



令和7年度

まちの達人バンク

講師一覧



沼田市教育委員会

令和7年4月

ご利用にあたって

充実した生涯学習を推進するため、市内等で活躍する豊富な知識や優れた技術をお持ちの方、または地域のために活動していただける方など、「まちの達人バンク」の講師としてご登録いただいております。

「学びの機会の充実」「つながりづくり」などに、この冊子をご活用いただき、生涯学習・社会教育活動の推進にお役立ていただければ幸いです。

I. ご利用方法

- 1 講師一覧から興味のある達人を見つけます。依頼者は、達人と直接連絡を取り合って活動を進めてください。不明な点については、生涯学習課市民文化推進係(TEL0278-23-2111内線3322)にご連絡ください。
- 2 指導内容や開催方法、必要経費(教材費・謝金・交通費・送迎等)等については、達人と依頼者の話し合いでお願いいたします。
- 3 指導者の連絡先等に変更がある場合がございますので、連絡がつかない場合は生涯学習課市民文化推進係(TEL0278-23-2111内線3322)までお問い合わせください。

II. 分類

以下の分類で掲載しています。

| | | |
|---|-------------|--|
| 1 | 教養・文化・福祉・環境 | 歴史、語学、パソコン、数学、探究学習、映像ライブ配信技術、認知症ケア、脱炭素ゲーム |
| 2 | 家庭生活・趣味 | 洋菓子作り、味噌作り、栄養と料理、日本茶・抹茶、茶道・香道、ウクレレ、社交ダンス、フラダンス、詩吟、カラオケ |
| 3 | 健康・スポーツ | クラシックバレエ、エクササイズ、スポーツ全般、医療、体操、太極拳、ヨガ、テコンドー |
| 4 | 伝統芸能 | 人形芝居、民謡、津軽三味線、日本舞踊、剣舞・詩舞 |
| 5 | 生活文化 | 書道、盆栽 |
| 6 | 芸術文化 | 陶芸、切り絵、絵手紙、写真、洋画、デッサン、天然リーフのアート、アートセラピー |
| 7 | 手芸 | ハーブ&ポップリ、押し花、トールペイント、編物、ジュエリークロッシュ、ハーバリウム、糸かけ曼茶羅、フラワーアレンジメント、バラの剪定 |
| 8 | 自然科学 | コースガイド、自然観察 |

Ⅲ. 本冊子についてのお問い合わせ先

沼田市教育委員会事務局 生涯学習課 市民文化推進係

TEL 0278-23-2111 (内線3322) FAX 0278-23-1401

E-mail shiminbunk@city.numata.lg.jp

Ⅳ. その他 お問い合わせ先

沼田市役所・沼田市教育委員会(代表)

TEL 0278-23-2111

FAX 0278-23-1401

| 内容 | 担当部署 | 内線番号 | 窓口 |
|-----------------|-------------------------------|----------------------|---------------------|
| 各種スポーツの指導者について | 沼田市教育委員会事務局 スポーツ振興課スポーツ振興係 | 3331 3332 3333 | テラス沼田 3階 8番窓口 |
| 各種文化活動団体について | 沼田市教育委員会事務局 生涯学習課 市民文化推進係 | 3327 | |
| 文化振興・生涯学習講座について | 沼田市教育委員会事務局 生涯学習課 市民文化推進係 | 3327 | |

