

塩尻市 生涯学習講師リスト

市民の方に、自分の得意とする分野や指導できる内容を登録していただきました。「グループ活動を始めたいけれど指導者がいない」などお困りの方は、ぜひご活用ください。

ご利用方法

登録されている講師へ依頼をご希望の方は、**社会教育スポーツ課(塩尻総合文化センター総合受付)**へお問い合わせください。



問合せ方法



- 1 講師リストの中から、希望の講師をお選びください。
(複数でも可)
- 2 社会教育スポーツ課へ選んだ講師についてお問い合わせください。
- 3 その講師と、社会教育スポーツ課担当者が連絡を取ります。
- 4 社会教育スポーツ課担当者が、問合せされた方と講師と連絡が取れるよう手配し、ご依頼者に連絡します。

お問い合わせ

塩尻市教育委員会

生涯学習部社会教育スポーツ課社会教育係

電話：(0263)-52-0280 (内線)3137

○目次

分類番号	指導分野	掲載ページ
1	こども教育	P1
2	市民生活一般	該当なし
3	地域づくり	P2
4	法律・経済・社会	P2
5	人権	P2
6	歴史・文化財	P2
7	自然・科学	P3
8	天文・地学	P3
9	語学	P4
10	俳句	該当なし
11	短歌	該当なし
12	吟詠	該当なし
13	古典文学・漢詩・漢文	該当なし
14	茶道	P4
15	華道	P4
16	書道	該当なし
17	謡曲	該当なし
18	楽器・コーラス	該当なし

分類番号	指導分野	掲載ページ
19	童謡・唱歌	P4
20	邦楽	P4
21	カラオケ	該当なし
22	絵画	該当なし
23	木彫・彫刻	P4
24	陶芸・七宝焼	P4
25	工芸	P5
26	美術その他	該当なし
27	写真	該当なし
28	球技	P5
29	ニュースポーツ	P5
30	武道	P6
31	体操・ヨガ	P7
32	スポーツその他	P9
33	民謡・舞踊	P10
34	ダンス	P11
35	レクリエーション	P11
36	マジック	P11

分類番号	指導分野	掲載ページ
37	囲碁・将棋	該当なし
38	手芸・編物・織物	P12
39	料理	P12
40	生活	P12
41	美容	P12
42	健康・医療	P13
43	福祉	P15
44	園芸	P15
45	フラワーアレンジメント	P15
46	パソコン	P15
47	趣味その他	P15

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
1	子ども教育	池内典江				朗読、話し方講師、フリーアナウンサー、ナレーター	図書館、公民館、社協、カルチャーセンター、JA、学校クラブ	指導内容:放送アナウンス、面接、接客対応、はなしかた、プレゼン、司会、朗読、群読、音訳 指導対象:不問、全年台対象 指導時間:応相談 指導条件:各自治体講師謝礼に準ずる	塩尻市内では、短歌フォーラム、ハロウィーンの司会もしています。
1	子ども教育	小笠原恵美子		認定ファンドレイザー、長野県難聴児支援センター情報保障アドバイザー	認定NPO法人長野サマライズ・センター	女性の力とICT(情報コミュニケーション技術)機器を生かして2つのNPO法人を設立。発起人・事務局長として他NPO法人を支援。塩尻で唯一の認定NPO法人を取得	女性のための起業・就労支援21年、法人化支援14年、企業・学校向け難聴児/者への情報保障アドバイス	指導内容:女性の起業・就労支援。NPO法人化支援、ファンドレイジング講習・相談、難聴児の授業における情報お保障相談、「乳ガン患者になって—女性の健康と悩みを共有しよう!」 指導対象/指導時間:制限なし 指導条件:謝礼;30分1000円～、交通費;応相談、材料費;なし、希望地域;なし	講習・セミナー形式・相談対応等、制限なし
1	子ども教育	奈良井宏美	70歳台	中学・高校保健体育1級免許、県体協2級トレーナー	元日本高校野球連盟評議員、県スポーツ医科学研究サポーター会員、日本学生野球協会評議員、現長野県高校野球連盟参与、塩尻市体育協会副会長、	高校野球31年間指導(県ヶ丘・上田・深志・美鈴ヶ丘)、長野県高野連理事長(H5～8)4年、日本高野連15年	31年間監督として甲子園を目指したが、高校時代1回を含め準優勝2回	指導内容:野球指導、講演会(高校野球、甲子園の話など) 指導対象:地域の野球団体など、野球底辺拡大のためにどなたでも 指導時間:大会、会議など無い日なら 指導条件:要交通費 / 希望地域:県内	
1	子ども教育	本澤渡	80歳台			農水省認定(食と農)全国講師・文科省認定社会体育指導者・厚生省認定日赤救護員・県健康福祉部事業管理課認定薬草指導者・国外感染対策外来薬草鑑定士・県自然観察インストラクター・満蒙開拓語り部講師	○小学校:薬草展示講演・フロアゲートボール・ゲートボール ○中学校:薬草展示講演・薬草栽培指導・収穫指導アドバイザー・満蒙開拓語り部講演 ○一般:薬草展示講演 ○県内五大病院外来薬草鑑定	指導内容:満蒙開拓の語り、クラブ活動での指導(ゲートボール)、薬草 指導対象/指導時間:特になし	
1	子ども教育	宮下節子		日本ベビーサイン協会認定講師、ベシックヨガ、シニア、マタニティ、ベビー、親子ヨガ指導者養成終了		松本市出身。ヨガ歴25年。産後、ヨガ指導者資格取得。ベビーサイン講師資格取得 指導歴8年	NHKカルチャー松本、iCITY21教室「ベビーサイン講座」H22.10月～担当、公民館・福祉広場講座担当	指導内容:ベビーサイン(赤ちゃんでも使える簡単な手話を使って、赤ちゃんとお話するコミュニケーションツール) 指導対象:0歳～シニア層まで 指導時間:応相談 指導条件:1時間、グループ10,000円～	ベビーサイン講座の対象年齢は1歳半位までです。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
1	子ども教育	米山秀比古	60歳台			毎年両小野小学校4年生と中学生の一部希望者に川調査指導を行っている	20年程前から学校の授業として、各地域の小学生と川調査を行ってきた	指導内容:川に生息する魚や水生昆虫調べ、水質を判断、川底の岩石(石)を調べ上流の地質を考える 他形状も 指導対象:小学校高学年。身近な河川環境に関心のある方々。 指導時間:2~3時間(河川の状況等により若干異なる) 指導条件:水生昆虫の捕獲網(原則こちらで用意するが、場合によっては相談)、白いバレット(応相談、川の条件により異なる)	塩尻市内の小学校4年生程度を対象に、身近な河川の状況を観察します。グループでの参加を希望します。
3	地域づくり	小笠原恵美子		認定ファンドレイザー、長野県難聴児支援センター情報保障アドバイザー	認定NPO法人長野サマライズ・センター	女性の力と最新のICT(情報コミュニケーション技術)・機器を生かして2つのNPO法人を設立。発起人・事務局長として他NPO法人を支援。塩尻で唯一の認定NPO法人を取得	女性のための起業・就労支援21年、法人化支援14年、企業・学校向け難聴児/者への情報保障アドバイス	指導内容:女性の起業・就労支援。NPO法人化支援、ファンドレイジング講習・相談、難聴児の授業における情報保障相談、「乳がん患者になって—女性の健康と悩みを共有しよう！」 指導対象/指導時間:制限なし 指導条件:謝礼:30分1000円～、交通費;応相談、材料費;なし、希望地域;なし	講習・セミナー形式・相談対応等、制限なし
4	法律・経済・社会	田口正幸		土地家屋調査士(行政書士)	長野県土地家屋調査士会	平成14年に土地家屋調査士事務所を開所し、現在に至る		指導内容:測量・登記・相続等について分かり易く説明 指導対象:小学生・中学生 指導時間:相談による 指導条件:謝礼、交通費、材料費不要(塩尻市内に限る)	
5	人権	小笠原恵美子		認定ファンドレイザー、長野県難聴児支援センター情報保障アドバイザー	認定NPO法人長野サマライズ・センター	女性の力と最新のICT(情報コミュニケーション技術)・機器を生かして2つのNPO法人を設立。発起人・事務局長として他NPO法人を支援。塩尻で唯一の認定NPO法人を取得	女性のための起業・就労支援21年、法人化支援14年、企業・学校向け難聴児/者への情報保障アドバイス	指導内容:女性の起業・就労支援。NPO法人化支援、ファンドレイジング講習・相談、難聴児の授業における情報保障相談、「乳がん患者になって—女性の健康と悩みを共有しよう！」 指導対象/指導時間:制限なし 指導条件:謝礼:30分1000円～、交通費;応相談、材料費;なし、希望地域;なし	講習・セミナー形式・相談対応等、制限なし
6	歴史・文化財	清水祐三	60歳台	森林セラピーガイド	NPO法人「木曾ひのきの森」	木曾の歴史研究や赤沢の森林浴を楽しんでいる。	公民館講座講師、県シニア大学講師	指導内容:木曾の歴史と文化、赤沢の森林浴 指導対象:特になし 指導時間:土・日の都合のよい日 応相談 指導条件:謝礼;不要、交通費/テキスト代・材料費;応相談、地域;木曾地区	
6	歴史・文化財	中原文彦		学芸員、古文書生涯学習インストラクター2級		本洗馬歴史の郷資料館指導員	公民館行事、市の行事の歴史案内	指導内容:塩尻市域(特に洗馬)の案内	

