

		講 座 名	講 師	講座内容	開催条件・教材費等	講師経歴
教 養 ・ 趣 味	0-1	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ココロ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 ・材料費…1,000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 2006年 同 アロマテラピーインストラクター取得 2009年 環境カオリスタ取得 2018年 日本アロマ環境協会アロマセラピスト取得
	0-2	女性のためのアロマテラピー	和光 美幸	アロマとは何か？アロマの呼応が効能はどのようなものなのか？アロマの活用法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
	0-3	母と子のアロマテラピー		アロマとは何か？アロマの呼応が効能はどのようなものなのか？アロマの活用法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」をします。事前に決めたアロマグッズを親子で作リ、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 作る物によって持ち物が変わります。（応相談）	
	0-4	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？アロマの活用法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 作る物によって持ち物が変わります。（応相談）	
	0-5	～心と身体が求める香り～ 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ものです。ご自分のアロマオイルが見つけられたら、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、アロマエスティックライセンス認定アロマエスティシャン、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
	0-6	～植物からの贈り物～ 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。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、シャンブー、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。）	
	0-7	～きれいな身体・心・肌～ 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。）	
	0-8	～心穏やかな毎日を送るために～ 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使いいただけるようにお伝えいたします。お好きなクラフト作りを講義の後に致します。	教材費…1,000円～1,500円（※人数により異なります。応相談。）	
	0-9	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）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。※他のクラフトも可能です	・時間帯…10時～12時、13時～15時 ・平日の火・木曜日のみ ・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。
	0-10	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。 ・ペアになり、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。 ・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 ・平日の火・木曜日のみ ・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… 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セ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、J A H A 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セラピー ②季節に役立つアロマセラピー ③ハンドマッサージテクニック（誰でも簡単にできる） 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 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 持ち物…筆記用具 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 アロマセラピー	廣瀬 恵美	アロマセ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。 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。 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 ・4人以上で開催可能 ・1回1h半 ・教材費…2,000円～3,000円位	（公社）日本アロマ環境協会（A E A J）認定アロマセ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、禪タロットリーダー、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プラクティショナー、表情筋機能再生トリートメントセラピスティチャーなど
	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、ハウスクエア用品などを作るクラスです。 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 ・4人以上で開催可能 ・1回1h半 ・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 ・4人以上6人以内で開催可能 ・1回2h ・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> 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添っていくためのアロマセラピーも使ったナチュラルセラピーのお話をします。 <月経リズム> 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。アロマセ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。 ※どちらも、マッサージオイルを作ってお持ち帰り	・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～17時 ・4人以上で開催可能 ・1回1h半 ・教材費…2,000円～2,500円位	
	D-17	足うらない （自分の足指の意味を知ってみませんか？）		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。 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。アロマオイルも使います。	・時間帯…平日10時～21時、土・日曜日10時～17時 ・4人以上で開催可能 ・1回1h半 ・教材費…1,500円～2,000円	
