

令和7年度

# 生涯学習支援ボランティアまなびい先生



## まなびい先生を活用しませんか

まなびい先生  
No.193  
(民謡三味線)



まなびい先生  
No.197  
(らくらく健康教室)



まなびい先生No.107  
(木目込み人形)



まなびい先生 No.162  
(おいしいコーヒー  
の淹れ方教室)



まなびい先生 No.134  
(伊勢崎マジシャンクラ  
ブによるマジック)



### 活用方法(登録メニューは別表のとおり)

- ◇ 申込者 市内に在住、在勤、在学している5人以上のグループ
- ◇ 経費 講師料は無料。ただし、材料費や講師の交通費がかかる場合は申込者の負担となります。
- ◇ 申込方法 希望する実施日の1箇月前までに、生涯学習支援ボランティアまなびい先生活用申請書を提出
- ◇ 受付場所 教育委員会生涯学習課及び市内15地区公民館
- ◇ 受付時間 月曜日から金曜日(祝日・年末年始を除く)の  
午前8時30分から午後5時15分まで
- ◇ 問合せ 伊勢崎市教育委員会生涯学習課

〒372-8501 伊勢崎市今泉町二丁目410番地  
TEL 0270-27-2794 FAX 0270-24-9668  
E-MAIL manabi@city.isesaki.lg.jp  
ホームページ <http://www.city.isesaki.lg.jp>

※上記ホームページ内の検索バーで「まなびい先生」と検索



マナビ



分野	指導内容	対象年齢	費用(要確認)	まなびい先生登録No.
1 美 術 ・ 工 芸	一般書道 漢字・行書・草書・臨書・細字等の指導 実務書道 宛名書きから表彰状書き等の指導 【土曜指定】	小学生以上		51 遠藤 恒夫 宮郷地区
	フラワーアレンジメント 生花・アートフラワー・プリザーブドフラワーなどでアレンジします。壁飾り・生け込み・その他など、季節を捉え、年齢に応じて企画します。【時間・曜日・地域応相談】	小学生以上	材料費 応相談	63 斎藤
	色違いのテクニック ファッショ・着物・食卓などのカラーコーディネート	10代以上	材料費 応相談	63 斎藤
	押し花を、しおり、コースター等にデザインしラミネーターで仕上げます。(1回2時間) 【時間指定・平日指定】	小学生以上	材料費	64 須永 芙美
	押し花 押し花を使い小物や色々の物を作成 【日中指定】	小学生以上	材料費	65 松本美知子 豊受地区
	押し花を使いしおり、コースターにデザインします。	小学生以上	材料費	73 名和地区
	押し花を使いラミネーターでしおり、コースターにデザインする。 【10時～15時指定】 【水曜日指定】	小学生以上	材料費	78
	水墨画 墨と水で絵を描いてみる	小学生以上	教材費	98
	フラワーアレンジメント指導	小学生以上	材料費	109 新井マリ子
	ポーセラーツ シール感覚で貼ることができる「転写紙」を使い白磁に絵付けをし、電気炉で焼成します。実用的な食器やアクセサリーなどを作ります。	小学生以上	材料費 応相談	138 歌代 順子 玉村町