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
7	自然・科学	竹田正博	50歳台	生物分類技能検定植物1級、1級ピオトープ計画管理士	長野県植物研究会	環境調査、環境保全計画等に携わっている	自然観察会、外来種対策講習会	指導内容: 野外の自然観察 指導対象: 特になし 指導時間: 土、日、祭日 指導条件: 地域: 中信地区、謝礼/交通費/材料費等なし	
7	自然・科学	本澤渡	80歳台			農水省認定(食と農)全国講師・文科省認定社会体育指導者・厚労省認定日赤救護員・県健康福祉部事業管理課認定薬草指導者・国外感染対策外来薬草鑑定士・県自然観察インストラクター・満蒙開拓語り部講師	○小学校: 薬草展示講演・フロアゲートボール・ゲートボール ○中学校: 薬草展示講演・薬草栽培指導・収穫指導アドバイス・満蒙開拓語り部講演 ○一般: 薬草展示講演 ○県内病院外来薬草鑑定	指導内容: 満蒙開拓の語り、クラブ活動での指導(ゲートボール)、薬草 指導対象/指導時間: 特になし 指導条件: 謝礼; 時として	
7	自然・科学	宮坂むつ子		自然観察指導員、インストラクター		平成9年5月から上高地パークボランティア案内、高ボッチ案内	上高地・高ボッチ山・霧訪山・美ヶ原案内、ロマン大学、公民館	指導内容: 花、木、鳥(トレッキング、登山での自然観察の指導) 指導対象/指導時間/指導条件: 特になし	自然を五感で楽しんでいただきたいと思います。
7	自然・科学	山田勇	30歳台	自然体験活動トレーナー、ネイチャーゲームリーダー	NPO法人わおん	身近な森や自然を活用した体験活動を企画している。	児童館等での自然体感活動の実施、「あさひ環境のつどい」講師等	指導内容: ネイチャーゲームなど身近な自然の体感活動、たき火、簡単な自然工作 指導対象: 未就園児～小学生、保護者 指導時間: 応相談 指導条件: 活動内容により異なる	
7	自然・科学	米山秀比古	60歳台			毎年両小野小学校4年生と中学生の一部希望者に川調査指導を行っている	20年程前から学校の授業として、各地域の小学生と川調査を行ってきた	指導内容: 川に生息する魚や水生昆虫調べ、水質を判断、川底の岩石(石)を調べ上流の地質を考える 他形状も 指導対象: 小学校高学年。身近な河川環境に関心のある方々。 指導時間: 2～3時間(河川の状況等により若干異なる) 指導条件: 水生昆虫の捕獲網(原則こちらで用意するが、場合によっては相談)、白いパレット(応相談、川の条件により異なる)	塩尻市内の小学校4年生程度を対象に、身近な河川の状況を観察します。グループでの参加を希望します。
8	天文・地学	百瀬雅彦			塩尻星の会	学生時代から天体観測を続け、現在地域の方に星を見せたりしている	地域の方に星を見せられている活動20数年。塩尻星の会の活動15年	指導内容: 天体観測、天体写真の写し方 指導対象: どなたでも 指導時間: 応相談 指導条件: 謝礼; 不要、交通費; 応相談、材料費; 不要、希望地域; 応相談	

