

# 「市民講師編」メニュー 一覧

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
1 社会・歴史・経	1	老後の安心設計と、もしものとき	エンディングノートの活用法、公正証書遺言書を作成するとき	赤堀 良孝	実費	成人	終日	講義
	2	相続・遺言、成年後見制度と市民後見人	老いの支度	飯塚 紀一	交通費、実費	成人・親子	要相談	講義
	3	相続、成年後見制度	やさしい相続、やさしい成年後見制度	くらしの相談室	無料	成人	月・火・水・木 (午前・午後)	講義
	5	銀行とのつきあい方	不動産取引について	高木 健司	実費	青少年・成人	月・火・水・金・土・日 (午前・午後)	講義
	6	市民法律講座	皆さんの希望に応じます	徳本 俊二	無料	限定なし	要相談	講義
	7	悪徳商法から身を守ろう	かしこい消費者になろう	五十嵐 和子	無料	高齢者	火・日 (午後)	講義
	8	生活に役立つ様々な年金の話	基本を理解し、疑問をすっきり解消!	岩井 通雄	実費	限定なし	土・日	講義
	NEW 9	終活を学び実践しましょう	いきいき、安心シニアライフを満喫するために!	岩井 通雄	実費	限定なし	土・日	講義
	10	民話	春日部の昔話	猪山 吉徳	交通費	限定なし	午前・午後	講義
	11	後悔しない人生で終るため今をどう生きますか	豊かで楽しい終り仕度	川野辺 幸夫	無料	限定なし	要相談	講義
	NEW 12	ゲームで学ぼう! 「社会保険」	体感しよう! 「ゲーム能力」 鍛えよう! 「社会保険能力」	鈴木 孝幸	交通費	成人	土・日	実技、講義
2 自然科学	13	半導体工学	半導体中の電気の流れ	米井 健治	無料	限定なし	要相談	講義
	14	星空教室	季節毎の星空を楽しむ	三田 明	交通費、実費 (観望会の場合)	限定なし	終日	実技、講義
	15	自然についての講座	・春日部の自然 ・身近な自然 ・自然と私たち	三好 あき子	交通費	限定なし	要相談	講義、観察
	16	自然環境に関する講座	・春日部の自然 ・身近な自然	埼玉県生態系保護協会春日部支部	交通費	限定なし	要相談	講義、観察
	17	身の回りから環境を考える	身近な問題、自然から地球温暖化を見る	奥田 真司	交通費、実費	児童・青少年・成人	要相談	実技、講義

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
2 自然科学	18	環境なんでも講座	知りたいことをお知らせ下さい	埼玉環境 カウンセラー協議会	交通費、実費	限定なし	要相談	実技、講義
	19	暮らしとエコ	エコな暮らしは家計を助ける	宮 洋春	実費	限定なし	午前・午後	講義
	20	細菌学的にみた 食品の安全性について	ちょっと気になる市販食品	薩田 清明	実費	高校生以上	火・金・土・日 (午前・午後)	講義
3 産業・技術	21	企業人としてのあるべき姿	相手の心を強く掴む為に	雑賀 貴士	交通費	15～30歳	月・火・金・土 (午前)	講義
	22	パソコン教室	パソコンを楽しく使う	三田 明	交通費	限定なし	終日	実技、講義
	23	パソコン入門	初めてのパソコン	杉山 充男	交通費	初心者	月・火・水・木 (午後)	実技、講義
	24	〇〇パソコン〇〇講座	要望によりご相談	宇田川 治雄	要相談	成人・障がい者	午前・午後	実技、講義
	25	パソコン講座	文書作成、Excel活用、年賀状作成、パワーポイント、インターネットなど	ウィング春日部パソコン サポートボランティア	要相談	成人・障がい者	午前・午後	実技、講義
	26	初心者のパソコン教室	ワード・エクセル	梅川 勇	実費	成人	月・火・金 (午前・午後)	実技、講義
