | 春に咲いたクリスマスローズとバラが色もきれいに乾燥ができました。18.5cm×14cm×4cmのBOXにアレンジして下さい。専用の額なので長く楽しめます。壁にかけられます。                                                                                                | ・教材費…2,800円<br>・持ち物…はさみ<br>・6月～3月までの期間                                                                                                                    |                                                                                                                                              |
|  | D-33 | 四季折々のお花でハーバリウム・アロマディフューザー                  | 丸山 美恵  | キラキラと限られた空間の中でフレッシュに輝く話題のオリジナルハーバリウムやフラワーオブジェを制作します。注意点や特徴の説明から、様々な開催時期に応じたドライフラワーやブリザーブドフラワーを使用し、製作していただき、その日のうちにお持ち帰りいただく内容となります。同じ物は二度と作れないハーバリウムやボールペンなどを、プレゼントやお見舞いインテリアにいかがですか？ | ・材料費…1,200円～2,200円(1～2本製作)<br>・時間帯…応相談                                                                                                                    | ・2018.08ハーバリウムアートディプロマ資格取得、2019ハーバリウム・アロマディフューザー講師認定、2020.02ハーバリウム箸講師認定<br>・甲府市公民館運営審議会委員                                                    |
|  | D-34 | ハーバリウム～ステーションナリー ボールペン編～                   |        | ハーバリウムボールペン専用のボールペンに、ハーバリウムのオイルとドライフラワーやブリザーブドフラワー、様々な小物を取り入れて、世界に一つだけのオリジナルボールペンを作っていきます。書き心地も中々よく、替え芯もごさいます。おしゃれステーションナリーで女子力アップです。                                                 | ・材料費…1,600円～1,800円<br>・制作時間…1.5h～2h<br>・時間帯…応相談                                                                                                           |                                                                                                                                              |
|  | D-35 | ミラクル3Dハーバリウム(固まるハーバリウム)                    | 早川 恵美  | ブリザーブドフラワーやドライフラワーを使って、メモクリップやペーパーウエイト、小物入れなどを作ります。ミラクル3Dオイルを使って固めます。いつまでも花の色が変わらない固まるタイプのハーバリウムを作ります。                                                                                | ・日時は応相談<br>・材料費…メモクリップ2,000円、ケース・綿棒ホルダー・ソーベティッシュなど4,000円～<br>【HP】 <a href="https://emi-flower-paint.shopinfo.jp">https://emi-flower-paint.shopinfo.jp</a> | 甲府市太田町でハーバリウム、固まるハーバリウムのお教室、雑貨販売をしています。<br>Herbarium Arrts 認定講師<br>ミラクル3Dハーバリウム 認定講師                                                         |
|  | D-36 | ハーバリウム                                     |        | ドライフラワーやブリザーブドフラワーを使ってハーバリウムを作りましょう。ハーバリウムとは、植物標本という意味です。長い間キレイなお花を楽しんでいただける新しいインテリアです。                                                                                               | ・日時は応相談<br>・材料費…2,500円～<br>【HP】 <a href="https://emi-flower-paint.shopinfo.jp">https://emi-flower-paint.shopinfo.jp</a>                                   |                                                                                                                                              |
|  | D-37 | トールペイント ウェルカムボードやコースター、ティッシュケースにお花を描きましょう  | 早川 恵美  | バラやマーガレットのお花をウェルカムボード・コースター・ミニポーチなどに描きます。どれか1点、決めていただいて作ります。絵心がなくても大丈夫。丁寧に御指導いたします。2時間くらいで仕上がりします。                                                                                    | ・日時は応相談<br>・材料費…ウェルカムボード 3,500円～、コースター2枚2,500円、ティッシュケース4,000円                                                                                             | 甲府市太田町でハーバリウム、固まるハーバリウムのお教室、雑貨販売をしています。<br>Herbarium Arrts 認定講師<br>ミラクル3Dハーバリウム 認定講師                                                         |
|  | D-38 | サンドアートでお部屋に彩りを                             | 西山 和代  | ガラスの器に色のついた砂をスプーンで順にのせ、カラフルな模様をつくりまします。器の上部にはメモクリップやアーティフィシャルフラワーを飾ります。                                                                                                               | ・10:30～16:30頃まで。平日、土日祝日応相談。<br>・持ち物…作品を持ち帰るための袋<br>・教材費…1,500円～<br>スプーンを上手に使えるお子様からできますが、未就学児は保護者の付添いをお願いします。                                             |                                                                                                                                              |