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
9	語学	池内典江				朗読、話し方講師、フリーアナウンサー、ナレーター	図書館、公民館、社協、カルチャーセンター、JA、学校クラブ	指導内容:放送アナウンス、面接、接客対応、はなしかた、プレゼン、司会、朗読、群読、音訳 指導対象:不問、全年台対象 指導時間:応相談 指導条件:各自治体講師謝礼に準ずる	塩尻市内では、短歌フォーラム、ハロウィーンの司会もしています。
14	茶道	長瀬是子		茶道表千家教授、普通免許			茶道教室指導、広陵中・塩尻中茶道指導	指導内容:茶道 指導対象:特になし 指導時間/指導条件:応相談	若い方歓迎します。
15	華道	郡上由美子		龍生派華道家元教授1級	長野県華道教育会	昭和44年より華道を続けている。	華道教室を主宰	指導内容:いけばなの指導 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	
15	華道	百瀬美保子	50歳台	池坊華道教授、准華督	塩尻華道会 池坊松本支部	40年華道を続け、宗賀小学校、塩尻西部中学校の入学式、卒業式のステージ花の担当している	宗賀小学校、塩尻西部中学校、広陵中学校での生け花指導 老人施設なごみで月2回の生け花指導	指導内容:生け花(池坊)の指導 指導対象:特になし 指導時間:応相談 指導条件:材料費:500円 謝礼/交通費:不要	道具は全てこちらで用意します。
19	童謡・唱歌	熊谷直孝	80歳台	中学校教諭免許	創作折り紙サークル主宰 兼講師	小中学校勤務、退職後音楽教室・折り紙教室	音楽教室12年(作詞作曲中心)、折り紙21年目	指導内容:小中高の音楽(歌)の指導 指導対象:小学生～高校生 指導時間:土曜日午前中 指導条件:謝礼:月3000円程度円、指導地域:吉田地区センター(それ以外の場合は応相談)	「継続こそ力なり」月2回、年間を通して行う。「石の上にも三年」
20	邦楽	林貞子	60歳台	正派邦楽会大師範		中学校で箏指導	箏は4年	指導内容:箏の指導 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	
23	木彫・彫刻	都筑宗子				県技術専門学校卒業後現在まで指導	講師歴36年	指導内容:木彫 指導対象:年齢問わず 指導時間:平日昼間 指導条件:要謝礼、交通費相談、要教材費	
24	陶芸・七宝焼	荒川喜夫	60歳台		塩尻美術会	陶芸家	塩尻志学館高校芸術科講師	指導内容:陶芸 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	陶芸の専門指導が可能です。
24	陶芸・七宝焼	篠田弘明			長野県陶芸作家協会、長野県工芸会、塩尻美術会	愛知県立瀬戸窯業高校専攻科卒 悠山窯主宰	NHKカルチャー松本教室講師 中央公民館・分館	指導内容:陶芸(初歩の形作りから窯焼きまで) 指導対象:小学生から大人までどなたでも可 指導時間:随時(指導回数は1～5回任意) 指導条件:粘土1kgに付き2000円(焼成費込)	マグカップや一輪ざし等を楽しみながら作ります。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
25	工芸	熊谷直孝	80歳台	中学校教諭免許	創作折り紙サークル主催講師	小中学校勤務、退職後音楽教室・折り紙教室	音楽教室12年(作詞作曲中心)、折り紙21年目	指導内容:折り紙の指導(初級～超上級) 指導対象:小学生～成人・老人まで 指導時間:土曜日午前中 指導条件:材料費;一人1ヶ月500円、指導地域:吉田地区センター(それ以外の場合は応相談)	「継続こそ力なり」月2回、年間を通して行う。「石の上にも三年」
28	球技	後藤泉			塩尻市体育協会バドミントン部	高校より		指導内容:バドミントン 指導対象:小学生 指導時間:土曜日PM6:30以降 指導条件:応相談	
28	球技	小松次男	60歳台	日本体育協会バレーボール指導員	塩尻市体育協会バレーボール部	日本バレーボール協会公認審判員と合わせ指導してきた	高校女子バレーの指導(12年間)をしている	指導内容:バレーボール(6人制、9人制)のバレーの指導可能) 指導時間:夜間	時間的条件が合えばできると思います
28	球技	寺澤好則	60歳台	バドミントン3級公認審判員、公認バドミントン指導員	塩尻市体育協会バドミントン部	社会人になってからバドミントンを始め、現在市体育協会バドミントン部代表。小中学生を主体に指導をしている	バドミントン30年指導	指導内容:バドミントン 指導対象:小学生～社会人までの初・中級者 指導時間:夜間 指導条件:謝礼;1回2,000円、シャトル; 主催者準備、地域;市内	
29	ニュースポーツ	大川恒子		日本スポーツ吹矢公認指導員	日本スポーツ吹矢しのめ支部		片丘体育協会スポーツ吹矢教室、片丘児童館夏期教室	指導内容:吹矢指導 指導対象:年齢問わない 指導時間/指導条件:応相談	初心者歓迎します。
29	ニュースポーツ	北澤健司			塩尻グラウンドゴルフ協会	低学年から高齢者までの指導をしてきた	長年しています	指導内容:スポーツ吹矢、グランドゴルフ 指導対象:低学年から高齢者まで 指導時間/指導条件:応相談	楽しく健康につながります
29	ニュースポーツ	近藤かよ子		日本スポーツ吹矢協会公認指導員	日本スポーツ吹矢協会東雲支部		片丘体育協会スポーツ吹矢教室、片丘児童館	指導内容:スポーツ吹矢 指導対象:小学生～大人 指導時間:夕方～夜間 謝礼:なし、交通費/希望地区;応相談	
29	ニュースポーツ	近藤君夫	60歳台	日本スポーツ吹矢協会公認指導員	日本スポーツ吹矢協会東雲支部		片丘体育協会スポーツ吹矢教室、片丘児童館	指導内容:スポーツ吹矢	
29	ニュースポーツ	酒井千登世	50歳台	体力測定判定員、障がい者スポーツ指導員	スポーツ推進委員、片丘体協			指導内容:ニュースポーツ・障がい者軽運動 指導対象:小学生～、障がい者～ 指導時間:平日夜、土・日・祝日	

