

県北域内 公民館・学習センターが実施している『女性教育事業』紹介

学習内容	講師（学習支援者）
【健康づくり】	
ストレッチヨーガ	ストレッチヨーガインストラクター
レクダンス	日本フォークダンス連盟公認指導員
心の健康東洋医学	医学博士
心と身の健康～キラキラ生きるために～	市体育指導委員
スロートレーニング	民間スポーツジムインストラクター
ヨーガでストレス解消	インド政府公認ヨーガインストラクター
見直そう 塩分	栄養士
フラダンス	フラスクール講師
ピラティス	認定インストラクター
知っておきたい薬の知識	県県北保健福祉事務所薬剤技師
スポーツ吹き矢	日本スポーツ吹き矢協会
リンパセラピー	リンパセラピースーパーアドバイザー
予防医学（脳卒中とその予防）	医師
格闘技エクササイズ	ボクシングインストラクター
ボクササイズ	フィットネスインストラクター
女性のための健康講座	ヘルスフィットネストレーナー
3B体操	3B体操協会
ココロもカラダも若返る健康体操	福島県北体育連盟
「予防が大切」生活習慣病	健康推進課
正式に学ぶラジオ体操 ラジオ体操で目覚める頭と体	ラジオ体操指導者
女性のためのストレス対策講座	市健康推進課
ルーシーダットン教室	認定インストラクター
楽しむ歯みがき	健康増進課
パークゴルフ	（日山パークゴルフ場）
ボウリング教室	（市内ボウリング場）
健康と食事について考えましょう	保健センター栄養士
スポーツアロマでリフレッシュ	日本スポーツアロマトレーナー
定期的に健康診断を受けましょう	保健課
【趣味・教養・文芸】	
地上デジタル放送の話	県テレビ受信者支援センター
押し花	プレストフラワーアーティスト
イタリア料理	調理師・調理専門学校講師
和菓子作り	菓子店店主
写経	住職
合唱	元教諭
韓国の本格キムチをつくろう	フードコーディネーター
AED講習会	市消防署救急係
救急法講習	日本赤十字社指導員

学習内容	講師（学習支援者）
【趣味・教養・文芸】	
ブリザーブドフラワーのアレンジメントづくり	フラワースクール
季節の郷土料理（春）ちまきづくり	市食生活改善推進員協議会
季節の郷土料理（冬）年末からお正月の料理	ふくしま食のたくみ
絵手紙	日本絵手紙協会公認講師
エコクラフトでカゴ作り	エコクラフト同好会
もともち米粉クレープ	ふるさと女性起業研究会
護身術	柔術連盟・県合気道連盟
私を活かす＜色＞発見～パーソナルカラー～	色彩認定講師
キレイ度UP↑のメイク術	メイクアップアーティスト
昔話の中にみる女性の生き方	ふくしま民話茶屋の会
太巻きづくり	料理研究家
福島の歴史～天地人のころの地域の歴史ばなし～	市史編纂委員
草木染め	川俣町織物館
音楽療法	音楽療法士
新聞紙でエコバック作り	消費者懇談会
洋菓子作りと国際交流	県国際交流員
中華まん作り	クッキングアドバイザー
話し方・司会の進め方	アナウンスクラブ
家庭薬膳料理教室	家庭薬膳クラブ
福島の方言	民俗研究家
ちぎり絵教室	和紙ちぎり絵しゅんこう認定講師
和食でテーブルマナー	結婚式場 総料理長
ハンドベル体験	県ハンドベル連盟
米粉パンづくり	J A新ふくしま
布ぞうり作り	布ぞうり愛好家
地元食材を活かした料理教室	J A新ふくしま女性部
映像と音楽でつづる古閑裕而物語	高校教諭
音楽に癒されて	声楽家
スローフード（地産の米粉活用）米粉料理教室	J A新福島女性部
保原町名物「豆っこ汁」を学ぼう	保原町商工会女性部
乾燥からお肌を守ろう	美容と健康アドバイザー
廃油石けん作り教室	J A新ふくしまフレッシュミセス
マクロビオティック料理教室	クッキングスクール
私たちの暮らしと気象	気象予報士
アナウンサーの仕事について	F T Vアナウンサー
ふるさとの歴史 二本松少年隊	二本松観光ボランティアガイド協会
シニア世代のための整理収納	整理収納アドバイザー