目次

| 分類 | No. | 氏名 | ふりがな | 専門分野 |
|----|-----|--------|------------|---|
| 1 | 1 | 金井 竹徳 | かない たけのり | 歴史・民俗・石仏 |
| 1 | 2 | 高山 正 | たかやま まさし | 郷土史・人物史 |
| 1 | 3 | 加藤 ゆかり | かとう ゆかり | パソコン(ワード・エクセル・パワーポイント) |
| 1 | 4 | 齋藤 斉 | さいとう ひとし | 数学・数学教育 |
| 1 | 5 | 松井 孝夫 | まつい たかお | 探究学習(自由研究・課題研究など) |
| 1 | 6 | 廣林 克昭 | ひろばやし かつあき | インターネット映像ライブ配信技術・映像製作編集、プロを目指す技能研修 |
| 1 | 7 | 金井 大輔 | かない だいすけ | 認知症ケア |
| 1 | 8 | 森 峯子 | もり みねこ | 群馬県環境SDGsファシリテーター  |
| 2 | 9 | 茂木 方子 | もぎ まさこ | 洋菓子(初心者向き)・味噌作り |
| 2 | 10 | 石垣 恵美 | いしがき えみ | 栄養と料理 |
| 2 | 11 | 桑原 滋 | くわばら しげる | 日本茶・抹茶 |
| 2 | 12 | 吉野 麻里子 | よしの まりこ | 味噌作り |
| 2 | 13 | 石坂 久幸 | いしざか ひさゆき | ウクレレ教室・社交ダンス教室 |
| 2 | 14 | 田村 英子 | たむら えいこ | カラオケ |
| 2 | 15 | 熊谷 秋夫 | くまがい あきを | カラオケ |
| 2 | 16 | 石原 久美 | いしはら くみ | フラダンス |
| 3 | 17 | 小澤 幸恵 | おざわ ゆきえ | クラシックバレエ&エクササイズ |
| 3 | 18 | 阿部 みどり | あべ みどり | 健康づくりトレーニング(ひめトレ&ストレッチズ) |
| 3 | 19 | 呉 秀光 | くれ ひでみつ | 心療内科・整形外科 |
| 3 | 20 | 中島 務 | なかじま つとむ | 柔道指導 |
| 3 | 21 | 小野里 順子 | おのぎと じゅんこ | 健康体操(背骨コンディショニング・エアロビック・トランポピクス等) |
| 3 | 22 | 小林 豊 | こばやし ゆたか | 野球(特に少年野球) |
| 3 | 23 | 横坂 留美 | よこさか るみ | エアロビック・高齢者体操・軽スポーツ・トランポピクス・ふくろう体操・親子ピクス |
| 3 | 24 | 津久井 富子 | つくい とみこ | 武術太極拳・太極扇・太極剣 |
| 3 | 25 | 内山 久井 | うちやま ひさい | 笑いヨガ(ラフターヨガ)・ボディキネシス(機能改善体操)・ひめトレ・シアップロジー(脳活体操)・ストレッチズ・マラニック |

目次

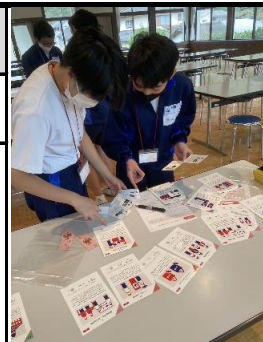
| 分類 | No. | 氏名 | ふりがな | 専門分野 |
|----|-----|--------------------------------|-----------------------|--|
| 3 | 26 | 工藤 安男 | くどう やすお | 野球全般 |
| 3 | 27 | 林 芳枝 | はやし よしえ | 太極拳 |
| 3 | 28 | 南雲 麻衣 | なぐも まい | WTテコンドー・パラテコンドー |
| 3 | 29 | 居上 紗笈 | いのうえ さおい | ダンス気功「繭(いと)の夢」 |
| 4 | 30 | 金井 竹徳 | かない たけのり | 人形芝居 |
| 4 | 31 | 鈴木 みつ江 | すずき みつえ | 民謡・津軽三味線 |
| 4 | 32 | 岡嶋 稜子(坂東 富三輔) 松浦あきの(坂東 富三乃) | おかじま りょうこ まつうら あきの | 日本舞踊(着付けも含む) |
| 4 | 33 | 田中 由里子 | たなか ゆりこ | 剣舞・詩舞・(歌謡舞踊・吟詩舞) NEW |
| 5 | 34 | 高橋 由美子 | たかはし ゆみこ | 書道(書の基本・筆使い)(楷書・行書)(ペン字) |
| 5 | 35 | 池田 進一 | いけだ しんいち | 書(漢字・仮名・篆刻) |
| 5 | 36 | 星野 良平 | ほしの りょうへい | 書道及び書写教育全般 |
| 5 | 37 | 池田 富枝 | いけだ とみえ | 書道 |
| 5 | 38 | 高田 式久 | たかだ のりひさ | 盆栽全般 |
| 6 | 39 | 大橋 武雄 | おおはし たけお | 陶芸 |
| 6 | 40 | 佐山 秀子 | さやま ひでこ | 切り絵 |
| 6 | 41 | 霜垣 ユミ子 | しもがき ゆみこ | 絵手紙 |
| 6 | 42 | 平野 雅俊 | ひらの まさとし | 写真全般 |
| 6 | 43 | 南雲 麻衣 | なぐも まい | 洋画・水彩画・デッサン(鉛筆・木炭)・クレパス・ 子どもの夏休みワークショップ |
| 6 | 44 | 大西 康子 | おおにし やすこ | 天然リーフのアート NEW |
| 6 | 45 | One-NE | わんね | アートセラピー、書道 NEW |
| 7 | 46 | 池田 富枝 | いけだ とみえ | ハーブ&ポプリ |
| 7 | 47 | 戸部 みち子 | とべ みちこ | 手芸(押し花・パンフラワー・アートフラワー・ アメリカンフラワー等) |
| 7 | 48 | 生方 弘美 | うぶかた ひろみ | トールペイント |
| 7 | 49 | 中嶋 幸代 | なかじま さちよ | ハーバリウム |
| 7 | 50 | 田端 昌美 | たばた まさみ | 糸かけ曼荼羅・お花曼荼羅・ストリングアート |