|  | D-39 | スノードーム講座                                   | 大久保 由紀 | (1)空きビンを使いフィギュアなど、かわいいパーツを入れてオリジナルスノードームをつくりまします。<br>(2)写真やさまざまなパーツを組み合わせて、飛び出す絵本のようなコラージュするフォトドームを作ります。                                                                              | (1)空きビンを使うスノードーム 2,000円位<br>(2)フォトドーム(日本スノードーム協会認定キット使用)3,000円                                                                                            | 日本スノードーム協会認定講師、フリーランス グラフィックデザイナー                                                                                                            |
|  | D-40 | 来る年を幸せに！お花のしめ縄飾り作り                         | 丸山 美恵  | 古来よりあるお正月のしめ縄…由来のお話をして、また、縁起物をつけながらドライフラワーやブリザーブドフラワーをあしらったいつもとはひと味違うカラフルなしめ縄を作ります。その日のうちにお持ち帰りいただけます。                                                                                | ・材料費…2,000円～2,200円<br>・制作時間…1.5h～2h<br>・時間帯…応相談                                                                                                           |                                                                                                                                              |
|  | D-41 | 高級造花を使った華やかなお正月しめ縄飾りを作ろう!                  | 小山 純子  | 現代風の洋風な家にも似合う、色鮮やかな高級造花を使ったオリジナルお正月しめ縄飾りを作りましょう。どなたでも簡単な作業でつくれますよ。                                                                                                                    | 午前9時30分～午後5時00分の間(時間外も相談に応じます)<br>材料費:2,500円～(要相談)<br>持ち物:持ち帰り用の袋                                                                                         | フラワーアーティスト、デザイン講師(SEIKA HIMAWARI STUDIO協会)、山梨録の相談所「緑の教室」講師、大手企業様出張イベント講師、甲府市小瀬「リアンフルール」(少人数制自宅サロン)主宰                                         |
|  | D-42 | 羽子板フラワーアレンジメント教室                           |        | 木製のお正月羽子板を使ってブリザーブドフラワーやドライフラワーでアレンジします。華やかな縁起物を作ります。                                                                                                                                 | 午前9時30分～午後5時00分の間(時間外も相談に応じます)<br>材料費:2,500円～(要相談)                                                                                                        |                                                                                                                                              |
|  | D-43 | おしゃれナチュラルしめ縄リースづくり                         | 河田 康子  | ご自分好みのお正月飾りで素敵な年越しを!!<br>好みのリース土台と花材を選び、ナチュラルかわいいしめ縄リースを作ります。                                                                                                                         | 材料費…2,500円～3,000円(花材により変動)                                                                                                                                | AEAJ(公社)日本アロマ環境協会認定アロマテラピーインストラクター、JHA日本ハーバリウム協会認定ハーバリウムデザイナー、ナチュラルフートコーディネーター、TinyTeeth歯固めジュエリー認定講師、JAHAベビママヨガインストラクター、JAHAベビーマッサージインストラクター |
|  | D-44 | 組紐 ～身近な手芸として楽しむ組紐・組物(ミサンガ・ブレスレット等)を作ってみよう～ | 石井 奈々  | 日本の伝統文化である組紐を、組台を使わずに組紐ディスク・プレート・ボード等で手軽に製作します。ミサンガ・ブレスレット・ネックレス・コースター等を作ることができます。                                                                                                    | ・時間帯…10時～19時<br>・材料費…2,000円～                                                                                                                              |                                                                                                                                              |