2 音 楽	バルーンアート 細長いふうせんで花や動物を作ります。【土日祝指定・平日午前指定】	乳幼児以上	材料費	157 飯塚 千砂
	「フラワーアレンジ」ヨーロピアン、アメリカン、オリエンタルスタイルなど。プリザーブドフラワー、造花、いけ花などの基本的ないけ方を学びます。他にクリスマスリース、こけ玉の作り方も学べます。	小学生以上	材料費	162 渡邊 由美子
	似顔絵制作 似顔絵を見た時は誰もがニッコリ、その場がとても明るくなります。老人会・ミニティ・各種イベント会場で描いてお渡ししています。	乳幼児以上		170 米山 成一 采女地区
	アクセサリーハンドメイド パワーストーンでフレセット・サンキャッチャー・ストラップ・チャームなどのアクセサリーの作り方を指導いたします。 【1回1時間～1時間半程度/年齢に応じて対応】 【13時～17時指定】 【参加者30人以上の場合は要相談】	小学生～60代	材料費 交通費	187 竹渕 くみこ 宮郷地区
	造花（アーティシャルフラワー）で、様々なデザイン（オリジナル）を作ります。初心者でも作れる作品を丁寧に分かりやすく指導いたします。季節のフラワーリース、しめ縄作り、コサージュ、マグネットフラワー、フラワー・チャーム、カーテン止め、フラダンスフラワーなど。年齢に応じてデザインを考えます。【13時～17時指定】 【参加者30人以上の場合は要相談】	小学生～60代	材料費 交通費	187 竹渕 くみこ 宮郷地区
	押し花 押し花のペンダント、カード、ボールペンなどの制作	小学生以上	材料費	196
	福祉施設等訪問グループ「虹の会」として、チンドン、コラス、新舞踊、民謡おどり、歌謡寸劇、フラダンス、腹話術、フォルクローレ等の実演、指導、DVDも製作貸出もあります。	30代以上		52
3 音 楽	①一緒に歌って「もっと元気に」「もっと豊かに」なりますように、うれしい歌の集いを企画、演奏します。②対象となる方の年齢や目的に沿ったプログラムを企画して演奏し、会場の皆さんと楽しく歌います。③歌集、音響機材一式用意できます。④フォークソング、唱歌、童謡、歌謡曲等【原則土・日・祝日指定】	小学生以上		56 佐藤 刚史 豊受地区
	想い出の童謡・唱歌、昭和歌謡の名曲などを生伴奏で一緒に歌います。 ハーシーチケット：『♪うたごえサロン』 【日時・内容、相談に応じます。】	60代以上		118 豊受地区
	ポップ尺八 童謡、叙事歌、懐メロ、歌謡曲などをカラオケにのせて尺八で演奏します。介護施設やふれあいサロン等でも演奏します。初心者指導も致します。(1回60分程度)	10代以上		139
	楽器演奏 サックス・フルート・ピアノ等で童謡、唱歌、歌謡曲、クラシック、ジャズなどご希望の曲を演奏します。リクエストにもお応えします。	小学生以上	交通費	146 森村恭一郎 宮郷地区
4 音 楽	ウクレレ演奏 美しいウクレレの音色に合わせてトークを交えながら懐メロを中心に楽しく歌います。 (1回30～90分程度) 【応要望】	30代以上		147 中山 実

