

中分類	家庭生活
小分類	着付
ふりがな	おばた はつはる
氏 名	小幡 初春
雅号	賀春
指導内容	着物の知識と着付指導
費用	有償 一人 500 円/2 時間
指導可能地域・可能日時	三条市内 月 午前 火・土日 終日 木 午後 金 午前
自己 PR	日本の伝統、着物を継承していく。
資格など	明星学院着物着付教授 日本きもの教育協会認定 きもの教授、きもの文化検定 3 級
実績 (講演・講座タイトルなど)	【内容】きもの着付実技指導、きもの文化講義 【開催日】5～9 月（全 12 回） 【会場】三条市嵐南公民館 【行事・講座名】着付教室 【主催者】三条市嵐南公民館 【対象者】三条市民（成人女性） 【謝礼金】4,000 円（1 か月）

【内容】ゆかた着付講習会

【開催日】7月

【会場】三条東公民館

【教室・講座名】ゆかた教室

【主催者】三条東公民館

【対象者】三条市民

【謝礼金】一人 500 円

【内容】三条祭り着付指導

【開催日】5月

【行事・講座名】三条祭り大名行列

【主催者】三条市若衆会

【対象者】祭り参加者

【謝礼金】無料（ボランティア）

おいらん道中着付

中分類	家庭生活
小分類	着付
ふりがな	すずき みちこ
氏 名	鈴木 道子
雅号	
指導内容	着物着付け きものリメイク、つまみ細工、ワンピース、ワイドパンツなど 着なくなった着物を自分の手でよみがえらせて、生活に華を添えましょう。
費用	有償・規定に準ずる
指導可能地域・可能日時	三条市内、燕、見附、加茂、田上 土日 終日
自己 PR	分かり易くをモットーに講座を進めています。楽しく、質問しやすいように心掛けています。また会いたくなる講師を目指しています。
資格など	美容師免許 京都きものコンサルタント協会一級きもの講師 京都きものコンサルタント協会きもの助教授 ハクビ舞初級
実績 (講演・講座タイトルなど)	着付講座（H19 年度 井栗公民館主催） 着付け（H13.1～井栗公民館旭分館） 【内容】ボランティア 浴衣の着付け 【開催日】年 1～2 回 【会場】三条市立旭小学校 【謝礼金】なし

【内容】古布あそび（使えなくなった和服を、つまみ細工やポーチなどの実用的な小物にリメイク）

【開催日】平成 25 年 5 月～平成 26 年 12 月（月 1 回）

【会場】三条市三条東公民館

【行事・講座名】古布あそび

【主催者】三条市三条東公民館

【対象者】市民

【謝礼金】7,000

【内容】キモノリメイク（キモノをポーチやチュニックなど自分の手で使えるものにリメイク）

【開催日】平成 25 年、26 年

【会場】三条市環境啓発施設「かんきょう庵」

【行事・講座名】キモノリメイク

【主催者】かんきょう庵

【対象者】市民

【謝礼金】5,000 円

きものリメイクつまみ細工、直線裁ち、縫い着物ワンピース、
簡単楽々お太鼓講座、浴衣着付け講座

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	きむ どんひ
氏 名	金 東熙
雅号	
指導内容	韓国料理
費用	有償
指導可能地域・可能日時	
自己 PR	
資格など	
実績 (講演・講座タイトルなど)	【内容】韓国料理【開催日】H24年5月、6月、7月予定 【会場】三条市大崎公民館 【行事・講座名】家庭でできる韓国料理 【主催者】大崎公民館 【対象者】大崎地区・三条市内住民 【謝礼金】未定

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	こじま ふみこ
氏 名	小島 富美子
雅号	
指導内容	食文化論
費用	有償
指導可能地域・可能日時	
自己 PR	
資格など	ふうどスペシャリスト
実績 (講演・講座タイトルなど)	

