

生涯学習リーダーバンク登録名簿

文化・趣味			
講座タイトル	指 導 内 容	氏 名	連絡先
ドールハウス	樹脂粘土や木・布などを使い、実寸大の12分の1の物を作る。	Rose Sea	50-2182
青少年のためのマジック入門講座	<ul style="list-style-type: none"> <li>・少人数の目の前で見せるマジックの実演と指導 又は</li> <li>・大人数の前で見せるマジックの実演と指導</li> </ul> ※いかようにでも、相談に応じます。	J(ジェイ)	56-8175
大人のためのマジック入門講座			
高齢者のためのマジック入門講座			
リハビリとしてのマジック入門講座	指や腕を動かすリハビリや、手順の暗記・簡単な暗算トレーニングを兼ねた「リハビリとしてのマジック練習」を行います。 <ul style="list-style-type: none"> <li>・少人数の目の前で見せるマジックの実演と指導 又は</li> <li>・大人数の前で見せるマジックの実演と指導</li> </ul> ※いかようにでも、相談に応じます。(マジックショーだけでも可)		
啓蒙・啓発講演 人は何故騙されるのか -人間の心理とトリック 実演と共に-	騙し・錯覚の世界についての様々な事例の紹介と解説。騙しのポイントと回避方法を動画と実演で解説。 ※いかようにでも、相談に応じます。(マジックショーだけでも可)	阿部 二郎	
池坊いけ花	<ul style="list-style-type: none"> <li>・いけ花の歴史と現状の講義</li> <li>・いけ方の説明</li> <li>・いけ花の実技</li> </ul>	今井 憲克	41-8783 45-5983 (FAX)
クラフトバンドで作るカゴ	手軽に作れるカゴ小物類の指導。	Country Cat	090-3891-5461
音楽を楽しもう!! (手作り楽器に合わせてリズムアンサンブル)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ペットボトルや牛乳パックなどで手作り楽器作り</li> <li>・楽器の説明や参加者の年代を考慮して、音楽の雑学等を交えて、作った楽器でリズムアンサンブルや歌を楽しんでもらう</li> <li>・可能であれば、ピアノ・キーボード・鍵盤ハーモニカに触れる</li> </ul>	菅原 真希子	090-1526-9000
ポジャギ講座	コリアン風のパッチワーク	鈴木 けい子	生涯学習文化課 21-3444
羊毛フェルト体験『シマエナガのキーホルダーを作ろう!』	羊毛フェルトでシマエナガのマスコットを制作、金具をつけてキーホルダーに仕上げる。	studio-b	090-5981-4748
アニメ"ちはやふる"でおなじみ 初心者上の句競技かるた教室	全1回の教室で上の句百人一首を教え、競技かるたのルール説明、対戦形式で実践練習をする。	函館白妙会	84-6464
アメリカントールペイント	生活の中で使えるものを描いていただく。アクリルペイントを使用して、白木やブリキ、ガラスなどに描く技法を学ぶ。基本的な描き方をレッスンして、各自のベースに合わせて行う。	工藤 千絵	生涯学習文化課 21-3445
絵本講座「プログラムの工夫」 「基礎から応用編」 朗読講座「声は器楽、老化は声から」 「朗読トレーニング」	絵本の読み語り(基礎、応用、プログラムの組み方)、朗読	弦木 恵美子	46-6400
タイルクラフト講座	タイルで鍋敷き作り、タイルでコースター	toriton-works	090-1309-1961
きもので日本の心をまともみませんか	<ul style="list-style-type: none"> <li>・浴衣の着付け、帯結び</li> <li>・きもの(普段着、礼装)のきつけ、帯結び</li> <li>・十二単ショー</li> </ul>	日本時代衣裳文化保存会	51-1045 56-2083 (FAX)
ビーズに触れてみよう、体験講座	興味があるが、始めにくい高齢者の方へのリハビリも一緒に、小物やアクセサリ作成。	日影館 隆太	生涯学習文化課 21-3444
スタンドグラス・フュージング	ガラス工芸全般・スタンドグラス全般	フジイスタンドグラス	090-1302-2311