分野	指導内容	対象年齢	費用(要確認)	まなびい先生登録No.
1 音楽	軽音楽サロンの集い アコースティックな時間を同窓会気分で一緒に歌いませんか。（ギター・ピアノ等伴奏） Jポップス、フォークソング、歌謡曲他	50代以上		182
	鍵盤ハーモニカ（ピアニカ）笛（リコーダー）の指導 小学校で習ったものを復習します。 【時間・曜日・地域応相談】	小学生	交通費 資料代	190
	歌ごえセラピー 皆さんでピアノの生演奏で懐メロを歌います。良く声が出るように体操でリラックスしたり、発声をします。 【時間・曜日・地域応相談】	30代以上	交通費 資料代	190
	オカリナを使った演奏・講習 (演奏)ミニティサービス、介護施設、保育園、幼稚園等へ訪問しオカリナ演奏を行います。 (講習)座学と実技指導を行います。	乳幼児以上	演奏：無料 講習：実費	175
3 芸能	フラダンス 物語（雨や風、愛、悲しみ、喜び等）を身体で表現します。中腰で踊る為、足腰がきたえられます。【時間・曜日は要相談】	小学生以上		20 細野 京子 あすま地区
	日本舞踊（花柳流）古典を中心とした日本舞踊を楽しく学びながら着物を着ての美しい立居振る舞い、礼儀など自然に身につきます。初心者からプロを目指す方まで丁寧に指導いたします。（ご希望により日本舞踊子ども教室、親子鑑賞会、創作舞台の振付、歌舞伎・時代劇の所作指導も相談に応じます）	乳幼児以上	資料代	41
	筝曲（筝・三絃・十七絃） 基礎練習・色々な楽曲の練習・発表 【時間・曜日・地域応相談】	小学生以上		77 尾内能利江 宮郷地区
	琴 どなたでも参加できます。お琴の美しい音色を学んでみませんか。	小学生以上		87 高平 康子
	レクリエーションダンス（レクダンス）、民謡 年齢・性別を問わず、対象者にあわせた指導を行います。初心者でもすぐに楽しく踊ることができます。ジャンルは問わずどんな曲でも振り付けをして踊ります。 【時間・曜日応相談】	小学生以上		130 永島トシ江 三郷地区
	リトミック 音楽に合わせてリズムをステップしたり体を動かします。 【時間・曜日・地域応相談】	乳幼児	交通費	190
	親子リトミック 親子で音楽に合わせてステップしたり体を動かします。 【時間・曜日・地域応相談】	乳幼児	交通費	190
	民謡三味線 三味線の演奏を聴いて、一緒に唄って民謡の世界を楽しみましょう。（1回60分目安） 【時間・曜日・内容応相談】	小学生以上		193
4 言文語学	高齢者向け紙芝居・自作自演及びハーモニカ演奏 【午前指定】	70代以上	交通費	46 北川 鎮 島村地区
	韓国語・韓国の文化（料理、音楽など） 初心者でも気軽に学びながら交流してみませんか。【月曜日～土曜日指定】	小学生以上	資料代	198
5 演劇	演劇・ミュージカル 初心者には演じることの楽しさを知ることから始めます。心を開き、大きな声を出し、思い切り体を動かします。プロを目指す人には、本格的な発声法、身体表現、作品理解、感情の細かな表現、演出、舞台美術、照明、音響など、劇場から上演まで実践学習します。	小学生以上	資料代	41
7 茶・華道	茶道（江戸千家） お茶・お菓子のいただき方とお茶の点て方等、簡単な作法を身に付けます。 【時間・曜日は要相談】	小学生以上	材料費	20 細野 京子 あすま地区
	茶道（表千家）：抹茶の飲み方、点て方、作法全般、茶席での会話、振るまいのあり方、茶に関わる歴史等【日中指定】【曜日要相談】【市内指定】	小学生以上	茶 実費	23 細谷 洋子 南地区
	華道（池坊）：植物の見方や扱い。基本の生け方より自由に生けられるまで生け花の理論や歴史なども学びます。【日中指定】【曜日要相談】【市内指定】	小学生以上	材料費	23 細谷 洋子 南地区
	茶道表千家流 初めての方でも楽しく抹茶を点てたり飲んだりできます。時々に応じた歴史なども学びます。【時間・曜日・地域は応相談】	小学生以上	材料費	101 橋田 ちか子
	「未生流」いけ花指導	小学生以上	材料費	109 新井マリ子
	茶道（表千家） 茶道の基本となる所作・言葉使いを学びながら、仲間への気配りの気持ちを育みます。 【平日指定・土日希望の場合は要相談】	小・中学生	茶葉子・ 抹茶代	200 横堀 宏美 宮郷地区