|  | D-45 | マクラメジュエリー                                  |        | マクラメ技法で、ネックレスやブレスレット等のアクセサリーを制作します。                                                                                                                                                   | ・時間帯…10時～19時<br>・材料費…2,000円～                                                                                                                              | 組紐教室主宰、組紐・組物学会会員(組紐・組物検定2級)、一般財団法人生涯学習開発財団楽習フォーラム認定マクラメジュエリー本部専任講師                                                                           |
|  | D-46 | ココロときめくフェイクスイーツ～食べられない和洋菓子～                | 水上 久美  | 樹脂粘土を用いて、本物そっくりの食べられないお菓子を作ります。1回の講座で2～3コ作成できます。どんなスイーツを作りたいかご相談ください。                                                                                                                 | 材料費…1,500円～(要相談)                                                                                                                                          |                                                                                                                                              |

|  |      |                                      |        |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--|------|--------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | D-47 | 洋風つまみ細工「はじめてのつまみ細工」ー<br>コサージュ編ー      | 飯島 薫   | 着物のアイテムのつまみ細工を、身近にある素材(コットン、リネン)で「つまみ細工」の基本のつまみ方「丸つまみ」・「剣先つまみ」を覚えながら洋風にアレンジした季節のコサージュを作ります。講座内容はお問い合わせ下さい。                                                                                                                    | 持ち物…おしぼり(ウェットティッシュも可)、ピンセット、接着剤、お持ち帰り用ボックス<br>材料費:1,500円～              | 2015年 南アルプス市立春仙美術館「大正ロマン昭和モダン展」1 day ワークショップ講師<br>2015年 笛吹市市民講座八代(上期)にてつまみ細工講師 (6ヶ月講座)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|  | D-48 | 洋風つまみ細工 季節の花のつまみ細工ー<br>インテリア編ー       |        | 着物のアイテムのつまみ細工を、身近にある素材(コットン、リネン)で「つまみ細工」の基本のつまみ方「丸つまみ」・「剣先つまみ」を織り交ぜながら洋風にアレンジした「つまみ細工」でインテリア・アイテムを作ります。<br>内容:<br>(春)桜、水仙、桃、ピオラ、マーガレット<br>(夏)菖蒲、アヤメ、カキツバタ、紫陽花、朝顔、向日葵など<br>(秋)コスモス、リンドウ、ダリア、菊、ガーベラ、ピオラなど<br>(冬)水仙、ポインセチア、椿、梅など | 持ち物…おしぼり(ウェットティッシュも可)、ピンセット、接着剤、お持ち帰り用ボックス<br>材料費:2,000円～<br>講座時間:120分 | 2016年 甲斐市南部公民館にて洋風つまみ細工講師 (6ヶ月<br>2016年 山梨県立文学館にて1dayワークショップ つまみ細工講師<br>テーマ「辻嵐外」<br>2017年 オギノリバーシティSC内リバーシティーカルチャーセンター「洋風つまみ細工」講師<br>2022年 山梨県立文学館 企画展「樋口ー葉」展にて ワークショップ講師「水仙」コサージュ製作をレクチャー<br>中央市社会福祉 健康まなびや(65歳以上対象)講師にてレクチャー<br>2023年 山梨県立文学館にて1dayワークショップつまみ細工講師<br>テーマ「それぞれの源氏物語」「梅」のコサージュを製作<br>山梨県生涯学習センター市民自主企画講座開始<br>年数回イベント参加(過去:こうふはっこうマルシェ、ミューザマルシェ他)<br>2026年 山梨県ふれあい創作活動支援指導者<br>現在に至る。 |
|  | D-49 | 洋風つまみ細工 デニム生地のパラのコ<br>サージュ           |        | 着物のアイテムのつまみ細工を、身近にある素材のデニムで「つまみ細工」を製作します。初心者の方にも簡単に見栄えのする「パラ」を作ります。                                                                                                                                                           | 持ち物…おしぼり(ウェットティッシュも可)、ピンセット、接着剤、お持ち帰り用ボックス<br>材料費:1,500円～<br>講座時間:120分 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-50 | 粘土工芸(クレイアート)、工芸盆栽                    | 樋口 裕子  | 主に植物(草花～盆栽まで)を本物そっくりに粘土工芸で仕上げます。<br>その他、テラリウム作り体験など                                                                                                                                                                           | 日数他材料費等は応相談                                                            | 財団法人日本手工芸指導協会クレイアート師範、同作品展にて内閣総理大臣賞授賞(H24)、同作品展にて文部科学大臣賞授賞(H23)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-51 | レザークラフト(革工芸)                         | 長坂 弘美  | 牛革などの革を使って、ブローチ、パレッタ、小銭入れなどの小物を製作します。                                                                                                                                                                                         | 材料費…1,500円～3,500円(※製作するものによって追加の材料がでた場合は、別途追加の料金をいただきます。)              | 財団法人日本生涯学習協議会監修 銀粘土技能認定者、同シルバーオーバーレイ技能認定者、新木目金作品展図録に掲載(H25)、第14回純金粘土で作るシルバーアクセサリーコンテスト入選、シルバークイリング技能認定者、第15回純銀粘土でつくるシルバーアクセサリーコンテスト入選(H27)                                                                                                                                                                                                                                                            |
|  | D-52 | アートクレイシルバー(純銀粘土)                     |        | 純銀粘土を電炉で焼いて、オリジナルのシルバーアクセサリーが製作できます。<br>モールドを使って作るペンダントやリング<br>シンプルなデザインのリングやメッセージチャームなど見本の中から選んで製作できます。<br>同じデザインでも作る人によって雰囲気も変わるので、オリジナルのデザインのアクセサリーが作れます。<br>およそ2～3時間で仕上げて、身に着けて帰れます。                                      | 材料費…3,100円～5,830円(※製作するものによって追加の材料がでた場合は、別途追加の料金をいただきます。)              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-53 | 布ぞうり作り                               | 山田 幸子  | イスに腰掛けて机で編むので、腰や足が楽な状態で布ぞうりを作ります。                                                                                                                                                                                             | 教材費…2,300円<br>持ち物…30cmものさし、洗濯ばさみ2コ、はさみ                                 | 真多呂人形教授、きもの着付け一級講師                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|  | D-54 | つるし雛を作ろう                             |        | 布でつるし飾りやお細工ものを作ります。                                                                                                                                                                                                           | 教材費…600円～2,000円程度<br>裁縫道具、手芸わた                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-55 | 布ワラジ・ローブワーク(飾りひも結び)                  | 渡辺 徳之  | 古布等を活用して、室内使用の履物を作成します。(※1足約3時間程度)<br>ローブワークは日常活用、災害時等にも活用できる結びと、飾り紐結び等です。                                                                                                                                                    | 講座の内容により実費がかかります。                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-56 | 和裁教室                                 | 花柳 蓼洋  | オリジナルのゆかたを作ってみませんか?<br>和裁に必要な基本の縫い方をお教えます。                                                                                                                                                                                    | ・会場で机と椅子の用意<br>・持ち物…裁縫道具(ある方)                                          | ・日本舞踊協会山梨県支部会員<br>・日本舞踊協会山梨県支部公演出演、靖国神社例大祭・奉納芸能に参加、文化庁委託事業「伝統文化親子教室」に参加、他 国立劇場等                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-57 | 食卓を彩る 自分だけの器づくり                      | 石川 顕   | 陶芸に親しむ体験講座です。初心者の方でも大丈夫です。お皿、カップ、茶碗、小鉢など、心のままに世界に一つの自分だけの器づくりを楽しんでみませんか。                                                                                                                                                      | ・材料費…3,000円～<br>・完成は約2ヵ月後                                              | 備前焼作家 平岡陶進氏に師事<br>道楽窯陶芸教室主宰、北杜市に穴窯を築窯。<br>第66回山梨造形美術展 造形美術会長賞 受賞                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|  | D-58 | 編み物                                  | 小坂 フキ子 | 編み物に関するすべてに対応します。                                                                                                                                                                                                             |                                                                        | (財)全日本編物教育協会審査員、生涯学習講師                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|  | D-59 | 自費出版(自分史)                            | 望月 和文  | 特に自分史の作成のご指導をいたします。