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
29	ニュースポーツ	中野美也	40歳台	健康運動指導士、スポーツプログラマー、中学・高校保健体育、マタニティビクスインストラクター		県内各市町村の健康づくり事業や、社協、カルチャーセンター、企業の従業員研修、学校体育など、講師として携わる。	市ロマン大学講師、高出スポーツクラブ講師他	指導内容：ニュースポーツ 指導対象：小学生、一般成人、高齢者、妊婦 指導時間：平日昼間、土日は応相談 指導条件：応相談	
29	ニュースポーツ	本澤渡	80歳台			農水省認定(食と農)全国講師・文科省認定社会体育指導者・厚生省認定日赤救護員・県健康福祉部事業管理課認定薬草指導者・国外感染対策外来薬草鑑定士・県自然観察インストラクター・満蒙開拓語り部講師	○小学校：薬草展示講演・フロアゲートボール・ゲートボール ○中学校：薬草展示講演・薬草栽培指導・収穫指導アドバイス・満蒙開拓語り部講演 ○一般：薬草展示講演 ○県内病院外来薬草鑑定	指導内容：満蒙開拓の語り、クラブ活動での指導(ゲートボール)、薬草 指導対象/指導時間：特になし 指導条件：謝礼；時として	
29	ニュースポーツ	百瀬一三		日本スポーツウェルネス吹矢公認指導員	日本スポーツウェルネス吹矢協会東雲支部	吹き矢を始めて27年。現在4段	5年 小学生、一般教室で指導	指導内容：基本動作中心に矢の吹き方等 指導対象：小学生以上一般まで 指導時間：月2回、第2水曜日、第4水曜日、1回2時間(午後7時30分～午後9時)/場所：片丘多目的研修センター	初心者大歓迎です。多くの方に体験していただきたい。
30	武道	石野公子	70歳台	武術太極拳A級指導員(4段有段者)	(公社)日本武術太極拳連盟	県代表として全国大会へ多数出場、全国6位入賞の経歴	武術太極拳および健康体操およそ30年指導(各地区の自主グループ講師)	指導内容：太極拳(座って太極拳から入門、そして有段者上級者まで)、健康体操 指導対象：練習場に来られる方ならどなたでも可 指導時間：昼、夜、日祭日も可 指導条件：応相談	競技志向から健康維持まで、目的に沿ってカリキュラムを作成します。
30	武道	伊藤広茂		全日本剣道連盟社会体育指導員剣道(中級)、剣道錬士六段	塩尻市体育協会剣道部、塩尻剣道連盟	小学4年から剣道を始め、現在はスポーツ少年団の指導者	スポーツ少年団指導登録35年	指導内容：剣道 指導対象：小学生から一般 指導時間：夜間 指導条件：不要	
30	武道	大和正博	60歳台	剣道教士七段	長野県剣道連盟塩尻支部、塩尻剣道連盟	国民体育大会4回出場、全日本剣道選手権大会3回出場 等	元警察官、警察庁術科指導者(剣道)養成科卒業、市内剣道講習指導	指導内容：剣道 指導対象：小学生～高齢者(初心者～有段者まで) 指導時間：応相談 指導条件：特になし	指導可能日や指導時間は事前に調整をお願いします。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
30	武道	荻澤充夫	60歳台	日本体育協会公認空手道指導員、ジュニアスポーツ指導員、全日本空手道連盟公認空手道指導員・審判員 他	空寿会空手道スポーツ少年団	1972年空寿会空手道場を設立し現在に至る。	1972年～現在まで	指導内容: 武道、こども教育、スポーツ その他 指導対象/指導時間: 応相談 指導条件: 一任	
30	武道	金子佳正	60歳台	(公社)日本空手協会7段、(財)合気会4段、無外流居合道6段、全日本杖道連盟3段、英信流7段、神道夢想流杖術初目録、浅山一傳流体術免許	日本空手道協会长野県本部、長野県合気道連盟、長野県空手道連盟、全国無外流居合道連合会、英信流居合道阿字会长野県本部、全日本杖道連	空手道44年、合気道25年、居合道歴30年、杖道・杖術23年、居合道30年、体術15年	空手43年、杖道23年、杖術21年、居合道27年、体術14年	指導内容: 空手道、合気道などすべての種目で指導可 指導対象: 小学生～大人 指導時間: 水曜日 指導条件: 要謝礼	稽古時間: 月・水・木曜日の昼間空いています。
30	武道	下里朝水		(公財)合気会合気道七段位、全国指導者	(公財)合気会公認長野至水会統括代表	昭和51年合気道入門後40年間稽古、合気会本部道場15年稽古	昭和60年から小中学校・一般部指導、中学校合気道講座講師	指導内容: 合気道、初心者から有段者の、基本から剣杖まで 指導対象: 小・中・高・一般の男女(年齢不問) 指導時間: 毎週月曜日、時間: 応相談 指導条件: 指導料; 2000円/月、交通費; 1000円、指導地域: 大門広丘地域の柔道場またはマットのある施設	一年間教室可
30	武道	中島久典	50歳台	合気道七段位	塩尻市体育協会合気道部	大学より合気道を始め、卒業後合気道指導も行う	合気道指導歴32年	指導内容: 合気道 指導対象: 5歳以上	合気道は幼児から年配の方まで楽しむことができます。
30	武道	中島雅子	50歳台	合気道六段位	塩尻市体育協会合気道部	大学より合気道を始め、卒業後合気道指導も行う	合気道指導歴32年	指導内容: 合気道 指導対象: 5歳以上	合気道は幼児から年配の方まで楽しむことができます。
30	武道	中野勲		剣道錬士六段	塩尻剣道連盟	国際武道大学1期卒	塩尻市立丘中学校剣道部12年間(平成28年度まで)	指導内容: 剣道 指導対象: 小学生～一般 指導時間/指導条件: 応相談	
30	武道	古畑公幸	60歳台	(公社)日本空手協会認定指導員、審査員、審判員、無外流居合兵法道免許皆伝	(公社)日本空手協会、(公財)合気会、全国無外流居合道連合会	17歳より空手を始め、術域を広げようと合気道、居合道を学ぶ	昭和47年公和館道場開設、深志高校、信州大学空手部等を指導	指導内容: 空手道、合気道、居合道、杖道の指導 指導対象: 少年～一般まで 指導時間: 昼、夜週2回位 指導条件: 特になし	初心者から指導者まで
31	体操・ヨガ	青木芽里		ヨーガ療法士、シナプソロジーインストラクター				指導内容: ヨガ指導(生活習慣の予防&改善のためのヨガ)、シナプソロジー(脳を脳活性化するプログラム) 指導対象: 特になし(どなたでも) 指導時間/指導条件: 応相談	初心者、高齢者、低体力の方だけでなく、生活習慣の予防と改善のため、ヨガや脳トレを体験していただき、笑顔で楽しい生活を送りましょう。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
31	体操・ヨガ	石野公子	70歳台	武術太極拳A級指導員(4段有段者)	(公社)日本武術太極拳連盟	県代表として全国大会へ多数出場、全国6位入賞の経歴	武術太極拳および健康体操およそ30年指導(各地区の自主グループ講師)	指導内容:太極拳(座って太極拳から入門、そして有段者上級者まで)、健康体操 指導対象:練習場に来られる方ならどなたでも可 指導時間:昼、夜、日祭日も可 指導条件:応相談	競技志向から健康維持まで、目的に沿ってカリキュラムを作成します。
31	体操・ヨガ	上條かをる						指導内容:ダンベル健康体操、ストレッチ	
31	体操・ヨガ	塩原照子	60歳台	日本総合ヨガ協会(沖ヨガ)6段修師	日本総合ヨガ協会	20歳台後半からヨガを始め、身体の歪みを整えている。	現在、長野市の公民館、スポーツジム長野県カルチャーセンターで指導	指導内容:沖ヨガ・整体ヨガ 指導対象:5歳~80歳くらい 指導時間:月・火・土・日 午前10時~午後5時 指導条件:謝礼;応相談	運動により身体の歪み・肩凝り、腰痛を楽に。初心者でも大丈夫です。
31	体操・ヨガ	鈴木かおり	40歳台	日本ヨーガ学会准教授・微笑禅ホームヨーガ講師、Dr.katariaSchool of Laughter Yoga認定ラフターヨガリーダー		ヨーガ歴25年、各市町村の健康作り、子育て支援、社協、各サークル団体等で指導	15年 NHK文化センター松本、スポーツジムSAM、塩尻子育て支援センター、松本つどいの広場他	指導内容:笑いヨガ、アロマヨガ、ハタヨーガ、マタニティヨーガ、ベビーヨーガ、親子ヨーガ、シニアヨーガ 指導対象:男女問わず、0歳~シニアまで 指導時間:応相談 指導条件:応相談	無理のない動きと呼吸法・瞑想で右脳をリフレッシュするプログラムで、初心者・体の硬い人・運動の苦手な方でも楽しめます。
31	体操・ヨガ	田中理恵		健康運動実践指導者、体操競技公認審判、スポーツトレーナー、エアロビクスインストラクター			体操(器械体操)、高齢者体操、エアロビクス25年	指導内容:ストレッチ体操、エアロビクス、器械体操 指導対象:ベビー、園児、小中学生、成人、高齢者 指導時間/指導条件:応相談	
31	体操・ヨガ	中野美也	40歳台	健康運動指導士、スポーツプログラマー、中学・高校保健体育、マタニティビクスインストラクター		県内各市町村の健康づくり事業や、社協、カルチャーセンター、企業の従業員研修、学校体育など、講師として携わる。	市口マン大学講師、高出スポーツクラブ講師他	指導内容:ストレッチ 指導対象:小学生、一般成人、高齢者、妊婦 指導時間:平日昼間、土日は応相談 指導条件:応相談	
31	体操・ヨガ	野村由美子		ウェーブリングインストラクター		ウェーブリング2年		指導内容:ウェーブリング(健康・体力向上・維持、ストレス解消) 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	誰でもできます
31	体操・ヨガ	星野千枝子	60歳台	(公社)日本3B体操協会公認指導者	(公社)日本3B体操協会長野県支部	平成3年公認指導者取得、茅野、諏訪、下諏訪、岡谷、辰野、塩尻で活動	25年	指導内容:健康体操、介護予防運動、認知症予防の脳トレ 指導対象:未就学児~成人~高齢者、障害のある方 指導時間/指導条件:応相談	どなたでもすぐできる健康体操です。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
31	体操・ヨガ	宮下節子		日本ベビーサイン協会認定講師、ベーシックヨガ、シニア、マタニティ、ベビー、親子ヨガ指導者養成終了		松本市出身、ヨガ歴25年、産後、ヨガ指導者資格取得。ベビーサイン講師資格取得 指導歴8年者養成終了	NHKカルチャー松本、iCITY21教室「ベビーサイン講座」JH22. 10月～担当、公民館・福祉広場講座担当	指導内容：一般向けヨガ、シニアヨガ、産後ヨガ、マタニティヨガ、ベビーヨガ 指導対象：0歳～シニア層まで 指導時間：応相談 指導条件：1時間、グループ5,000円～	
31	体操・ヨガ	柳澤浩美		AFSピラティスベイスティックインストラクター、キッズコーディネーションインストラクター、AFSPラティスアドバンスインストラクター、NESTAウェイトマネジメントスペシャリスト、ACリトミックインストラクター、全米ヨガライセンス		高校生の時からインストラクターを始め、フリーランスインストラクターとして自宅訪問、公民館で活動中	指導歴4年 ・2013年～2016年 アシスタント ・2016年～ 自宅訪問、公民館	指導内容：ピラティス、ヨガ 指導対象：10代後半～70代	男女問わず10代から70代まで幅広く指導できます。
32	スポーツその他	小澤登代子	60歳台	日本武術太極拳連盟公認A級指導員、1級審判員	日本武術太極拳連盟、長野県武術太極拳連盟	37歳から太極拳をはじめ、県代表として8回全国大会に出場	保育園、小学校、公民館など	指導内容：武術太極拳 入門から競技種目まで 指導対象：6歳～70歳台くらい 指導時間/指導条件：応相談	
32	スポーツその他	小澤なつ子		日本スポーツ吹矢指導員	日本スポーツ吹矢協会		1年	指導内容：スポーツ吹矢 指導対象：子ども～高齢者 指導時間/指導条件：応相談	スポーツ吹矢を塩尻支部のメンバーと一緒に指導します。
32	スポーツその他	上浦元尉	30歳台	中・高教員免許、普通救命講習、健康運動実践指導士	リーフラススポーツ	小～高1(サッカー)高1～大4(ソフトボール)その後スポーツ指導	BANFFフットサルコーチ2年、名古屋グランパスジュニアコーチ2年、リーフラススポーツ9年	指導内容：多種目スポーツ、サッカー、バスケットボール、野球など 指導対象：幼児～小学生 指導時間/指導条件：応相談	スポーツを通して心身に成長していただけるように指導いたします。
32	スポーツその他	上條かをる						指導内容：ダンベル健康体操、ストレッチ、エアロビクス	
32	スポーツその他	田中理恵		健康運動実践指導者、体操競技公認審判、スポーツトレーナー、エアロビクスインストラクター			体操(器械体操)、高齢者体操、エアロビクス25年	指導内容：ストレッチ体操、エアロビクス、器械体操 指導対象：ベビー、園児、小中学生、成人、高齢者 指導時間/指導条件：応相談	
32	スポーツその他	中野美也	40歳台	健康運動指導士、スポーツプログラマー、中学・高校保健体育、マタニティビクスインストラクター		県内各市町村の健康づくり事業や、社協、カルチャーセンター、企業の従業員研修、学校体育など、講師として携わる。	市口マン大学講師、高出スポーツクラブ講師他	指導内容：筋トレ、ウォーキング(水中、陸上)、コーディネーショントレーニング 指導対象：小学生、一般成人、高齢者、妊婦 指導時間：平日昼間、土日は応相談 指導条件：応相談	