分野	指導内容	対象年齢	費用(要確認)	まなびい先生登録No.
8 諸芸	主に、小物など使うテーブルマジックです。 【午後指定】	小学生～60代	交通費 教材費	132 櫻井 博司
	伊勢崎マジシャンクラブによるマジック 生涯学習活動として、健康で元気にマジックを通して皆さんと一緒に楽しみたいと思いま す。	乳幼児 以上	交通費	134 菊地 正之 赤堀地区
10 手芸	木目込人形 木目込みの技法を学び人形を製作します。	小学生 以上	材料費	107
11 家庭 生活	料理、ケーキ、パン ①手軽にできる家庭料理（和・洋・中）から菓膳料理まで ②楽しいケーキとパン作り ③季節の手作り食品（漬物、ジャム、ジュース、みそ作りなど）	乳幼児 以上	材料費	41
	ハーブ＆アロマ 生活の中にハーブ、アロマを取り入れる ①ハーブティーから菓膳まで ②バスソルト、ハーブ石鹼、ルームフレグランスなどを作 る ③アロママッサージオイルで美と健康を	小学生 以上	材料費	41
	T、P、O、いつ・どこで・何を着るか・どんな色が似合うか?大人のお楽しみ講座で す。 着物の色と格のそろえ方など。	30代以上	資料代	63 斎藤
	着物の着付けと和文化の楽しみ 年代に合わせた着物の着方や和文化を楽しめます。	10代以上	資料代	63 斎藤
	巻き寿司の基本を学びます。細巻き、太巻き、裏巻き、ロール寿司、飾り巻き寿司の作り 方を学びます。	小学生 以上	材料費	162 渡邊 由美子
	フルーツの飾り切り（フルーツカッティング） フルーツの飾り切り、フルーツの甘味などを等分に切り分け、食べやすく、美しくそして 香りも楽しめるような切り方の技術を学びます。	中学生 以上	材料費	162 渡邊 由美子
	「スパイス＆ハーブ料理」 スパイスを使用して作る料理の代表、インド料理、スリランカ料理のスパイスカレーや、 ハーブを使った欧風料理を作ります。スパイスの効能を学び、生活習慣病予防、食育面の 活用法などを学びます。	小学生 以上	材料費	162 渡邊 由美子
	コーヒー、紅茶、日本茶、中国茶、ハーブティ、抹茶のおいしいいれ方、効能、ブレンド の仕方、それぞれに合うお菓子の選び方を実習を中心に学びます。	小学生 以上	材料費	162 渡邊 由美子
	「デコ和菓子・デコもち」 日本の伝統的な和菓子作り。電子レンジを使って簡単にあんこが作れるので、おうちでも 作れるようになります。季節のお花や行事にちなんだものを手作りします。	小学生 以上	材料費	162 渡邊 由美子
	日本料理の代表格、海外でも人気のある寿司をさらに身近なものにします。江戸前握り寿 司、巻き寿司、手巻き寿司、押し寿司、手まり寿司をはじめ、ロール寿司、飾り巻き寿司の 基本的な握り方、巻き方、作り方を学びます。（1回120～180分）	小学生 以上	材料費	163 小沢 政行 采女地区
12 健 康	スピード、簡単、ヘルシークッキング 短時間で簡単、体に良い料理を作ります。 【時間・曜日・地域応相談】	10代～ 20代	交通費 材料費	190
	親子クッキング 親子で楽しくお料理を作ります。 【時間・曜日・地域応相談】	乳幼児	交通費 材料費	190
	衣食を中心身近な課題を実習・実験を通して課題解決しよう。 1回30～40分目安 〈例〉市販清涼飲料水に含まれる砂糖の量を知ろう 〈例〉衣服の繊維を燃焼させ災害時に注意することを知ろう 【午前中指定】 【月曜日～木曜日指定】	小学生 (中～高学 年)	交通費 資料代 材料費	199
	健康 講演 ①子供の食育 ②元気で長生きの秘訣 ③認知症とその予防 ④ミニティ他 健康についての講演を行います。プロジェクターを使用し分かりやすく楽しく行います。 1回45分～90分が目安ですが要望に応じます。ミニティは90分推奨	小学生 50代以上		15 松原 正廣 殖蓮地区
	3B体操 運動が苦手な方でも大丈夫！誰でもできる楽しい体操です。「みんなで楽しく健康づくり」に体験してみませんか。	50代以上	交通費 用具代	144 木暮きみ子
	健康けん玉 健康を目的としたけん玉あそび（貸し出し用けん玉有り/50本まで） 【平日午前指定】	50代以上		157 飯塚 千砂
	3B体操 年齢、体力、対象者に合わせて行います。音楽に合わせて誰でも気軽に見える健康体操で す。椅子、車椅子に座ったままでも行えます。 【午前指定・水曜日以外】【旧伊勢崎地区指定】	50代以上		158

