むなかた市民学習ネットワーク
コーヒー一杯で学習を!!

有志指導者紹介

趣味・おけいこごと

自然観察
福島 敏満
海や川の生き物の自然観察会を行っています。日本自然保護協会、自然観察指導員。

自然観察
河野 紀美子
生き物の観察や、自然の恵みを使った工作などを通じて、身近な自然と仲良くなりましょう!子どもさん、大歓迎!

薬草識別
山下 美佐子
身近にある野草を使ってお茶や料理を作ります。野草の効能を学習しながら楽しく手作りしませんか。

囲碁
西垣 敏
囲碁は思考力と知的コミュニケーションのスポーツ。さあ、白石と黒石、19×19路の大海にこぎ出そう。

かな書道
金子 ようこ
筆を持つのが初めての方にもわかりやすく、いろはから変体仮名、連綿法等を学び、半紙・色紙・短冊などへの練習。

書道
佐藤 泰司
漢字、細字、仮名、硬筆(ペン、ボールペン)など自分が習いたいものを学習します。初めて筆を持つ人歓迎します。

書道・ペン習字
佐藤 ひろ子
小筆やペンを使い、楷書・行書などを学習します。

書道
古野 芙美子
蘭亭叙をはじめとして、古典の世界を楽しんでみませんか。
1週目:楷書、2週目:行書
3週目:草書、4週目:かな

ペン習字
堀内 香庭
漢字、かなを基礎から勉強します。つけペン、万年筆、ボールペン等を使用して葉書、手紙、詩文を書きます。

ペン習字
堀内 玲子
つけペン、万年筆、ボールペンなどを使用し、日常生活で使う文字を美しく書けるように初心者から指導します。

写真
船上 保芳
記念写真を脱出。写真展、各種コンテストに挑戦。デジタルカメラを使って撮影します。

水彩画
立川 眞澄
「旅先で水彩スケッチができたらいいね!」初めは塗り絵からスタートし、風景画のスケッチを目標とします。

水彩画
古後 安之
水彩画は多様な描き方が出来ますが、基本的なテクニックやノウハウを学び、百歳まで楽しめるのでは。

表装
佐藤 泰司
作品の裏打ち(肌裏かけ)から裂地の裏打ち、切りつぎ、仕上げまで基本的な点を学習し掛け軸ができるようにしています。

日本画
水谷 興志
色紙、扇面、短冊などを制作。日本古来の美意識を再発見し、和の生活の充実をめざします。

絵手紙
藤野 秀雄
絵手紙は上手とか下手とかはあまり問題ではありません。絵ごころがなくても描き方から楽しみ方までを基礎からはじめます。

トールペイント
松井 益美
初心者を対象にペイントの仕方や筆使いを勉強し、身近にある素材にお花や動物の絵を描けるように学習していきます。

美術(イラスト)
狭間 雅子
絵を描く事に苦手意識を持っている方でも、身近な画材で色々なモノが表現できる楽しさを知ってほしいです。

はがき絵
西川 扶美
お手本を通して描き方のポイントを学んでいきます。絵が苦手な方も安心してご参加ください。

レザークラフト
滝口 廣子
牛革、豚革、生革などを刻印で打ったり、手でひねったりして、形をつけ彩色して仕立てます。リフォームも可能です。

帆船模型
森田 誓夫
初めての方は、キットの紹介・選定から始め、完成まで指導します。「趣味の王様」を始めてみませんか。

手描き友禅
滝口 廣子
図案を筆で布に写し、好みの色を染めつけて仕上げます。洗濯や日光による色あせは一切ありません。

貝アート
永島 裕紀修
夏休みの工作を作ってみませんか。自然の中にある材料(貝殻など)を使ってフォトフレームなどを作ります。

バルーンアート
今西 啓之
風船を使って子供たちの大好きな動物などを作ります。誰でも作れ、各種イベントで活躍できるように学習します。

編み物
久保川 多美子
機械編み、手編み、どちらも基礎から指導いたします。

手編み
高塚 和江
1本の糸が1枚のセーターへ。そして新しい出逢いへ。世界に一つしかない自分らしいセーターを!!