	D-18	メンタルヘルス 自分を知ってイキイキと！ ワンポイントでリフレッシュ！（ワンポイントメイクレッスン）	玉川 真奈美	メンタルヘルスとメンター ～ワンポイントレッスンの場合～ ①自分の肌のタイプや肌の状況を知り、基礎化粧品について ②眉毛と顔（顔色）のバランスについて ③自分の肌に合ったカラーセレクトについて ④ハンドマッサージについて	①～④をご指示ください ご自身のメイク用品、基礎化粧品をお持ちください。 アレルギー性皮膚炎の方は事前にお伝えください。 メイク用品レンタルセット 1,000円～（ご自身のメイク用品以外をご希望の方はレンタル可能。事前にお申し出ください） ③④は500円	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、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、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（親子・キッズ）認定講師、専門学校・高校・山梨大学非常勤講師 他 消費者庁食品ロス削減推進サポーター 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）  ※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 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。 フタでコースターを作ったりします。 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 ・時間帯…午前9時～12時 ・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 ・教材＝資料のみ、または実習を含めても可能 ・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、ブリザーブド・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 ・教材＝資料のみ、または実習を含めても可能 ・応相談	
	D-22	季節のテーマによるフラワーデザイン		ご希望のテーマによる講座	・時間帯…・午後～夜間 ・教材＝資料のみ、または実習を含めても可能 ・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 （時間外も相談に応じます） 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」アシスタント講師、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。 花材は、生花・ブ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・ブリザーブド・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、ブリザーブド、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。 （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。 素材は、高級造花・ブ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 持ち物…お持ち帰り袋 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、2024年度南アルプス市自主企画講座講師、2024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	ブ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。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 （時間外も相談に応じます）	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」アシスタント講師、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		ドライフラワーやブ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 （時間外も相談に応じます） 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。 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。 その日のうちにお持ち帰りいただけます。	・材料費…1,300円～1,800円 ・制作時間…1.5h～2h ・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ハーバリウム著講師認定 ・甲府市民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） 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。 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） ※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	ミニバラと季節の花のリース額	小林 繁美	生花を色もきれいに乾燥させたレカンフラワーを自由に組み合わせる花のリースを作ります。 専用の額なので色もきれいなまま長く楽しむことができます。 （季節の花の例…桜・ヴィオラ・あじさい・千日紅他） ※※サイズは15cm×15cm×3cm	・教材費…2,300円 ・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 ・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 ・2018年度同コンテスト 入賞 ・2022年度同コンテスト 特別賞 ・2023年度全国レカンフラワーコンテスト佳作 ・2024年度全国レカンフラワーコンテストで特別賞、入賞、佳作を受賞
	D-32	花びらドレスのプリンセス ～レカンフラワー～		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 ・持ち物…はさみ	
	D-33	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 ・持ち物…はさみ ・6月～3月までの期間	

	D-34	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） ・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ハーバリウム審判師認定 ・甲府市公民館運営審議会委員
	D-35	ハーバリウム～ステーションリーボールペン編～		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、替え芯もご紹介します。 おしゃれステーションリーで女子力アップです。	・材料費…1,300円～1,800円 ・制作時間…1.5h～2h ・時間帯…応相談	
	D-36	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 ・材料費…メモクリップ1,500円、ケース・綿棒ホルダー・ソーベティッシュなど4,000円～ 【HP】 <a href="https://emi-flower-point.shopinfo.jp">https://emi-flower-point.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。 Herbarium Arrts 認定講師 ミラクル3Dハーバリウム 認定講師
	D-37	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す。 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 ・材料費…2,000円～ 【HP】 <a href="https://emi-flower-point.shopinfo.jp">https://emi-flower-point.shopinfo.jp</a>	
	D-38	「ハーバリウム」を作ってみよう！	天本 聖美	「植物標本」の技術をベースとした「みずみずしさ」が特徴のインテリア雑貨です。 瓶の中に専用のオイルを入れ、中にドライフラワーやブリザーブドフラワーを詰めたハーバリウムは、生花よりも長く楽しめるのが特徴です。	・材料費…2,000円～（ボトルにより追加料金有） ・時間帯…午前10時以降希望 ・要駐車場	光と色のアートOnデ認定アドバイザー山梨第1号、系かけデザイン研究所公認系かけ師、社）日本ハーバリウム協会認定ハーバリウムデザイナー 県内だけでなく、合同作品展やイベント出店など幅広く県外でも活躍中です。