	27	初歩のパソコン教室	パソコンに親しもう	鈴木 進次	交通費	限定なし	月・木 (午後)	実技
	28	テレビの裏側教えます	メディアの正しい見方を学ぼう	梅沢 廉	無料	児童・青少年・ 成人	土・日 (午前・午後)	実技、講義
	29	鉄道とキップの歴史・種類	乗車賃の推移、 コレクションの展示	田村 育三	交通費、実費	限定なし	火・水・木・土・日 (午前)	講義
	30	交通事故のない明るい社会	楽しく学ぼう交通安全	松本 良之助	無料	限定なし	土・日 (午前)	講義
4 文化・教養・趣味	31	折り紙教室	楽しく折りましょう	榎本 良子	実費	限定なし	火(午前)	実技
	32	ネオステンド・アート教室	自分色で楽しく作りましょう	佐藤 浩子	実費	限定なし	月・火・日 (午前・午後)	実技
	33	陶芸で自分だけのものを 作りましょう	楽しく〇〇を作りましょう	柳澤 郁子	実費	限定なし	月・木・金・土 (午前・午後)	実技
	34	水引を結んでみよう	はじめての水引工芸	田中 麗水	実費	限定なし	水・土 (午前・午後)	実技

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
4 文化・教養・趣味	35	ふわふわ粘土教室	はじめての粘土づくり	香山 誠司	実費	児童・成人	火・木・土	実技
	36	ポリマークレイ（樹脂粘土）で小物作り	粘土をこねこねしながら色遊びを楽しみましょう！	山脇 仁美	実費	限定なし	月・火・水・木・金・土（午前）	実技
	37	フラワーアレンジ、ガーデニング	自分の花作品を作ってみましょう	西山 英理	実費	限定なし	要相談	実技
	38	押し花山の幸染め講座	テーブル上で簡単に誰でもできる押し花を使った山の幸染めをしてみましょう	丸山 恵美子	交通費、実費	限定なし	月・金（午前・午後）	実技
	39	型染め	ファブリック・ステンシル	小島 栄子	実費	成人	月・水・木・日（午前・午後）	実技
	40	楽しく描こうボスケット	だれでも描けるお絵かき	頭禿斎車楽	交通費、実費	限定なし	午後	実技、講義
	41	木目込人形を自分で作って楽しみましょう	日本の伝統文化を楽しみましょう	渡邊 幸子	交通費、実費	成人	土・日	実技
	42	革で作品を作りましょう	ペンケースやキーホルダーを作りましょう	公文 好子	交通費、実費	成人	火・木（午前）	実技
	NEW 43	古い着物の生地の手芸工作		北野 明子	実費	限定なし	火・水・木・金・土（午前・午後）	実技、講義
	NEW 44	ご自分で使う箸はご自分で作ってみましょう	楽しい箸作り	神保 實	実費	青少年・成人	月・金（午後）	実技
	45	美文字を書こう	基礎から応用、手書きの魅力	五十嵐 光圃	無料	限定なし	火・日（午後）	実技、講義
	46	書道講座	子どもの力をのばそう	市川 和子	交通費、実費	限定なし	要相談	実技、講義
	47	楽しい大正琴	素敵な音色を奏でよう	舟波 園江	無料	成人	火・金（午後）	実技
	48	大正琴を一緒に楽しく奏でましょう	輝く自分にチャレンジしましょう	西山 英里	実費	限定なし	木・日（午後）	実技
49	時間内に1曲仕上げる（大正琴）	小学生から高齢者の方まで	川畑 恵子	実費	限定なし	水・土・日（午前）	実技	
50	やさしい三味線	三味線を弾いてみよう	市村 寿範	交通費	限定なし	火・木・金・日（午前・午後）	実技	
51	楽しい民謡	お腹から声を出して健康になろう	市村 寿範	交通費	限定なし	火・木・金・日（午前・午後）	実技	

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義	
4 文化・教養・趣味	52	愉快などどいつ	都々逸を唄ってみよう	どどいつ寿範	交通費	限定なし	火・木・金・日 (午前・午後)	実技	