手編み
よこやま 志津
みな様のご要望に合わせて、無理のない様に流行も取り入れた作品作りを心がけていきたいと思っています。

組み紐
平田 進代
美しい玉糸を1目1目組み上げていきます。両手を動かすことにより指先、頭の体操になり老化防止にも。

パッチワーク
青木 寿美子
ポーチ、バッグ、小物などを制作しながら基礎を身につけ、手作りの楽しさと個性ある作品づくりをしませんか。

プリザーブドフラワー
元岡 清美
生花を特殊処理した枯れないお花を使ってアレンジレッスンします。

プリザーブドフラワー
櫻 加奈
皆さんのご要望を聞きながら、お好きな色で楽しくアレンジします。基礎から丁寧にお伝えします。(仏花も作れます)

クラフトテープのバッグ
麻生 ちよ子
クラフトテープは古紙などから再生された紙バンドです。それを使ってバッグやかごを編みます。

手芸一般
白水 雅子
粘土で作るスイーツ、雑貨、がま口ポーチ、つまみ細工のブローチなど、小物作りを一緒に楽しみませんか。

手芸一般
佐藤 信子
裁縫箱がなくても大歓迎。手を動かしていると心が落ちつきます。作品が出来上がった時の喜びを味わいましょう。

詩吟
佐瀬 錦子
詩吟は難しく思われるようですが、現在はCD伴奏で詩心表現ができ、初心者の方も楽しく学習できます。

詩吟
馬場 喬
大きな声を出すことで健康に。作詩者の思い、季節のうつろいを感じて心が豊かになります。笑いのある楽しい学級を目指します。

謡曲と仕舞(観世流)
戸丸 敦子
観世流謡曲と謡本を使って稽古いたします。能鑑賞の手引となるようなお話もいたします。

民謡
塚本 明美
三味線の生伴奏で大声出して肺の運動。腹の底から腹筋で息長くなり私もあなたも民謡で元気に学習しましょう。

華道(草月流)
重田 明美
基礎技術から応用まで季節に合わせたおけいこを心がけています。

華道(池坊)
髙島 有美子
初心者を対象に、草木の扱い方や取り合わせ、花形、花器の選び方など、基本的なことを学習し、花を楽しくいけることを目指しています。

華道(池坊)
山崎 教美
初心者を対象に、池坊の基本的ないけ方と、花をいけることの楽しさを学習します。

華道(池坊)
綱脇 千惠子
池坊の歴史に少しふれながら、現代生活に合ういけ花を気軽に楽しく学習します。

フラワーデザイン
尊田 妙
生花、造花、プリザーブドフラワーによる個性を生かした創作デザインと花の選び方を学びます。

日本舞踊(藤間流)
藤間 朔尚
和の音楽で心を癒しつつ筋肉も鍛えることができます。膝や腰が痛くても大丈夫。ゆっくり楽しく始めましょう。

三味線・長唄
杵屋 勝繁希
いい音を出して弾くと心の安らぎが得られます。三味線をまず好きになれるように基本から指導します。

コーラス
重住 千寿香 伴奏 **熊野 美保**
年齢に関係なく簡単な歌、なつかしい歌など、心をリフレッシュして楽しく歌う指導。コーラス、二重奏など。

コーラス
能智 和子 伴奏 **松元 拓士**
簡単な曲を中心に、ハーモニーの美しさや歌う楽しさ発声法を学びます。

声楽
池松 裕美子
グループで歌曲や民謡、唱歌などを楽しく歌いながら、呼吸法や発声法(ヴォイス・トレーニング)を学び、歌唱力を高める指導をします。

ハーモニカ
友成 俊明
ハーモニカを奏する楽しさ、効率的練習の確立、各自に適した目標→練習→充実感を目指します。初心者歓迎。

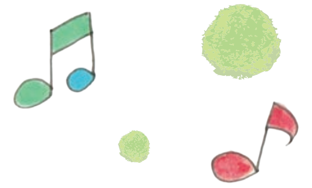
リコーダー合奏
能智 和子
基礎的な呼吸法、運指のコツを学び「ふるさと」「夕焼けこやけ」「イエスタディ」などの曲が演奏できるように学習。

茶道(裏千家)
井上 宗幸
お茶を楽しみ、点前を楽しみ、移り行く四季を楽しみながらご一緒に茶道を学習して参りましょう。

オカリナ
宮内 明日香
オカリナのやさしい、澄んだ音色でお好きなメロディを奏でてみませんか?初心者大歓迎!楽しい教室です♫

カラオケ
馬場 喬
皆さんで楽しく、健康で仲良く、笑いの絶えない学級にします。カラオケ(演歌、ナツメロ)はじめての人お待ちします。

健康マージャン
上野 博泰
初心者の方を中心に楽しんで貰える麻雀を。年齢関係なしで新しい仲間作りにチャレンジしてみませんか?