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
32	スポーツその他	奈良井宏美	70歳台	中学・高校保健体育1級免許、県体協2級トレーナー	元日本高校野球連盟評議員、県スポーツ医科学研究サポーター会員、日本学生野球協会評議員、現長野県高校野球連盟参与、塩尻市体育協会副会長、	高校野球31年間指導(県ヶ丘・上田・深志・美鈴ヶ丘)、長野県高野連理事長(H5~8)4年、日本高野連15年	31年間監督として甲子園を目指したが、高校時代1回を含め準優勝2回	指導内容:野球指導、講演会(高校野球、甲子園の話など) 指導対象:地域の野球団体など、野球底辺拡大のためにどなたでも 指導時間:大会、会議など無い日なら 指導条件:要交通費 / 希望地域:県内	
32	スポーツその他	野村由美子		AFAA認定エアロビクスインストラクター		エアロビクスインストラクター33年指導、ピラティス10年指導		指導内容:エアロビクス、ピラティス(健康・体力向上・維持、ストレス解消) 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	誰でもできます
32	スポーツその他	保坂忠彦						指導内容:グラウンドゴルフ、技術、ルール、全体説明	
32	スポーツその他	本澤渡	80歳台			農水省認定(食と農)全国講師・文科省認定社会体育指導者・厚労省認定日赤救護員・県健康福祉部事業管理課認定薬草指導者・国外感染対策外来薬草鑑定士・県自然観察インストラクター・満蒙開拓語り部講師	○小学校:薬草展示講演・フロアゲートボール・ゲートボール ○中学校:薬草展示講演・薬草栽培指導・収穫指導アドバイス・満蒙開拓語り部講演 ○一般:薬草展示講演 ○県内病院外来薬草鑑定	指導内容:満蒙開拓の語り、クラブ活動での指導(ゲートボール)、薬草 指導対象/指導時間:特になし	
33	民謡・舞踊	本堂あゆみ		日本舞踊 若柳流名取	若柳流若寿会	6歳より日本舞踊を習い、現在、お子さんからご高齢の方まで指導しています。		指導内容:日本舞踊 歌謡曲・童謡から古典(長唄など)まで、ご希望のものを 指導対象:幼児~大人 指導時間/指導条件:応相談	着付けができなくても大丈夫。日舞を習いながら、着物も着られるようになります。
34	ダンス	上條かをる						指導内容:エアロビクス	
34	ダンス	中村加代子			信州おどり隊	ダンス(ジャズ、Hip Hop等)25年	ダンス22年	指導内容:ジャズダンス、簡単なHip Hop、ロック、ハウスダンス 指導対象:小学生~大人まで 指導時間/指導条件:応相談	
34	ダンス	野村由美子		ズンバインストラクター		ズンバ4年		指導内容:ズンバ(健康・体力向上・維持、ストレス解消) 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	誰でもできます