	D-39	「系かけ数楽アート」の世界を体験してみよう！		ちょっとした算数や数学の要素が入った数字と色のアート。系の重なりが作り出す幾何学模様の美しさも魅力の一つです。 出前講座では、数楽カフェメニューの☆1～2の初めての方でも楽しめる作品をご用意しています。板に釘を打ち、好きな色の系をかけ、無心になれる時間を体験してみませんか？	・材料費…2,500円（送料含む） ・時間帯…10時以降希望 ・要駐車場	
	D-40	光と色のアート「Rose Windows」を作ってみよう！		ローズウィンドウとは、専用紙を折り紙の要領で折り、ハサミやアートナイフで切り、スタンドグラスを再現するペーパーアートです。 （1）集中することで右脳を活性化 （2）完成させる達成感を味わう （3）作品から光を通し色彩を楽しむ 3つの効果で心のバランスを整えるアートセラピーでもあります。	・材料費…中サイズ2,500円（木枠、オーロラ紙希望の場合追加有） ・時間帯…10時以降希望 ・水曜日不可 ・要駐車場 ・3～4時間かかります。（2時間以内ご希望の場合、ハサミのみの作品を紹介可）	
	D-41	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		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・ミニボードなどに描きます。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ます。 デディベア、いちご、ぶどうなども描けます。	・日時は応相談 ・材料費…ウェルカムボード 3,000円～、コースター2枚2,000円、ティッシュケース3,500円 【HP】 <a href="https://emi-flower-point.shopinfo.jp">https://emi-flower-point.shopinfo.jp</a>	
	D-42	カルトナージュで生活に彩りを	高橋 真由美	フランスやヨーロッパで花開いたカルトナージュ。厚紙を使い型を作り布を貼りレースやブレードで美しく飾ります。 ※その他、リボントレーや手帳カバーなども可能です 今年は筒形で蓋つきの小箱です。（8cm×7.5cm）	・材料費…1,000円～1,500円前後（※大きさやふた付きにより異なります。） ※物価高騰のため大きなものは高くなります（厚紙、生地、ボンドなど） ・持ち物：おしぼり（のりて手が汚れるため）、裁断バサミ（生地を切る用）、えんぴつ、定規など ・1回あたり2時間以内 受講人数…5名から	日仏カルトナージュ協会公認講師、色彩心理・インストラクター、カラーコーディネーター3級
	D-43	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。 ・持ち物…作品を持ち帰るための袋 ・教材費…1,500円～ 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。	一般社団法人日本サンドアーティスト協会 認定講師 フラワーアレンジメント講師
	D-44	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。 （2）写真やさ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 （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-45	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…1,800円～2,000円 ・制作時間…1.5h～2h ・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ハーバリウム審議師認定 ・甲府市公民館運営審議会委員
D-46	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す。 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) 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」アシスタント講師、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-47	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!! 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セ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、J A H A ベビーマヨガイストラクター、J A H A ベビーマッサージインストラクター
D-48	組紐 ～身近な手芸として楽しむ組紐・組物（ミサンガ・プレスレット等）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・プレスレット・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 ・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素習フォーラム認定マクラメジュエリー本部専任講師
D-49	マクラメジュエリー		マクラメ技法で、ネックレスやプレスレット等のアクセサリを制作します。	・時間帯…10時～19時 ・材料費…2,000円～	
D-50	SDGs 環境に優しく リサイクルガラスビーズで描く アート講座	田中 貴子	廃材ガラスを安心安全に加工したリサイクルビーズを使って絵を描くアートです。下絵があるので誰でも簡単に作品が作れます。環境に優しいアートです。 夏休みイベント、企業のSDGsイベントで大好評です。世界にたったひとつの宝物を作ませんか？	希望時間なし 持ち物不要 教材費1,200円（ガラスビーズ、接着剤、キット、フォトフレーム込）	
D-51	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）	フェイクスイーツPro講師、心理カウンセラー
D-52	洋風つまみ細工「はじめてのつまみ細工」－コサージュ製作－	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大振りなコサージュを作ります。全2回	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 材料費：1000円～ 講座時間：120分	NARD JAPAN アロマセラピー協会インストラクター 2012年 富士の国やまなし国文祭事前事業ストーンアートジュエリーコンテスト「準グランプリ」受賞 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
D-53	洋風つまみ細工 季節の花のつまみ細工		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」の式の花を作ります。 内容： （春）桜、水仙、桃、ピオラ、マーガレット （夏）菖蒲、アヤメ、カキツバタ、紫陽花、朝顔、向日葵など （秋）コスモス、リンドウ、ダリア、菊、ガーベラ、ピオラなど （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 材料費：1000円～ 講座時間：120分	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） 2016年 甲斐市南部公民館にて洋風つまみ細工講師（6ヶ月） 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 テーマ「辻嵐外」 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 2022年 山梨県立文学館 企画展「樋ロー葉」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
D-54	洋風つまみ細工 お祝いのつまみ細工－紅白梅－		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」の紅白梅を作り、風呂敷飾り、ポチ袋、お正月飾りなど、ちょっとしたつまみ細工を添えるアイテムを作ります。	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 材料費：1000円～ 講座時間：120分	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 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 テーマ「それぞれの源氏物語」「梅」のコサージュを製作