家庭生活・日常生活

家庭料理
貞弘 龍子
家庭料理をいかに安くおいしく仕上げ、ちょっとした工夫でまた違った料理が出来上がるといったような指導をしていきたい。

家庭料理
手嶋 雅子
一味違う料理や残ったおかずでもう一品。子どもからお年寄りまで笑顔がこぼれる料理を一緒に作りましょう。

手作りパン・お菓子
橋本 やよい
イースト菌とお友達になりましょう。パンの手作りはとても楽しいですよ。少し位形が悪くても、おいしく焼けるのです。

パン・お菓子
塚本 けさ子
日常食べているパンを家庭で簡単に焼けるよう学習し、楽しい仲間作りの中で食の研究を目指します。

パン・お菓子
永島 裕紀修
手軽に簡単にできるパン。安全・安心なパンの作り方を教えます。

お菓子作り
森元 結子
クッキーに、着色したお砂糖のクリームでお絵描きして楽しみます。季節毎のモチーフをテーマに親子でクッキー作りをしませんか。

和菓子
矢野 恵津子
四季折々の和菓子を家庭で気軽に楽しめるように手近な材料を使って簡単に手作りします。

和裁
角 経子
和服、これに属する種類は豊富です。初心者対象に日本の伝統ある着物を1針に希望を継いで仕立てる事を基本とします。

洋裁
岸川 洋子
個人にぴったりの洋服を作ることが出来る。着物、洋服からのリフォーム、カラーコーディネートなど。

洋裁
中村 和美
着物や古布でお洋服や小物を作りませんか?簡単で素敵なデザインのTブラウス、パンツ、バッグなどを作ります。(着物の解き方から指導します。)

木工
長田 博幸
木の性質や道具の使い方など、作品を制作しながら基本的な木工の知識を楽しく指導します。

ビデオ制作
一樹 慧
撮影と編集を具体的に指導しています。

菊づくり
吉田 睦雄
初回に菊の苗を差し上げます。毎回菊の育て方を指導します。初めての人もどうぞ。

ガーデニング
堺 ひづる
四季折々の植物を使い、わかりやすくていねいに指導。幅広い年代の方々と植物を通じてコミュニケーションづくりの場を。

ガーデニング
佐藤 桂
お花にかかわる25年の仕事を通じての経験を生かして、ガーデニング他、生花や造花等を使ったかべ飾り、髪飾りなど制作し、お花を通じて幸せだと感じる学級を目指したいです。