	53	舞踊銭太鼓教室	楽しく踊りましょう	榎本 良子	無料	成人	要相談	実技	
	54	障がい児のための リトミック	みんなで楽しみながら 音を出していきましょう	萩原 幸子	交通費、実費	障がいのある幼 児・児童とその家 族	要相談	実技	
	55	オカリナ演奏	音楽の世界が変わる	奏志朗	交通費	限定なし	終日	実技	
	56	はじめての尺八	小尺八を使って	坪 鈴旭峰	実費	児童・青少年・ 成人	月・火・水・木・金 (午後)	実技	
	57	ジャズを楽しもう	聴きどころや面白さを知って ジャズを何倍にも楽しもう	原田 慎二	実費	青少年・成人	土・日(午後)	講義	
	58	だれでも出来る阿波踊り	みんなで楽しい阿波踊り	石川 京子	交通費	限定なし	土・日(午後)	実技	
	59	日本民謡を 楽しく踊りましょう	春日部の踊りから 秋田おばこまで	藤井 恭子	交通費	限定なし	水・土・日 (午前・午後)	実技	
	60	見てみよう！やってみよう！ 日本舞踊！！	伝統芸能に触れてみよう！	藤間 眞白	交通費、実費	限定なし	月・水・金	実技	
	61	着物の着つけ	着物は自分で着てみましょう	渡辺 雅子	交通費、実費	限定なし	要相談	実技、講義	
	62	着付の練習	自分で着物を着てみよう	井上 光子	無料	成人女性	要相談	実技	
	<b>NEW</b>	63	着物の着付		北野 明子	実費	限定なし	火・水・木・金・土 (午前・午後)	実技、講義
	64	楽しい朗読講座	声を出して、 脳も活性化しましょう	門倉 久美子	実費	成人	午前・午後	実技、講義	
	65	ビデオで素敵な記録を	アマチュアビデオ作家になる	春日部シネサークル	無料	ビデオカメラとハソ コンが操作可能な成 人	終日	実技、講義	
66	論語教室	論語っておもしろい	鈴木 絹江	実費	限定なし	水(午後)	講義		
67	おもしろ漢字講座	漢字の学習は脳を活性化します	内山 政勝	実費	限定なし	午前・午後	講義		
68	日本人の名字ルーツと 珍名不思議名字	珍名と古代名字で遊ぼう	城川 敬三	交通費、実費	成人	午前・午後	講義		

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
4 文化・教養・趣味	69	楽しく詩を吟じましょう	腹式呼吸で健康増進を	内田 岳裕	実費	限定なし	火・水・木 (午後・夜間)	実技
	70	加藤楸邨に学ぶ	俳句入門	高橋 邦夫	実費	限定なし	要相談	講義
	71	漢詩を楽しもう	古典から学ぶ生きる喜び	原田 慎二	実費	青少年・成人	土・日(午後)	講義
	72	やさしい俳句教室	いつでも何処でも生涯学習	磯谷 冬日	実費	限定なし	要相談	実技、講義
	73	奥の細道	古典文学に触れよう	野口 博道	交通費、実費	成人	火・金 (午前10時～正午)	講義
	74	日本の古典を楽しく読む	古典はこんなに面白い	柏田 良次	交通費	成人	要相談	講義
	75	万葉集を楽しむ	万葉ロマンにふれよう	中込 太三	交通費	青少年・成人	火・木・金・日 (午後)	講義
	76	茶道	抹茶を点ててみよう!	木下 仙弘	実費	児童・青少年・成人	水・土(午後)	実技、講義
	77	好きな花器に花を生けましょう	心と健康美育セミナー	美と心の健康 サークル春日部	交通費、実費	限定なし	終日	実技
	78	四季折々の花いけばな	誰でもいけられる楽しくなる いけばなを体験しましょう	春日部市華道 連盟庄和	交通費、実費	限定なし	要相談	実技
	79	いけ花を長く保つ方法	いけばなの延命術を学ぼう	廣澤 百香	実費	限定なし	金・日(午前)	実技
	80	いけばなに親しむ	楽しい美しいいけばな	外川 スミ子	交通費、実費	限定なし	要相談	実技