学習内容	講師（学習支援者）
【社会問題等】	
介護・保険制度	市健康推進課担当職員
もったいない学習会 環境家計簿について	市環境課職員
もったいない学習会 エコクッキング	栄養士
物忘れと認知症について	医学博士
悪徳商法にあわないために	市消費生活センター
家庭でできる省エネ	東北電力
振り込め詐欺の被害と対策	福島警察署
裁判員制度	福島簡易裁判所
裁判員制度の現状と課題	福島地方検察庁
地球温暖化を考えよう	県地球温暖化防止活動推進センター
地球温暖化と主婦としてできること	県地球温暖化防止活動推進センター
認知症について	地域包括支援センター
認知症を理解する8法則 心に寄り添う介護	指定居宅介護支援事業所
コーチング	生涯学習開発財団認定コーチ
政権交代と政治のゆくえ	福島民報社編集局
知っておきたい食品表示	東北農政局福島農政事務局
認知症サポーター養成講座	市長寿福祉課
年金問題	社会保険労務士
年金について	東北福島年金事務所
これからの食生活について	県保健衛生協会専門栄養技師
賢い主婦のエコ生活術	県金融広報アドバイザー
身近なゴミ問題	市清掃管理課
節電講座	東北電力
家計のダイエット	県地球温暖化防止活動推進員
金融講座「ライフプラン」	金融広報アドバイザー
【ボランティア活動】	
松川清掃	
公民館清掃（トイレ・水回り清掃）	
公民館の年末大掃除	
【世代間交流】	
小学校児童と陶芸教室	
「チャック&パッタ」	
夏休み子ども交流会「人権について」	人権保護委員・地区婦人会・小学校PTA
子どもと作る料理	健康増進員

【移動教室】

学習内容	場所【学習支援者】
給食センター・リサイクルプラザ	福島市
F T V見学	福島市【F T V見学総務部】
花見山周辺散策	福島市【ふくしま花案内人】
今は昔 まちなみ散歩～北町・豊田町～	福島市【元ふくしま歴史館職員】
今は昔 まちなみ散歩～大町・寺町通り～	福島市【元ふくしま歴史館職員】
ふくしまの味覚を訪ねて～ブルーベリー狩り～	果樹園
市議会傍聴	
日本銀行福島支店	福島市
吾妻山麓探訪	
五色沼散策	北塩原村【もりの案内人】
ラベンダー園見学・ポップリ作成	
あらかわクリーンセンター見学	福島市
茂庭ダム見学	福島市
自衛隊福島駐屯地見学	福島市
土湯ブナッ子路	福島市【もりの案内人】
半田沼自然公園	桑折町【もりの案内人】
浄土平天文台見学	福島市
食にかかわる企業について学習しよう	福島乳業株式会社
立子山の凍み豆腐作り見学	福島市
飯野町つるし雛見学	福島市
米沢の歴史に学ぶ	山形県
三春デコ屋敷・ハーブガーデン	三春町
N H K福島放送局・こむこむプラネタリウム見学	福島市
「天地人」直江兼続ゆかりの地を訪ねる	山形県【市史編纂委員】
アクアマリンふくしま・いわき市立美術館	いわき市
角田市郷土資料館・丸森町齊理屋敷・阿武隈川ライン舟下り	宮城県
布引高原・猪苗代天鏡閣	郡山市・猪苗代町
ゴミ処理場見学	本宮市
蔵のまち喜多方の街並みと天守閣見学	喜多方市他
道の駅で作ってみよう～ピザ作りとハイキング	道の駅東和【道の駅専門指導員】
栃木防災館とロマンチック村	栃木県