着付け
平田 進代
普段着から礼服まで、道具を一切使わず、腰紐と伊達締めで指導。和装小物の選び方、着付けのポイントの習得。

着付け
角 経子
道具を使わずに自分に合った補整で、個性を生かす着付け方を確実に手順と体で覚える事を繰返し指導。

着付け
秋吉 郁代
日本伝統の「きもの」の着付けを普段着から礼服まで道具を一切使わず、腰紐と伊達〆で指導します。着付けのポイントを正しく指導します。

前結び着物の着付け
井上 恵美子
手がうしろに回らない人でも二重太鼓や変わり結びが、前結びなら簡単に楽に結ぶことができます。

着付け、礼法
竹本 園枝
普段着から礼装着の着装、染織の基礎知識、TPOに合った着こなし、立居振舞い等、日常マナーの学習。

パソコン
坂本 敏子
実用に役立つ楽しいパソコンの使い方を初歩から学習します。

パソコン
須藤 安江
初心者を対象に、ワード・エクセルなどパソコンの基礎を、テキストに沿って、分かりやすく楽しく学習していただきたいと思います。

パソコン
長島 健次
パソコンの原理を解説し、次にプログラミング実習によりプログラム作成が自分でできるようにします。

パソコン
安部 久美子
基礎からゆっくり一歩、一歩、楽しく学習してみませんか。ワード・エクセルを中心にすすめます。

パソコン
森 結花
パソコンの基礎、簡単な文書作成、生活に役立つ内容等をワード・エクセルを中心に楽しく学習していきます。

アロマテラピー
門司 早苗
植物に秘められたパワーを、毎日の生活に役立て利用する方法を紹介していきます。

薬膳料理
和田 亜弓
「食で世界中を笑顔に」をテーマに薬膳の魅力を発信しています。基本的な考え方を知れば、楽しくおいしくおうち薬膳できますよ。

スポーツ・レクリエーション

卓球
山口 政文
多球練習をまじえて、基本プレイ(FHロング、BHショート、切り替え、フットワーク、強打等)を指導。

卓球
高嶋 勝海
基本技術の指導。

卓球
宮脇 一博
卓球の楽しさは、手軽で子供から大人まで。初級者には、ラリーが続くように。中級者には、一歩進んだ練習をしています。

卓球
栗田 美津子
基本練習を中心にパターン練習、試合形式など折りまぜながら、卓球を気軽に楽しんでもらう。

卓球
小野 誠
スポーツとして、レクリエーションとしての卓球の面白さを知り、楽しみながら心身の健康と体力の増進を図ることを目的とします。

卓球
園田 幸子
基本練習や課題練習、ゲーム形式での練習。卓球を通し、楽しみながら健康づくりにも役立ててほしいと思います。

卓球
岡本 亜紀子
フットワークやサーブ、レシーブなどの基本練習やゲーム練習も取り入れ、卓球の楽しさを伝えていきます。

卓球
野口 典子
基礎からはじめて、楽しく卓球ができるように指導していきます。健康を第一に努めていきたいです。

卓球
越智 真由美
基本練習の他、スポーツを通じての仲間づくり、生涯スポーツとしての楽しみを伝えていきます。

卓球(ラージボール)
阿蘇 五郎
基本練習を中心に行います。卓球の楽しさが分かる練習を多く取り入れ、自分流の卓球スタイルを作り楽しく笑いあえる練習を目指しています。

卓球
筒井 啓介
中学生への競技としての技術指導として、一つ一つの技術ができるようにレベルアップを行いたいと思います。

ヨーガ
岡本 禮子
健康法の中の一つ、ヨーガ体操で、身・息・心を一緒に楽しく調えていきましょう。

和みのヨーガ
中島 恭子
心と体にやさしいヨーガでゆっくり身体をほぐしていきましょう。最後はペアで和みの手当てを行います。

ヨガ
草刈 むつみ
初心者の方も参加しやすいリラックスヨガ教室です。自分の為に日々の疲れた心とカラダをほぐしませんか。

ダンススポーツ
渕 公子
社交ダンスが初めての人も、楽しい音楽を聞いて、体を動かして、脳と体を元気にしましょう。

社交ダンス
赤瀬川 映子
パーティーで楽しめる初歩的なダンス(ブルース・マンボ・ジルバなど)を修得できたら楽しいですよ。一緒に踊りませんか!

社交ダンスとストレッチ
安永 洋子
ダンスは頭と体を同時に使う最高の健康法。ストレッチで筋肉をゆるめ楽しみながら鍛えていきます。

フォークダンス
藤崎 寿子
音楽に合わせ、軽やかにステップを踏めば気持ちも若返り、自然に顔もほころびます。みんなで友達の輪を広げましょう。

ラクラク健康体操
得田 百合江
年齢、体力、対象者に合わせアレンジ。ストレッチ、筋力運動、遊びの運動等を指導。

健康体操
中村 廣子
運動することで体力の増進、心身のリフレッシュを目的にしています。

ベリーダンス
佐藤 信子
音楽に合わせて、楽しく踊りましょう。しなやかな動きは、あなたの魅力を引き出します。

ストレッチ
佐藤 信子
自分の体に感謝して、楽しく動かし、体も心も軽くなりましょう。

フラダンス
村上 育代
ハワイアンに癒されながら楽しく体を動かしてみませんか?初めての方、初心者の方大歓迎!