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
34	ダンス	山田寛		(公社)日本フォークダンス連盟公認指導者、(財)日本体育協会認定スポーツ指導員、(一社)日本スクエアダンス協会広報委員会ホームページ委員長、(一社)日本スクエアダンス協会関東甲信越統括支部総務委員	(一社)日本スクエアダンス協会、(公社)日本フォークダンス連盟、長野県スクエアダンス連絡協議会、塩尻フールツバスケット、R&P、Brushup	スクエアダンス歴40年 現在県内各地のスクエアダンスクラブで指導している	県内各地の公民館講座講師、県内各地のスクエアダンス講習会講師、県内のスクエアダンスクラブ指導、小学校1年生から中学生までの児童・生徒指導歴:10年	指導内容:スクエアダンスの指導、カントリードダンスの指導 指導対象:小学生(低学年)から一般成人(高齢者)まで 指導時間:午前(9:00~12:00)月~金曜日 :午後(13:00~17:00)月・水・木曜日(火・金:応相談) :夜間(18:00~22:00)水曜日以外、 :土日:応相談 指導条件:謝礼:不要、交通費:応相談、教材費:不要 希望地域:長野県内	小学生から高齢者まで幅広く指導を行うことができます。 8人が一組で楽しめます。
35	レクリエーション	小澤なつ子		日本レクリエーション協会公認指導者 レクリエーションインストラクター	中信レクリエーション協会		3年	指導内容:レクリエーション、チャレンジゲーム等 指導対象:子ども~高齢者 指導時間/指導条件:応相談	中信レクリエーション協会メンバーと一緒に指導します。
35	レクリエーション	勝野佐江子		レクリエーションインストラクター、レクリエーションコーディネーター				指導内容:レクリエーション、簡単な手品、バルーンアート 指導対象:子どもから高齢者まで 指導時間:応相談	
35	レクリエーション	鈴木かおり	40歳台	日本ヨーガ学会准教授・微笑禅ホームヨーガ講師、Dr.katariaSchool of Laughter Yoga認定ラフターヨーガリーダー		ヨーガ歴25年、各市町村の健康作り、子育て支援、社協、各サークル団体等で指導	15年 NHK文化センター松本、スポーツジムSAM、塩尻子育て支援センター、松本つどいの広場他	指導内容:笑いヨガ、アロマヨガ、ハタヨーガ、マタニティヨーガ、ベビーヨーガ、親子ヨーガ、シニアヨーガ 指導対象:男女問わず、0歳~シニアまで 指導時間:応相談 指導条件:応相談	無理のない動きと呼吸法・瞑想で右脳をリフレッシュするプログラムで、初心者・体の硬い人・運動の苦手な方でも楽しめます。
35	レクリエーション	中野美也	40歳台	健康運動指導士、スポーツプログラマー、中学・高校保健体育、マタニティピクスイストラクター		県内各市町村の健康づくり事業や、社協、カルチャーセンター、企業の従業員研修、学校体育など、講師として携わる。	市口マン大学講師、高出スポーツクラブ講師他	指導内容:スポーツレクリエーション 指導対象:小学生、一般成人、高齢者、妊婦 指導時間:平日昼間、土日は応相談 指導条件:応相談	
36	マジック	勝野佐江子		レクリエーションインストラクター、レクリエーションコーディネーター				指導内容:レクリエーション、簡単な手品、バルーンアート 指導対象:子どもから高齢者まで 指導時間:応相談	

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
38	手芸・編物・織物	伊藤緑		JLL日本生涯学習協議会 ビーズアクセサリーインストラクター		学校開放事業(講座)講師、公民館事業、小学校、中学校	11年	指導内容:ビーズアクセサリーの指導 指導対象:小学生~大人(小学校低学年はできれば親子の参加がありがたい) 指導時間:応相談 指導条件:塩尻市内	初心者、お子様からご年配の方でも楽しく作れます。
39	料理	近藤かよ子						指導内容:そば打ち	
39	料理	林貞子	60歳台			公民館、小学校、図書館分館のお菓子講座で指導	菓子作り指導12年	指導内容:お菓子作り 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	
40	生活	工藤裕子		JHAS(日本ホリスティックアロマセラピー協会)アロマセラピスト ディプロマ取得	JHAS(日本ホリスティックアロマセラピー協会)		20年 JHAS認定スクールとしてアロマセラピストを養成。カルチャースクール講座講師	指導内容:アロマセラピー全般、心・身体を癒すホリスティックアロマセラピー基礎 指導対象:中学生以上 指導時間/指導条件:応相談	アロマセラピーに興味のある方でしたら、男女問わずどなたでも楽しんでいただけます。
40	生活	深澤友子		インテリアコーディネーター、2級建築士、福祉住環境コーディネーター			インテリアデザイン学を専門学校、県立高校、NHKカルチャースクール、市主催の講座等にて	指導内容:インテリアデザインの指導 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	心豊かな住まいとはを考える。
40	生活	藤澤昌子		色彩検定1級、カラーコーディネーター検定1級第2分野、マナコフラワー講師		結婚前、フラワーデザインに出会い、花を通してカラー、インテリアに出会う。フラワーアレンジメント教室、ディスプレイ、井上千保子インテリアデザインスクール松本校講師	塩尻広陵中カリヨンタイム(フラワーアレンジメント指導)、塩尻志学館高校家庭科外部講師、過去にはNHK文化センター色彩講座講師、塩尻青少年ホーム・ふれあいプラザ講師	指導内容:インテリアコーディネーター、フラワーデザイン、カラーコーディネーター、 指導対象:小学生以上(保護者付き添いの場合はそれ以下でも可) 指導時間:1時間~ 指導条件:応相談	
41	美容	海老澤豊子		調理師	アルプス女性企業家会議	美容アドバイス 現在に至る	30年	指導内容:スキンケア、メイクアップ、カラーコーディネーター 指導対象:20歳~70歳 指導時間/指導条件:応相談	20歳~70歳くらいまで幅広く指導できます。
41	美容	田中直美		JNA日本ネイリスト協会本部認定講師、各ジェルメーカー講師(Bioジェル、OPI、ジュエリージェル、フルーリア等)	JNA日本ネイリスト協会	松本市村井でネイルサロン、ネイルスクールを経営 各種検定試験管、コンテスト審査員を務めている	14年	指導内容:手足のお手入れ(ネイルケア)マニキュア、ジェルネイルの基礎~応用 指導対象:中学生~60代くらい 指導時間:応相談 指導条件:応相談、材料の貸し出しあり	デザインばかりに目がいきがち なネイルですが、爪まわりのお手入れが一番大切です。自分で塗ってもキレイな仕上がりに なるマニキュア、ジェルの方法もぜひ 知ってください。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
42	健康・医療	新倉則和	50歳台	医師、総合内科専門医、消化器病専門医			医療関係者、一般市民対象の講演会多数	指導内容:健康づくり、病気の予防、早期発見、治療について(主に膵臓などの消化器) 指導対象:指定なし 指導時間:平日は18時30分以降 土日・休日 指導条件:特になし	主に病気の予防、早期発見についてお話ししていけたらと思います。
42	健康・医療	碓井秀紀	30歳台	健康運動指導士	松本歯科大学病院事務室健康づくりセンター	行政委託による介護予防教室を4年、現在は松本歯科大学病院において健康づくりのサポートを行う	行政委託による介護予防教室	指導内容:介護予防(自宅でも行える運動指導) 指導対象:運動制限のない65歳以上の方(60代の方なら構いません。) 指導時間:応相談	
42	健康・医療	大槻美佳	30歳台	健康運動指導士、メディカルパーソナルトレーナー	松本歯科大学病院事務室健康づくりセンター	健康運動指導士として、日々「健康づくりを実践して疾病を予防する」ことに尽力している	病院やフィットネスサポートセンターでの10年間に及ぶ指導	指導内容:1人1人に合わせた運動プログラムの作成、運動指導 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	
42	健康・医療	小笠原恵美子		認定ファンドレイザー、長野県難聴児支援センター情報保障アドバイザー	認定NPO法人長野サマライズ・センター	女性の力と最新のICT(情報コミュニケーション技術)・機器を生かして2つのNPO法人を設立。発起人・事務局長として他NPO法人を支援。塩尻で唯一の認定NPO法人を取得	女性のための起業・就労支援21年、法人化支援14年、企業・学校向け難聴児/者への情報保障アドバイザー	指導内容:女性の起業・就労支援。NPO法人化支援、ファンドレイジング講習・相談、難聴児の授業における情報保障相談、「乳ガン患者になって一女性の健康と悩みを共有しよう!」 指導対象/指導時間:制限なし 指導条件:謝礼;30分1000円～、交通費;応相談、材料費;なし、希望地域;なし	講習・セミナー形式・相談対応等、制限なし
42	健康・医療	小澤なつ子		公認体力テスト判定員	塩尻市体育協会		5年	指導内容:体力テスト 指導対象:子ども～高齢者 指導時間/指導条件:応相談	スポレク、スポ少、いきいき貯筋等の体力判定
42	健康・医療	上條かをる						指導内容:介護予防指導	
42	健康・医療	工藤裕子		JHAS(日本ホリスティックアロマセラピー協会)アロマセラピスト ディプロマ取得	JHAS(日本ホリスティックアロマセラピー協会)		20年JHAS認定スクー	指導内容:アロマセラピー全般、心・身体を癒すホリスティックアロマセラピー基礎 指導対象:中学生以上 指導時間/指導条件:応相談	アロマセラピーに興味のある方でしたら、男女問わずどなたでも楽しんでいただけます。
42	健康・医療	塩原静	20歳台	健康運動指導士、BASI Mat Pilates インストラクター	松本歯科大学病院事務室健康づくりセンター	松本大学卒業後、民間企業にて運動指導を行い、現在は松本歯科大学病院において、日々健康づくりの指導を行う	行政、地域スポーツクラブ(総合型)、サークル等	指導内容:介護予防運動、ピラティス 指導対象:成人 指導時間:応相談	