分野	指導内容	対象年齢	費用 (要確認)	まなびい先生 登録No.
12 健 康	初心の方でも楽しく、その方々に合った運動をお伝えできたらと思います。	10代以上		184 島田 のり子
	高齢者を対象として、看護師の知識と身体調和支援を取り入れた、家庭でも楽しくできる体操と、お互い参加者同士でコミュニケーションどのように取るか(傾聴)を体操+傾聴を取り入れ、心と身体を整えていく内容です。 【午前指定】【月曜日・金曜日指定】	50代以上		195 大屋 みどり
	らくらく健康教室 「健康」に関しての様々なテーマに対する講義を行います。日によっては実際に簡単な体操レベルの運動を併用して行う予定です(テーマ内容は要望に応じます)。 【時間・曜日・内容応相談】	70代以上		197
	国家資格である「鍼灸師」の知識と技術を生かして、「自分でできるお灸指導」の教室を開催し、腰や肩、腕などの痛み緩和等の指導を行う。会場の都合で火気使用不可の場合、座学のみとなることがあります。	小学生 以上	お灸代 資料代	202 佐藤 光将
13 家 教 庭 育	全員で身体調和の体操マッサージを実施し、乳児の発達等の大切さを保護者と共に唄に合わせ発達を促していきます。(10組程度) 【午前指定】【月曜日・金曜日指定】	乳幼児		195 大屋 みどり
14 成 人 ・ 高 齢 者 教 育	誰でも書ける楽しい写経(筆記用具持参) 【2時間以内】	10代以上	資料代	141 中島 清道 館林市
	講演:「ピンピンコロリ!」元気な生き方を話します。 【1時間半程度】	30代以上		141 中島 清道 館林市
15 青 少 教 育	発明や工作の考え方を通し、頭の柔軟さを育成します。 【午後指定】	小学生～ 60代	交通費 教材費	132 櫻井 博司
16 地 域 く り	傾聴	小学生 以上		109 新井マリ子
18 安 全 心 全	正しい塗装業者の選び方や正しい施工方法などリフォーム工事の注意点を教えます。	30代以上		153 佐藤 和幸 殖蓮地区
	防災 災害に対する備え 「自分の命は自分で守る」をモットーに、わかりやすく説明します。 (テーマ内容は要望に応じます)	中学生 以上	実費負担	188
19 歴 史 ・ 文 化 財 ・ 地 理	「学びなおし日本史」では、日本の歩みを講義します。 「上毛かるたでたどる群馬の歴史」などの講演を行います。	10代以上		168 羽鳥 進一 境地区
	災害遺跡を紙しばい形式で…「夜泣き地蔵」のおはなし(30～40分) 天明3年の浅間山大噴火による犠牲者を弔う地蔵尊建立にまつわるおはなしです。小学3年生向けに物語りを作っていますが小学生～高齢者までを対象に幅広く判り易くしてあります。	小学生 以上		169 飯島 恒己 名和地区
	世界の歴史(西欧史、中国史)楽しみながら学ぶ (映像中心)(1回90分程度・要望対応) 【木曜日～日曜日指定】	中学生 以上	資料代	171
	伊勢崎空襲の歴史に特化する内容 出前講座など(1時間程度) 【木曜日～日曜日指定】	小学生 以上		175
	・郷土史:戦国時代の伊勢崎と那波氏について ・半導体の基礎とデジタル技術について ・国際理解、異文化理解、国際交流、外国企業で働くということ 一方通行的な講義は時間の浪費ですので、簡単な資料は用意しますが、基本的にQ&Aで進めていきたいと思っております。	10代以上		194
	日本の歴史 「西欧と比較した日本の歴史」などの疑問について解説します 【18時前に終了】	30代以上	交通費 資料代	201 中野 博通
24 環 境 自 然 問 科 題 学	身の回りの出来事と組み合わせて主に高校入試までの理数のお話をします。 【午後指定】	小学生～ 60代	交通費 部材費	132 櫻井 博司

◇まなびい先生の氏名・地区は公表しても良い人のみ表示しています。

◇以下の登録分野は該当がありません