フラダンス
津留 理恵
ハワイの伝統芸能であるフラを多岐に渡りお伝えします。イプヘケによる基礎練習で美しい踊りを身につけます。

インディアカ
藤崎 寿子
サーブ、レシーブ、トス、アタックの基本練習。4人1組、バレーボールのルールで練習試合。汗を流しましょう。

健康教室バウンドテニス
今村 明美
スポーツを通じて気軽に汗を流し、年齢層を気にせず色々な人と交流を深めて、健康維持に役立てたいと思います。

バドミントン
木村 修身
基礎練習や試合を通して、気持ちの良い汗をかいて、バドミントンの楽しさや奥深さを体感してみませんか。

バドミントン
林田 憲男
健康保持のため、バドミントンを通じて一緒に汗を流してみませんか。

バドミントン
壹岐 隆道
「楽しく、笑顔で、気持ちいい汗をかく」をモットーにやっています。運動習慣が身につくといいですね。

バドミントン
橋﨑 功
バドミントンは誰でも手軽に楽しめるスポーツです。「仲間と一緒に楽しく気持ちいい汗を流してみませんか」

健身気功
岡野 喜久代
前半は、体力トレーニング。後半は、基礎技術、応用、実践の練習をします。健康保持、増進を目標に無理せず自分の体力にあわせて楽しみましょう。

太極拳
髙山 達也
太極拳の基本を学習し、入門、初級へ優雅に音楽を楽しみながら健康増進をはかっていきたい。障がいがあっても体を動かすことが好きな人もご一緒にしませんか。

古伝空手
伊規須 弥三
沖縄古伝空手の型を稽古することで、姿勢と呼吸を作り、健康な心身をつくることを目指します。

硬式テニス
武石 久史
楽しいドリルで基本の技術をマスターしましょう。テニスが今以上に楽しくなりますよ。いざ、来たれ!

教養

英語
松尾 さゆり
大人のための英検講座「英検3級合格」を目標に、中学校3年間の英語の学習内容を一緒に復習していきましょう。

中国語会話
江口 ちあき(王 暁雁 ワン シャオイエン)
初心者対象に基本的な発音から簡単な日常会話までを学習していきます。

フランス語
西垣 敏
発音と簡単な日常会話から入り、フランス語の基礎表現を学びます。フランス社会の理解へとつなげて行きたい。

ドイツ語
堀口 順子
旅行、音楽等がきっかけでドイツ語を学びたいと思う方が対象。少しずつドイツ語で表現する力がつくように。

英会話(通訳)
本宮 唯文
簡単な逐次通訳練習から徐々に難度を上げていきます。聞く力、語彙力アップで、TOEIC対策にも効果的。

俳句
阿部 いく子
5回目までは俳句の基本的な事を、例句を引用しながら講義。6回目からは選評、添削を主とし、古今の名作にも触れます。

川柳
山﨑 蘭草
季語にこだわらず喜怒哀楽を五七五で詠むのが川柳です。詠む人も読む人も和やかになる文芸です。

歴史
堀田 繁人
パワーポイントで画像を見ながら行ったことのない歴史の旅をしませんか

教育セミナー
三浦 清一郎
実践英会話・自分史作成などを指導します。

教育セミナー
大島 まな
自分史作成や青少年教育についてのお手伝いをします。

朗読、絵本の読み聞かせ
兼田 幽香里
名文・詩等を声に出して読むことで肺を丈夫にし、脳を活性化します。また、絵本の読み聞かせのコツを共に学びませんか。

わいわい文章塾
松永 年生
広報担当の人、エッセイや自分史を書きたい人、書くことが苦手な人。皆でわいわい勉強しましょう。

社会倫理(人間論)
中村 憲司
「こころ」と「からだ」としての人間(自分自身)をよく知り、「よく生きる」ことを目標に学びましょう。

伝承文化

竹とんぼ・竹馬、凧づくり
松尾 七郎
簡単なものから高度なものまで凧づくり全般。竹とんぼ・竹馬作りも指導します。

古文書を読む
板橋 晧世
未紹介の宗像の古文書を解読。易しい史料から始め、ナマの歴史や庶民の思いをナゾ解きのように読み解きませんか?