	81	草月流いけ花教室	楽しくいけてみましょう	斎木 洵静	実費	限定なし	月・火・水・木・金・土 (午前・午後)	実技
	82	花のある暮らしを!	いけばなってやさしい!	安助 一洵	交通費、実費	限定なし	火(夜間)、 金(午前・午後)	実技
	83	気軽に編物を楽しもう!!	世界に1つだけの編物の手作り 作品を!!	山崎 敏子	交通費、実費	限定なし	月・火・水・木・金・土 (午前・午後)	実技、講義
84	おしゃれな袋物を編もう	簡単な手編み	国分 みよ子	実費	成人	水(午後)	実技	
85	植物の恵みでセルフケア	ハーブ・スパイス・アロマを 活かして	西嶋 ますみ	交通費、実費	限定なし	月・水・木(午後)	実技、講義	



分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
文化・ 教養・ 趣味	86	プリンター1つでできる 野菜づくり	無農薬の野菜をつくろう	山崎 早百合	交通費、実費	限定なし	終日	実技、講義
	87	意思疎通テクニック	日英語でコミュニケーション	川名 広治	交通費、実費	青少年・成人	日（午前・午後）	実技、講義
	<b>NEW</b> 88	たのしく学ぶ英語とマナー	意外と知らない外国のマナーと 短い表現	内田 潔	交通費、実費	限定なし	要相談	講義
	89	かんたん中国語	中国語初級	蛇沼 秀貞	交通費、実費	限定なし	要相談	講義
	<b>NEW</b> 90	韓国語入門	初心者のための楽しい韓国語	姜 ミナ	交通費、実費	限定なし	月・火・水・木・金 （夜間）、土・日（終 日）	講義
	<b>NEW</b> 91	60才から出来る！ フランス語入門		広瀬 知子	交通費、実費	成人・高齢者	要相談	講義
	4 92	バルーンアート	バルーンで遊ぼう	榎本 良子	実費	限定なし	要相談	実技
	93	南京玉すだれ教室	さてさてと楽しく学ぼう	榎本 良子	無料	成人	要相談	実技
	94	みー先生のおかしな世界	お笑い腹話術・マジックショー	みー先生	無料	限定なし	要相談	公演
	95	だれでもできるマジック	あなたもマジシャン	ダーク浜	交通費、実費	児童・青少年・ 成人	終日	実技
96	昔あそび	ベイゴマ教室	島田 定夫	無料	限定なし	土・日 （午前・午後）	実技	
97	カラオケからオペラへ	呼吸と発声を磨く	サンタルチア加藤	交通費、実費	青少年・成人	月・火・水・木 （午後）	実技、講義	
<b>NEW</b> 98	Happy手相講座	楽しく手相を学んで、幸せの チャンスをつかもう！	神凧 美呼	交通費、実費	青少年・成人	水・土・日 （午前・午後）	講義	
<b>NEW</b> 99	フラワー風水講座	プリザーブドフラワーに風水の パワーを取り入れ、幸運を Get！	神凧 美呼	交通費、実費	青少年・成人	水・土・日 （午前・午後）	実技	
5 スポー ツ・ 健 康	100	スポーツ吹矢体験教室	スポーツ吹矢式呼吸法で 健康に！	（社）日本スポーツ 吹矢協会春日部支部	交通費、実費	40代～70代	水・土（午後）	実技
	101	「スポーツ吹矢」の楽しみ 方と体験教室	新しい健康スポーツ！！	（社）日本スポーツ 吹矢協会春日部中央支部	交通費、実費	限定なし	火・水・金 （午前・午後）	実技
	102	エンジョイ・フラダンス	ハワイの手話で楽しくおどろう	カプアラニ曾我	交通費、実費	限定なし	要相談	実技、講義
	<b>NEW</b> 104	初めての社交ダンス	社交ダンスを体験しよう！	新田 アキ	交通費	青少年・成人	月・火・水・木・金・ 土（午後・夜間）	実技、講義

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
5 スポーツ・健康	105	健康セミナー	日々の健康を考えよう	安助 隆子	交通費	成人	終日	講義