D-55	洋風つまみ細工 基本のお祝い事の髪飾り作り		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、ピン止め、Uピン、髪飾り（ワイヤー使用のかんざし、コーム）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 材料費：1000円～ 講座時間：120分	山梨県生涯学習センター市民自主企画講座開始 年数回イベント参加（過去：こうふはっこうマルシェ、ミュージマルシェ他）現在に至る。
D-56	洋風つまみ細工 バラのコサージュ		着物のアイテムのつまみ細工を、身近にある素材（コットン、リネン）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「バラ」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 材料費：1000円～ 講座時間：120分	
D-57	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）を本物そっくり粘土工芸で仕上げます。 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受賞（H24）、同作品展にて文部科学大臣賞受賞（H23）



	D-58	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、バレッタ、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、シルバーワ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-59	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を製作します。	材料費…2,800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。）	
	D-60	布ぞうり作り	山田 幸子	2～3時間でシンプルなリングやペンダントを作って、お帰りの際に身に着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 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、さもの着付け一級講師
	D-61	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 裁縫道具、手芸わた	
	D-62	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）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	講座の内容により実費がかかります。	
	D-63	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？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 ・持ち物…裁縫道具（ある方）	・日本舞踊協会山梨県支部会員 ・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 国立劇場等にも出演
	D-64	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	・材料費…3,000円～ ・完成は約2ヵ月後	備前焼作家 平岡陶氏に師事 道楽黨主宰、北杜市に穴窯を築窯。
	D-65	編み物・手芸（全般）	小坂 フキ子	編み物に関するすべて（流行しているものも）に対応します。作品を制作するまで指導します。		（財）全日本編物教育協会審査員、生涯学習講師
	D-66	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。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 ・資料代等…500円程度 ・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、山梨県こづきマスター
	D-67	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。 ※宗教的なお話ではありません		曹洞宗・自性院住職
	D-68	ゲンカモノウラク ドッキン ン オモ 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-69	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さを味わえるように指導します。 ・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。 ・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） ・持ち物…水彩画道具セット、画用紙（四つ切または八つ切り） ・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-70	袋編みくつ下を編もう	富峰	棒針で編む。 主に冬系	・材料費…糸代600円 ・持ち物…毛糸針、はさみ、メジャー ・棒針（むなし）は講師が用意 ・時間帯…10～12時	
	D-71	マントを編もう		まっすぐに編んで、外套の上に羽織ります。 スカートにもできます。		
	D-72	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	LEDレジンアクセサリー認定師資格 UVレジンアクセサリー認定講座 雑貨ハンドメイド講座クリエイター資格
	D-73	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	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 武田氏研究会員・武田検定一級 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） 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-74	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	

	D-75	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て、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。 出前講座では、お皿かマグカップのどちら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） ・定員：１０人 材料費（焼成費込）：３，０００円 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。 はさがみが使える小学生以上（子供・大人・親子・シニア） ・小学生は保護者同伴 ・男性のみのご受講は、ご遠慮ください。	Happy Princettia主宰 ㈱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、絵の具・装飾コース修了
	D-76	かぎ針編み入門編 北欧風コースター作り	酒井 穂積	初心者の方でもかんたんに出来る、コースターを作ってみませんか？	・平日のみ ・教材費が別途かかります（約５００円） ・持ち物：なし （用具はこちらで用意しますので手ぶらで大丈夫です。）	
	D-77	初心者でもかんたん、かぎ針編みアクセサリーを作ろう		かぎ針編みで、ご自身だけのオリジナルのピアスやイヤリングを作りましょう。初心者の方でも簡単にできます。	・平日のみ ・教材費が別途かかります（約１，０００円） ・持ち物：なし （用具はこちらで用意しますので手ぶらで大丈夫です。）	
	D-78	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。 なかなかお家で作れない、でも興味がある。 グラスにお好きな物を入れて作ってみませんか？ 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 ・開催日：月～金曜日（土日は要相談） ・受講対象者：どなたでも（５～３０名程度） ・材料費：大きなパフェ １人９００円、小さなパフェ １人５００円	