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	さいとう ゆたか
氏 名	齋藤 豊
雅号	
指導内容	江戸打ち(流)そば打ちを指導します。二八そばを基本的に打ちます。その他、十割そばは、上達してから。
費用	謝礼金、材料費はご相談ください。
指導可能地域・可能日時	三条市内、市外もどこでも OK
自己 PR	親切、丁寧に指導します。明るく楽しく礼儀正しく美しく！
資格など	新潟県知事認定なりわいの匠 一般社団法人 全麺協会員二段
実績 (講演・講座タイトルなど)	

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	さかもと まさとし
氏 名	坂本 雅敏
雅号	
指導内容	食養生(食べ物で体質に合った体づくりをする。ボケ防止の食事など)
費用	実費
指導可能地域・可能日時	
自己 PR	
資格など	薬剤師、学校薬剤師、特許管理士、新潟県薬事衛生指導員
実績 (講演・講座タイトルなど)	自分を守る食事と体をほぐすホッピング(体操) (H19.11.28 特別養護老人ホーム松風園主催・会場) 家族が健康に生きるための、母親向けの栄養管理指導 (H19.11.28 日向ぼっこ主催) 食生活によるボケ防止と季節にあった健康法 (H22.7.14 新潟市主催) 【内容】 1. くすりの飲み方、2. 食べ合わせのひみつ(薬味について)、3. 病気の四つの大切な意味

【開催日】平成 26 年 4 月 25 日

【会場】新潟市巻公民館

【行事・講座名】巻婦人会 総会

【主催者】巻町婦人会

【対象者】婦人部の方

【謝礼金】なし（お菓子をいただきました）

【内容】1. 自分に合ったサプリメントのみつけ方、2. くすりの飲み合わせ・正しい使い方、3. 生活の中で利用されている薬草・漢方

【開催日】平成 26 年 7 月 24 日

【会場】新潟市寺尾中央公園自治会館

【行事・講座名】遊園東睦会 健康講座

【主催者】老人クラブ 遊園東睦会

【対象者】老人クラブの方

【謝礼金】なし（お酒をいただきました）

【内容】1. くすりの飲み合わせと正しい使い方、2. 健康寿命をのばす食事、3. 生活の中で利用されている薬草・漢方

【開催日】平成 26 年 8 月 19 日

【会場】新潟市西蒲区学校町 西川荘

【行事・講座名】西川荘サロン 健康教室

【主催者】西川荘サロン

【対象者】高齢者

【謝礼金】なし（お菓子をいただきました）

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	ささき ゆみこ
氏 名	佐々木 祐洋子
雅号	ティ・アモ
指導内容	お料理、菓子、ポーセラーツ
費用	有償 ポーセラーツ指導は材料費が別途かかります。
指導可能地域・可能日時	三条市内・加茂・新潟・長岡 特になし
自己 PR	楽しく作ることの楽しさを体験していただきたいと思っています。
資格など	全国料理学校協会助教員資格 ポーセラーツインストラクター
実績 (講演・講座タイトルなど)	クリスマス料理(H19.下田公民館) クリスマスケーキ(H19.長岡勤労青少年ホームセンター) 夏のケーキ(H19.大島公民館) 夏バテ防止メニュー(男性対象) 【内容】お菓子、夏菓子 【開催日】平成 26 年 7 月 13 日 【会場】上町コミュニティセンター 【行事・講座名】ティ・アモ 【主催者】佐々木祐洋子 【対象者】成人女性