	106	中高年の明日を守る健康増進	生活習慣を考えよう	城川 敬三	交通費、実費	成人	午前・午後	講義
	NEW 107	レクリエでワクワク健脳術	楽しいゲームレクで認知機能向上	城川 敬三	交通費、実費	成人・高齢者	午前・午後	実技、講義
	108	健康体操	音楽にのって楽しく体を動かそう！	船木 みよ子	無料	60～75歳女性	火・水・木（午後）	実技
	109	デトックス体操	自律神経とは？	山本 眞子	交通費	成人	火・日（午後）	実技、講義
	110	笑いの体操とヨガの呼吸法	笑って元気になる	泉 栄	交通費	幼児・児童・成人	要相談	実技
	111	太極拳	入門太極拳	春日部市武術太極拳連盟	交通費	限定なし	終日	実技
	112	初めての気功	気功で元気に！	神田 廣美	無料	限定なし	月・火・金（午前・午後）	実技、講義
	113	自彊術（健康体操）	体調を整え、健康と若々しさを創ろう	門倉 久美子	無料	限定なし	午前・午後	実技
	114	元気になろう自彊術	自彊術体操で心身を健康に	（公社）自彊術普及会春日部支部	無料	限定なし	要相談	実技
	115	3B体操（さんびーたいそう）	みんなで楽しく健康づくり	工藤 清子	交通費、実費	限定なし	水・金（午前）	実技
	116	楽しく踊りましょう	フォークダンスで脳の活性化を	山口 美千子	交通費	児童・青少年・成人	月・水・木・土（午後）	実技
	117	楽しく踊りましょう	フォークダンスでロコモ解消を	春日部藤フォークダンス連盟	交通費	限定なし	月・水・木・土（午後）	実技
	118	みんなで楽しくレクリエーション	レクリエーションでコミュニケーション	柏木 卓也	交通費	限定なし	火・水・木・金（午前・午後）	実技
	119	笑いのちからレクリエーション	毎日楽しく過ごしましょう	泉 栄	交通費	成人	要相談	実技
120	誰でもできる筋トレ・脳トレ	年を重ねても日常生活が可能な体力をつくりましょう	高畑 富美子	実費	限定なし	月・水・木・土・日	実技、講義	
6 医療・福祉	121	救急法	ワンポイント・レスキュー	猪山 吉徳	交通費	限定なし	午前・午後	実技、講義
	122	痛みは体のSOS	肩こり・腰痛・膝痛は正しい知識と体操で改善しよう	加藤 文夫	無料	青少年・成人	火・水（午前）	実技、講義
	123	脳梗塞を患って、闘病とリハビリ	まさかは誰でもやってくる、予防	田村 育三	交通費、実費	限定なし	火・水・木・土・日（午前）	講義
	124	元気な身体をつくる介護・認知症予防	いつまでもイキイキ健幸生活	城川 敬三	交通費、実費	成人	午前・午後	講義

分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義	
NEW 6 NEW 5 NEW	125	リフレクソロジー講座	楽しく、カンタン、だれにでもできる	松崎 純子	実費	限定なし	火・水・木・金 (終日)	実技、講義	
	126	考えませんか？仕合わせづくりの方程式		萩原 渺	実費	限定なし	終日	実技、講義	
	127	認知症サポーター養成		春日部介護保険 チェアクラブ	交通費	児童・青少年・ 成人	要相談	実技、講義	
福祉 NEW	128	昭和・思い出写真館	思い出を今に活かす回想法	熊谷 謙一	無料	成人	要相談	講義	
7 教育・ 市民 生活 ・ 国際 関係	129	「ふるしき」に親しむ	和の心とエコを	五十嵐 和子	無料	限定なし	火・日(午後)	実技、講義	
	130	日本人の贈答について	贈答の歴史・種類等	田村 育三	交通費、実費	限定なし	火・水・木・土・日 (午前)	講義	
	131	コリアクッキング (韓国料理)	韓国の食文化に 触れてみませんか	国本 勝美	実費	限定なし	月・木(午前)	実技	