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
42	健康・医療	鈴木かおり	40歳台	日本ヨーガ学会准教授・微笑禅ホームヨーガ講師、Dr.katariaSchool of Laughter Yoga認定ラフターヨガリーダー		ヨーガ歴25年、各市町村の健康作り、子育て支援、社協、各サークル団体等で指導	15年 NHK文化センター松本、スポーツジムSAM、塩尻子育て支援センター、松本つどいの広場他	指導内容:笑いヨガ、アロマヨガ、ハタヨーガ、マタニティヨーガ、ベビーヨーガ、親子ヨーガ、シニアヨーガ 指導対象:男女問わず、0歳～シニアまで 指導時間:応相談 指導条件:応相談	無理のない動きと呼吸法・瞑想で右脳をリフレッシュするプログラムで、初心者・体の硬い人・運動の苦手な方でも楽しめます。
42	健康・医療	寺田安美	60歳台	金井メソッド瞑想法インストラクター	元裕波動会	金井メソッド瞑想教室主宰	18年	指導内容:心の解放の実践 指導対象:中学生～何歳でも 指導時間:いつでも 指導条件:応相談	ストレス開放、心の安定が得られます
42	健康・医療	中野美也	40歳台	健康運動指導士、スポーツプログラマー、中学・高校保健体育、マタニティピクスインストラクター		県内各市町村の健康づくり事業や、社協、カルチャーセンター、企業の従業員研修、学校体育など、講師として携わる。	市ロマン大学講師、高出スポーツクラブ講師他	指導内容:介護予防運動 指導対象:小学生、一般成人、高齢者、妊婦 指導時間:平日昼間、土日は応相談 指導条件:応相談	
42	健康・医療	野村由美子		シナプソロジーインストラクター		シナプソロジー		指導内容:シナプソロジー(健康・体力向上・維持、ストレス解消) 指導対象/指導時間/指導条件:応相談	誰でもできます
42	健康・医療	本澤渡	80歳台			農水省認定(食と農)全国講師・文科省認定社会体育指導者・厚労省認定日赤救護員・県健康福祉部事業管理課認定薬草指導者・国外感染対策外来薬草鑑定士・県自然観察インストラクター・満蒙開拓語り部講師	○小学校:薬草展示講演・フロアゲートボール・ゲートボール ○中学校:薬草展示講演・薬草栽培指導・収穫指導アドバイス・満蒙開拓語り部講演 ○一般:薬草展示講演 ○県内病院外来薬草鑑定	指導内容:薬草展示講演 指導対象/指導時間:特になし	
42	健康・医療	柳澤浩美		AFSPiラティスベイスティックインストラクター、キッズコーディネーションインストラクター、AFSPiラティスアドバンスインストラクター、NESTAウェイトマネジメントスペシャリスト、ACリミックインストラクター、全米ヨガライセンス		高校生の時からインストラクターを始め、フリーランスインストラクターとして自宅訪問、公民館で活動中	指導歴4年 ・2013年～2016年 アシスタント ・2016年～ 自宅訪問、公民館	指導内容:ピラティス 指導対象:10代後半～70代	男女問わず10代から70代まで幅広く指導できます。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
43	福祉	池内典江				朗読、話し方講師、フリーアナウンサー、ナレーター	図書館、公民館、社協、カルチャーセンター、JA、学校クラブ	指導内容:放送アナウンス、面接、接客対応、はなしかた、プレゼン、司会、朗読、群読、音訳 指導対象:不問、全年台対象 指導時間:応相談 指導条件:各自治体講師謝礼に準ずる	塩尻市内では、短歌フォーラム、ハロウィーンの司会もしています。
43	福祉	小笠原恵美子		認定ファンドレイザー、長野県難聴児支援センター情報保障アドバイザー	認定NPO法人長野サマライズ・センター	女性の力と最新のICT(情報コミュニケーション技術)・機器を生かして2つのNPO法人を設立。発起人・事務局長として他NPO法人を支援。塩尻で唯一の認定NPO法人を取得	女性のための起業・就労支援21年、法人化支援14年、企業・学校向け難聴児/者への情報保障アドバイス	指導内容:女性の起業・就労支援。NPO法人化支援、ファンドレイジング講習・相談、難聴児の授業における情報保障相談、「乳ガン患者になって—女性の健康と悩みを共有しよう!」 指導対象/指導時間:制限なし 指導条件:謝礼;30分1000円～、交通費;応相談、材料費;なし、希望地域;なし	講習・セミナー形式・相談対応等、制限なし
44	園芸	臼井正明	70歳台	農業者認定	元農業士協会、農業経営者協会会員	元農業高校実習助手 現 専業農家 園芸・野菜苗生産	公民館園芸講座 農業委員会・農業女性会議講演など 農大・農高校生受け入れ	指導内容:家庭菜園づくり全般、農村生活あり方等～ 指導対象:年齢は一応問わない 指導時間:菜園づくりは実習が伴うので野外もある。講義は夜 指導条件:その時々計画によって、実演は実費を伴う)	
45	フラワーアレンジメント	藤澤昌子		マナコフラワー講師、色彩検定1級、カラーコーディネーター検定1級第2分野商品色彩、カラーコーディネーター検定3級認定講師、		結婚前、フラワーデザインに出会い、花を通してカラー、インテリアに出会う。フラワーアレンジメント教室、ディスプレイ、井上千保子インテリアデザインスクール松本校講師	塩尻広陵中カリヨンタイム(フラワーアレンジメント指導)、塩尻志学館高校家庭科外部講師、過去にはNHK文化センター色彩講座講師、塩尻青少年ホーム・ふれあいブラザ講師	指導内容:インテリアコーディネート、フラワーデザイン、カラーコーディネート、 指導対象:小学生以上(保護者付き添いの場合はそれ以下でも可) 指導時間:1時間～ 指導条件:応相談	
46	パソコン	小笠原恵美子		認定ファンドレイザー、長野県難聴児支援センター情報保障アドバイザー	認定NPO法人長野サマライズ・センター	女性の力と最新のICT(情報コミュニケーション技術)・機器を生かして2つのNPO法人を設立。発起人・事務局長として他NPO法人を支援。塩尻で唯一の認定NPO法人を取得	女性のための起業・就労支援21年、法人化支援14年、企業・学校向け難聴児/者への情報保障アドバイス	指導内容:女性の起業・就労支援。NPO法人化支援、ファンドレイジング講習・相談、難聴児の授業における情報保障相談、「乳ガン患者になって—女性の健康と悩みを共有しよう!」 指導対象/指導時間:制限なし 指導条件:謝礼;30分1000円～、交通費;応相談、材料費;なし、希望地域;なし	講習・セミナー形式・相談対応等、制限なし
47	趣味その他	池内典江				朗読、話し方講師、フリーアナウンサー、ナレーター	図書館、公民館、社協、カルチャーセンター、JA、学校クラブ	指導内容:放送アナウンス、面接、接客対応、はなしかた、プレゼン、司会、朗読、群読、音訳 指導対象:不問、全年台対象 指導時間:応相談 指導条件:各自治体講師謝礼に準ずる	塩尻市内では、短歌フォーラム、ハロウィーンの司会もしています。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
47	趣味その他	臼井正明	70歳台	農業者認定	元農業士協会、農業経営者協会会員	元農業高校実習助手 現 専業農家 園芸・野菜苗生産	公民館園芸講座 農業委員会・農業女性会議講演など 農大・農高校生受け入れ	指導内容:家庭菜園づくり全般、農村生活あり方等～ 指導対象:年齢は一応問わない 指導時間:菜園づくりは実習が伴うので野外もある。講義は夜 指導条件:その時々計画によって、実演は実費を伴う)	
47	趣味その他	小澤ゆきこ		スクラップブッキング協会認定講師		専門課程で学んだデザイン技術を基に、現在未就園児からご年配の方まで幅広く指導している。	公民館講座講師、小学校クラブ講師、信州諏訪温泉博覧会ズーフ講師等	指導内容:スクラップブッキングの作成指導。手づくり絵本の製本指導 指導対象:未就園児～ご年配の方まで 指導時間/指導条件:応相談	未就園児の小さなお子様からご年配の方まで、どなたでも楽しめます。簡単なカード作成からミニブック(デザイン性の高い製本)まで、様々な作品のご要望にお応えできます。
47	趣味その他	小野寺智子		(財)日本手芸普及協会 トールペイント認定講師	日本ヴォーグ社	91年からトールを習い始め、東京・名古屋・セミナー通い、今は自宅・公民館で指導している	トールペイント歴25年(保育園、幼稚園、デイサービス、小学校、中学校、高校、公民館婦人部で、指導してきた。)	指導内容:トールペイント・ステンシル 指導対象:小学生～70歳代・80歳代 相談 指導時間/指導条件:応相談	小学生～幅広く指導できます。(デイサービスでも)
47	趣味その他	勝野佐江子		レクリエーションインストラクター、レクリエーションコーディネーター				指導内容:レクリエーション、簡単な手品、バルーンアート 指導対象:子どもから高齢者まで 指導時間:応相談	
47	趣味その他	北澤健司			塩尻グラウンドゴルフ協会	低学年から高齢者までの指導をしてきた	長年しています	指導内容:スポーツ吹き矢、グランドゴルフ 指導対象:低学年から高齢者まで 指導時間/指導条件:応相談	楽しく健康につながります
47	趣味その他	熊谷直孝	80歳台	中学校教諭免許	創作折り紙サークル主宰 兼講師	小中学校勤務、退職後音楽教室・折り紙教室	音楽教室12年(作詞作曲中心)、折り紙21年目	指導内容:小中高の数学、折り紙の指導(初級～超上級) 指導対象:小学生～成人・老人まで 指導時間:土曜日午前中 指導条件:材料費:一人1ヶ月500円、指導地域:吉田地区センター(それ以外の場合は応相談)	「継続こそ力なり」月2回、年間を通して行う。「石の上にも三年」
47	趣味その他	鈴木かおり	40歳台	日本伝統文化普及協会認定・きもの講師		スタジオ・ベルウッド主宰(着つけ教室他)、スタジオや公民館、自宅出張等着付け、和装教室	20年	指導内容:ゆかた・小紋・礼装等、着物の着つけ、着付け方指導 指導対象:小学生以上 指導時間:応相談 指導条件:応相談	ゆかたから普段着を楽しみ、礼装まで、着る、着つける事ができるよう指導します。