<br>自分史の書き方、編集、その他自費出版に関する本作りの方法について講習します。                                                                                                                                                                 | ・時間帯…要相談<br>・資料代等…500円程度<br>・持ち物…ノート、筆記用具                              | 日本自分史学会認定自分史スーパーバイザー、山梨自分史の会会員、DTPエキスパート、山梨県ことぶきマスター                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|  | D-60 | 善の心得とは(教養講座)                         | 土井 義尚  | 悪事とは何かについては、どなたも説明できる。しかも、その悪事の重さの違いも知っている。さて、善については、どうでしょうか。善とは、何でしょう。その根本の根本は何でしょう。<br>※宗教的なお話ではありません                                                                                                                       |                                                                        | 曹洞宗・自性院住職                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|  | D-61 | ゲンカセウラク ドッキョ ネン オモ<br>限界集落での独居10年の思い |        | かつては、住民200名の集落に今や独居者3名となり、その集落に10年間移り住んでの思い・感想をお伝えしたいのです。                                                                                                                                                                     |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-62 | 絵画を楽しみましょう                           | 平賀 数人  | ・水彩画や油彩画を描くことの楽しみを味わえるように指導します。<br>・水彩画や油彩画の基本的な技法を教え、これまでより工夫して絵が描けるように指導します。<br>・絵の見方を教えてあげることによって、絵画鑑賞の楽しみ方も味わえるように指導します。                                                                                                  | ・時間帯…午前中希望(応相談)<br>・持ち物…水彩画道具セット、画用紙(四つ切または八つ切り)<br>・レジュメの用意(印刷)       | 元甲府市教育委員長、元山梨県公立小学校校長、元山梨大学教育学部附属小学校副校長、モダンアート協会会員、山梨美術協会会長、生涯学習コーディネーター                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|  | D-63 | 袋編みくつ下を編もう                           | 富峰     | 棒針で編む。<br>主に冬糸                                                                                                                                                                                                                | ・材料費…糸代600円<br>・持ち物…毛糸針、はさみ、メジャー<br>・棒針(むなし)は講師が用意<br>・時間帯…10～12時      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|  | D-64 | レジンアクセサリー講座                          | 桑原 絵理子 | 紫外線で固まるレジン液を使って、初心者でも手軽に素敵なアクセサリーやヘアアクセサリーが作れます。キーホルダーも♪大切な人へのプレゼントや、可愛いだけでなく「毎日使いたくなるアクセサリー」にこだわったあなただけのオリジナル作品を作ってみませんか。                                                                                                    | ・材料費…2,500円<br>・開催時間…平日は午後～(午前中は要相談)                                   | LEDレジンアクセサリー認定師資格<br>UVレジンアクセサリー認定講座<br>雑貨ハンドメイド講座クリエイター資格                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|  | D-65 | 武田信玄、勝頼 そして信虎の館跡を巡る                  | 大塚 直樹  | 武田神社でボランティアガイドをしている経験を活かして、境内外の遺構を講座を通してまるで散策しているかのように解説いたします。他に勝頼の新府城や信虎の要害山城についても解説いたします。                                                                                                                                   | ・持ち物…筆記用具<br>・教材費…資料コピー代(実費分)                                          | 武田神社認証ボランティアガイド「躑躅ヶ崎歴史案内隊」代表<br>武田氏研究会員・武田検定一級<br>甲府市教育委員会歴史文化財課臨時職員(発掘作業手伝い)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|  |      |                       |               |                                                                                                                |                                                                                                                                                                            |                                                                                           |