生涯学習リーダーバンク登録名簿

文化・趣味			
講座タイトル	指 導 内 容	氏 名	連絡先
腸内環境を整えましょう 塩麴をつくりましょう&発酵食品を使った料理講習会	塩麴を手作りし、塩麴の活用法 発酵食品を使った料理の調理実習	和田 徳子	090-3779-6123
乳和食料理教室 牛乳を使って減塩方法を学びましょう	牛乳を使った減塩料理の調理実習		
腸の負担をかけないスイーツ作り料理講習会	米粉を使い、バターなどの動物性脂肪を使わない体に優しいスイーツ料理の調理実習。		
メタボ改善の為の料理講習会	野菜、食物繊維を多くとるための簡単にできる調理実習。		
低糖質の料理講習会	糖質を抑えた料理教室		
食物繊維をたくさんとろう！ 食物繊維たっぷりのおからこんにやくの料理教室	おからこんにやくは1丁あたりレタス2個分の食物繊維を多く含んでいる食品で肉や魚の代用品として使うことができる。食物繊維を多くとるための簡単にできる調理実習。		
パワーストーンを使ったオリジナルプレスレット作り	水晶などの天然石にはそれぞれ色々なパワーがあります。それを取り入れて自分好みのプレスレットを作る。	松井 真佐子	生涯学習文化課 21-3445
ウクライナに伝わるろうけつ染によるイースターエッグ(※) ※時期によっては「飾りたまご」に変更	ウクライナに伝わるろうけつ染めの技法を用いてイースターエッグを作成。キリスト教の伝来以前からの文化で、シンボリックな意味づけが多数ある。近隣諸国にて作られる技法の比較。		
世界の刺しゅう(中東欧およびロシアの伝統的な刺しゅう)	中東欧やロシアに伝わる刺しゅうの実技体験。各地の特徴や技法の他、民族衣装などを紹介。		
手芸・パッチワークキルト	パッチワークを主体として小物からベッドカバー等の大物までの作り方実技の教習。	村國 真知子	32-3906
ひな祭りのスイーツづくり講座	ひな祭りに合う家庭用スイーツづくり	ザ・ランド・オブ・トリミング	41-3006
函館ゆかりの詩人による歌曲	函館ゆかりの童謡から歌曲まで、さまざまな詩人、文学者を紹介し、その時代背景や詩の内容、歌い方などの説明と実技をご指導させていただきます。	細谷 悦子	57-3116
ほっこり ハワイアンフラ体験講座	心地よいハワイアンミュージックに身をゆだね、美しい風景や花、雨、風、緑の山々、大切な人をイメージしながら、ゆったりと、時にはリズムカルに踊ります。心と身体が癒され自然と笑顔になれるハワイアンフラの魅力を体験します。 歌詞の意味やスピリットも分かりやすくお伝えします。お子さんからシニアまで、体力や年齢によらず、運動が苦手な方でも参加できる講座です。	オヒアレファ 高清水	85-6611
・ハーバリウム ・フラワークラフト(ドライフラワーを使った小物作り) ・キャンドル ・せっけん	本物のお花を使って癒しのインテリア雑貨を作る。	フラワークラフト ヒーリア	090-1303-2137
楽器のひみつ大発見	打楽器の魅力と奏でる楽しさを伝えることにより、受講者が吹奏楽や管弦楽、バンド等の音楽活動に取り組む“きっかけ”を提供できるよう、次のことを講話する。 「打楽器とは」「楽器の紹介と音色」「実技演奏」	竹内 稔	生涯学習文化課 21-3444
玉乗りカラフルピエロ	ピエロの作り方等を説明し、実際に作ってみる。	Bloom N 樹脂粘土	生涯学習文化課 21-3444
初めてでも楽しめる パステルアート講座	パステルアートについてのお話とお試し体験。デモンストレーションを見ていただき、実際にお絵描き。	アトリエtutumu	生涯学習文化課 21-3444
おいしい日本茶の淹れ方	1.日本茶について簡単な説明 2.急須でおいしいお茶を淹れるポイント 3.お茶淹れデモンストレーション～実技 4.感想	牧之段 敬子	生涯学習文化課 21-3444
スワッグ製作体験 束ねて吊るしてドライフラワーに！ アースカラーのスワッグを作ろう。	スワッグ(植物を束ねて作る壁飾り)の作り方のコツなどを、作業毎に説明・実践し、一人ひとりわからない事などを確認しながら仕上げしていきます。	黒川 美樹	47-8789

## 生涯学習リーダーバンク登録名簿

文化・趣味			
講座タイトル	指 導 内 容	氏 名	連絡先
レザークラフト体験	牛革の小物トレーを作製します。素材に刻印でローマ字、数字、柄を打ち込み、染色料で染めます。	千葉 建介	84-1414
木のオリジナル小物制作体験	木のスプーンやキーホルダー、コルクのコースターからお好みのものを選び、デザインを鉛筆で書き込んで、最後に焼きコテで焼き付ける。焼き付ける体験の希望者には指導して実施。(火傷の可能性のある作業のため、体験を希望しない場合、また、幼少のため実施危険と判断した場合は講師が仕上げをする)	晴木工店	090-2870-9653
ハーバリウム講座	初めに簡単な自己紹介とハーバリウムの由来についてお話しします。次にハーバリウムの制作をして、可能でしたら完成作品の写真撮影をします。最後にハーバリウムを長持ちさせるための注意点のお知らせをして終了です。	Le petit ange	090-6171-9265
リボンヘアアクセサリ制作体験	ヘアアクセサリの作り方を解説し実際に作ってみる	ルバン ド パピヨン Ruban du papillon	生涯学習文化課 21-3444
タイルクラフト体験(鍋敷き)	①木の板にタイルを貼る ②タイルの目地を入れる ③少し乾かして完成!	ル リアン Le Lien	080-8627-7553