【謝礼金】材料費 1 人 2,000 円

【内容】ポーセラーツ

【開催日】平成 26 年 8 月 9 日

【会場】横越コミュニティセンター

【主催者】佐々木祐洋子

【対象者】女性

【謝礼金】材料費+指導料 1,500 円

【内容】菓子

【開催日】平成 26 年 9 月 7 日

【会場】上町コミュニティセンター

【行事・講座名】ティ・アモ

【主催者】佐々木祐洋子

【対象者】女性

【謝礼金】材料費 2,000 円

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	さらしな かずこ
氏 名	更科 和子
雅号	
指導内容	料理指導（懐石、日本料理、お菓子、家庭料理）、食育講話
費用	有償
指導可能地域・可能日時	
自己 PR	
資格など	栄養士、県職業訓練指導員（調理）、食育インストラクター、全国料理学校協会師範
実績 (講演・講座タイトルなど)	H17. 12.4 白根学習館「子どもと一緒に成長する講座」、主催：白根教育委員会、対象：白根地区住民 H17. 11.27 白根ラズベックホール「しろね女ぐみの祭り」、主催：新潟市教育委員会、対象：ニュー白根女性の会、謝礼 3 万円 H17. 8.9 柏崎市立荒浜小学校「食育と家庭料理」、主催：荒浜小学校、対象：PTA 及び職員、謝礼 3 万円 H17. 7.8 加茂新田保育園「乳幼児の食事」、主催：加茂新田保育園、対象：保護者、謝礼 2 万 5 千円

中分類	家庭生活
小分類	料理・栄養
ふりがな	むらい やすひと
氏 名	村井 康人
雅号	
指導内容	保健衛生分野…食育、健康管理 教育分野…生涯学習、乳幼児・青少年・家庭教育など
費用	有償 15000 円＋交通費 5000 円
指導可能地域・可能日時	三条市内、市外 特になし
自己 PR	健康な食事は健康な作物から、健康な作物は健康な土から」をポリシーに子どもたちや保護者の方々に講演しています。栄養学やダイエットに関する本などを企画・編集もしています。
資格など	REBIRTH 食育研究所所長 食生活ジャーナリストの会会員 スローライフ学会会員 新潟市食育マスター 新潟市食育推進会議委員 新潟市清掃審議会委員 フードバンクにいがた評議員 サプリメントアドバイザー 高等学校教諭一種免許状
実績 (講演・講座タイトルなど)	思春期の心と体～思春期に必要な栄養と食事～ (H19.12 三条市立下田中学校、下田公民館主催) 生活講座～食と健康について～

(H19.7 下田公民館主催 18,000 円)

シニア教室内健康セミナー (H22.10.15 加茂市公民館主催)

【内容】栄養学の基本を分かりやすく話し、なぜちゃんと食べなければいけないのかを理解し、未来の自分のために、食べることに関心を持ってもらうための講演

【開催日】平成 26 年 11 月 12 日

【会場】新潟市立高志中等教育学校

【行事・講座名】食育ミニフォーラム講演

【主催者】新潟市立高志中等教育学校

【対象者】1～3 学年教職員、保護者、学校 3 師、スクールランチ配給業者、産業医など約 420 人

【謝礼金】あり

【内容】ムリのない食生活の改善をするために、知っておいてほしい大切なことを分かりやすく講演

【開催日】平成 26 年 10 月 2 日

【会場】国土交通省北陸地方整備局信濃川下流河川事務所

【行事・講座名】健康づくり講演会

【主催者】国土交通省北陸地方整備局信濃川下流河川事務所

【対象者】職員 20 人

【謝礼】あり

【内容】子どもたちの未来のために、知っておいてほしい親と子の食育について、栄養士さんへの専門的な最新のトピックを交えて講演

【開催日】平成 26 年 9 月 27 日

【会場】長岡市立劇場 大会議室

【行事・講座名】長岡市私立保育園協会勉強会

【主催者】長岡市私立保育園協会

【対象者】給食部会、保育園栄養士、調理師

【謝礼金】あり

【内容】知っておいてほしい食と健康の関係を生徒を指導する
上での食育という観点から講演

【開催日】平成 26 年 8 月 25 日

【会場】新潟市立早通中学校

【行事・講座名】公立学校共済組合「職場の健康づくり支援事
業」

【主催者】新潟市立早通中学校

【対象者】教職員

【謝礼金】あり