|--|------|-----------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | D-66 | 戦国期の武田氏関連の歴史、史跡、甲冑等   |               | 戦国時代における武田氏三代の歴史やその史跡、又は甲冑武具等に関する講座を、要望に応じていたします。                                                              | ・持ち物…筆記用具<br>・教材費…資料コピー代(実費分)                                                                                                                                              | 市立図書館、県立図書館、県生涯学習センター等で歴史講座                                                               |
|  | D-67 | 武田氏館跡と甲府城を巡る          |               | 武田神社(武田氏館跡)でボランティアガイドをしている経験を活かして境内外の遺構や城下町を講座を通してまるで散策しているように解説し中世の甲府に迫ります。                                   | ・持ち物…筆記用具<br>・教材費…資料コピー代(実費分)                                                                                                                                              |                                                                                           |
|  | D-68 | ポーセラーツ教室♪             | 桐原 由美子        | 真っ白な磁器にお好きなデザインの転写紙を貼っていただいたものを、窯で焼いて…世界でひとつだけの食器等を作ることができます。<br>出前講座では、お皿・マグカップ・蓋付き小鉢のいずれかひとつを選んで作っていただきます♪   | ・日時:月曜～土曜 10時～21時(日曜・祝日は応相談)<br>・定員:15人<br>材料費(焼成費込):3,000円<br>その他:焼成に10日ほどかかります。焼成後は、自宅に取りに来ていただくか、郵送(送料・梱包料1,000円)させていただきます。<br>はさみが使える小学生以上(子供・大人・親子・シニア)<br>・小学生は保護者同伴 | Happy Princettia主宰<br>(株)日本ヴォーク社 ポーセラーツインストラクターカリキュラム転写紙コース修了、同上 絵の具・装飾コース修了              |
|  | D-69 | フェイクパフェ作り(写真クリップ付き)   | 駒井 宏美         | オリジナルパフェが作れます。<br>なかなかお家で作れない、でも興味がある。<br>グラスにお好きな物を入れて作ってみませんか？<br>親子活動行事、夏休みの宿題講座、卒業、卒園記念、企業イベントなどで作ってみませんか？ | ・希望時間:10:00～17:00<br>・開催日:月～金曜日(土日は要相談)<br>・受講対象者:どなたでも(5～30名程度)<br>・材料費:大きなパフェ 1人900円、小さなパフェ 1人500円                                                                       |                                                                                           |
|  | D-70 | 子どもワークショップ            | 猪狩 理沙         | 子ども向けの工作ワークショップを行います。<br>例)宝石発掘体験、スノードーム作り、キャンドル作りなど                                                           | 対象:小学生～高校生(未就学児は親と一緒に)<br>材料費:1人500円～                                                                                                                                      | 蓬沢いきいきサロン代表<br>介護福祉士、介護レクインストラクター、認知症予防レクインストラクター、甲府市健康リーダー、認知症サポーターキャラバンメイト、生涯学習コーディネーター |
|  | D-71 | 演劇に関するワークショップ         | クララ・カンポス・パレット | 演劇に関するワークショップ                                                                                                  | オーディオ出力ができるプロジェクター・プロジェクターが使用可能なPC                                                                                                                                         | プロ俳優・声優・アニメ翻訳者                                                                            |
|  | D-72 | アニメ翻訳ワークショップ(日本語⇔ENG) |               | アニメ翻訳ワークショップ(日本語⇔ENG)                                                                                          | オーディオ出力ができるプロジェクター・プロジェクターが使用可能なPC                                                                                                                                         |                                                                                           |
|  | D-73 | 文化交流やアニメに関するトークセッション  |               | 文化交流やアニメに関するトークセッション                                                                                           | オーディオ出力ができるプロジェクター・プロジェクターが使用可能なPC                                                                                                                                         |                                                                                           |