分類番号	分類	氏名	年台	所持免許・資格等	所属団体	プロフィール	指導歴	指導内容・指導条件等	その他
47	趣味その他	藤澤昌子		マナコフラワー講師、色彩検定1級、カラーコーディネーター検定1級第2分野商品色彩、カラーコーディネーター検定3級認定講師、		結婚前、フラワーデザインに出会い、花を通してカラー、インテリアに出会う。フラワーアレンジメント教室、ディスプレイ、井上千保子インテリアデザインスクール松本校講師	塩尻広陵中カリヨンタイム(フラワーアレンジメント指導)、塩尻志学館高校家庭科外部講師、過去にはNHK文化センター色彩講座講師、塩尻青少年ホーム・ふれあいプラザ講師	指導内容: インテリアコーディネーター、フラワーデザイン、カラーコーディネーター、 指導対象: 小学生以上(保護者付き添いの場合はそれ以下でも可) 指導時間: 1時間～ 指導条件: 応相談	
47	趣味その他	松尾裕美子		日本伝統技術インストラクター協会講師	JTTI(日本伝統技術インストラクター協会)		まつお店内着付教室講師、小町きもの学院講師	指導内容: 着物の着付 指導対象: 高校生以上 指導時間: 応相談 指導条件: 謝礼/交通費/材料費; 不要、希望地域; 応相談	着物を自分で着られるようになると楽しいです。