	132	食品添加物をもっと知ろう	食品の選び方について	山崎 早百合	交通費、実費	限定なし	終日	実技、講義	
	133	実践パン・スイーツ クッキング	初心者でも楽しく作ってみよう	本田 早苗	実費	限定なし	月・火・水・木・金 (午前・午後)	実技	
	134	オリーブオイルの選び方	知っているようで知らない オリーブオイル	西嶋 ますみ	交通費、実費	限定なし	月・水・木(午前)	講義、 テイスティング	
	135	かんたん中華料理	時短中華料理	蛇沼 秀貞	交通費、実費	限定なし	要相談	実技	
	NEW	136	楽しく食べてダイエット	目指せ健康美人	山口 瞳	交通費・実費	限定なし	月・火・水・木・金・ 土(午前・午後)	講義
	137	防災知識と体験学習	「ご近所防災」や「避難所運営ゲーム (HUG)などの図上訓練を楽しく学ぼう	斎藤 芳男	実費	限定なし	終日	実技、講義	
	138	防災講座	防災全般の講義	新保 延峯雄	無料	限定なし	終日	講義	
139	減災で生き残ろう	防災から減災へ、共助で 生き残りを！	奥田 真司	交通費、実費	児童・青少年・ 成人	要相談	実技、講義		
140	身近なリスクマネジメント	身の回りのリスクを考え、 危険から自分を守ろう	奥田 真司	交通費、実費	児童・青少年・ 成人	要相談	実技、講義		
141	豊かな老いと 生きがいを創る	地域密着デビュー	城川 敬三	交通費、実費	成人	午前・午後	講義		



分類	No	講座名	サブタイトル	講師氏名	交通費・教材費等	対象	活動可能日時	実技・講義
NEW	142	おもしろ古代史	邪馬台国の交易	下山 繁昭	交通費、実費	限定なし	土・日（午前・午後）、 月・火・水・木・金 （午後・夜間）	講義
NEW	143	わくわく科学体験教室	身近な材料でオモチャを作って 実験しよう	わくわく科学クラブ	実費	幼児・児童・ 青少年	午前・午後	実技・講義
NEW	144	創作七宝		木澤 範子	実費	限定なし	水・木・日（午後）	実技
NEW	145	尺八講座	だれでも吹ける尺八	高橋 星堂	実費	青少年・成人	火・金（午後）	実技
NEW	146	合唱講座	歌ってすっきり！	混声合唱団 コーロ・ナッシュレ	交通費、実費	高校生以上	土（午前）	実技
NEW	147	楽しく俳句入門	俳句を人生の友に	春日部市俳句連盟	要相談	限定なし	土・日（午後）	実技・講義
NEW	148	俳句を楽しもう	はじめての俳句づくり	榮水 朝夫	実費	青少年・成人	水・木（午前・午 後）	実技・講義
NEW	149	裏千家茶道	おいしいお茶をご一緒に	佐藤 邦子	交通費、実費	限定なし	水・金（午後）	実技
NEW	150	いけ花、フラワーデザイン	花文化普及！ くらしの中にお花を！	大川 桂	実費	限定なし	要相談	実技・講義
NEW	151	太極拳用語の中国語に親しむ	太極拳用語の中国語を 学びましょう	大貫 法子	交通費、実費	青少年・成人	要相談	実技・講義
NEW	152	楽しくあそびましょう	南京玉すだれ	井上 喜代子	実費	限定なし	要相談	実技
NEW	153	ヴァイオリンミニコンサート	ふだん着でヴァイオリン	hikaru	交通費、実費	限定なし	要相談	演奏会
NEW	154	かんたん筋トレ・脳トレ体 操	いつまでも一緒に イキイキ・ワクワクしましょう	吉川 明美	交通費	成人	火・水・土・日 （午前・午後）	実技
NEW	155	園芸療法の知識・技術を 教育、介護、看護などに生かそう	園芸療法を学んでみましょう	大貫 法子	交通費、実費	児童・青少年・ 成人	要相談	実技・講義
NEW	156	ロボットと交流する 親子教室	ロボットと話してみよう 触れて文字を学習しよう	川島 雅裕	交通費、実費	障がいのある 幼児・児童	要相談	実技