目次

| 分類 | No. | 氏名 | ふりがな | 専門分野 |
|----|-----|------|---------|---|
| 7 | 51 | 金子典子 | かねこのりこ | フラワーアレンジメント・プリザーブドフラワー・ハーバリウム |
| 7 | 52 | 栞原美子 | くわばらよしこ | バラに関すること一般(バラの剪定など)・ハンギングバスケット・小学校のミシン授業の補助 |
| 8 | 53 | 後藤信雄 | ごとうのぶお | 登山(ハイキング)・群馬県内の山のコースガイド・自然観察 |
| 8 | 54 | 濱田誠 | はまだまこと | 自然観察 |

| | | | |
|----------|--|------------------------|---|
| 1 | 教養・文化・福祉・環境 | 歴史・民俗・石仏 | |
| 氏名 | 金井 竹徳(かない たけのり) | |  |
| 達人からひとこと | 利根沼田の郷土史、文化財、石造物等の説明や案内。真田時代の隠れキリシタンなど | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 応相談 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし |
| 2 | 教養・文化・福祉・環境 | 郷土史・人物史 | |
| 氏名 | 高山 正(たかやま まさし) | |  |
| 達人からひとこと | 利根沼田の郷土史、人物史、明治以降の利根沼田の歴史など | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 夜間 | 実費の負担 | なし |
| 3 | 教養・文化・福祉・環境 | パソコン(ワード・エクセル・パワーポイント) | |
| 氏名 | 加藤 ゆかり(かとう ゆかり) | | |
| 達人からひとこと | Word、Excel、PowerPointのMicrosoft Office Specialist(MOS)の資格を持っています。Word、Excel、PowerPointを基礎から丁寧に指導いたします。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 火 土 日 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | (応相談) |
| 4 | 教養・文化・福祉・環境 | 数学・数学教育 | |
| 氏名 | 齋藤 斉(さいとう ひとし) | | |
| 達人からひとこと | ①小学5年生以上のための算数・数学教室(5年生～大人まで) ②大学入試や社会生活に現れる数学者たち(高校生・大人) | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 月 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし |


| | | | |
|----------|---|------------------------------------|---------------|
| 5 | 教養・文化・福祉・環境 | 探究学習(自由研究・課題研究など) | |
| 氏名 | 松井 孝夫(まつい たかお) | | |
| 達人からひとこと | 小学生・中学生・高校生を主な対象として、探究学習を支援します。総合的な学習(探究)の時間、理科や社会などの自由研究、専門的な課題研究、SDGsなどの社会の課題を解決するSTEAMなど、テーマや課題は何でもOKです。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 応相談 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし |
| 6 | 教養・文化・福祉・環境 | インターネット映像ライブ配信技術・映像製作編集、プロを目指す技能研修 | |
| 氏名 | 廣林 克昭(ひろばやし かつあき) | | |
| 達人からひとこと | インターネットライブ配信や映像製作について、これから技能研修や就職や企業にも役立つ技術の専門的な知識を紹介します。 | | |
| 対象者 | | 受講できる曜日 | |
| 受講できる時間 | | 実費の負担 | |
| 7 | 教養・文化・福祉・環境 | 認知症ケア | |
| 氏名 | 金井 大輔(かない だいすけ) | | |
| 達人からひとこと | 認知症の基礎知識や、介護技術を身に付けて、認知症の人が安心して暮らせる街にしましょう。オンラインでの開催も可能です。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし |
| 8 | 教養・文化・福祉・環境 | 群馬県環境SDGsファシリテーター | |
| 氏名 | 森 峯子(もり みねこ) NEW | | |
| 達人からひとこと | 『脱炭素まちづくりカレッジ』のゲームを通して環境について考えましょう | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし |



| | | | | |
|----------|---|-----------------|-----------------------|--|
| 9 | 家庭生活・趣味 | 洋菓子(初心者向き)・味噌作り | | |
| 氏名 | 茂木 方子(もぎ まさこ) | | | |
| 達人からひとこと | 初心者向けのお菓子教室です。身近な材料で簡単なレシピをご紹介します。味噌作りもやっています。 | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 | |
| 受講できる時間 | 午前 午後 夜間 | 実費の負担 | あり (材料費) | |
| 10 | 家庭生活・趣味 | 栄養と料理 | | |
| 氏名 | 石垣 恵美(いしがき えみ) | | | |
| 達人からひとこと | 料理(各国国際料理・家庭料理 他)、食育、製菓、伝統料理 | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 | |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり (実費) | |
| 11 | 家庭生活・趣味 | 日本茶・抹茶 | | |
| 氏名 | 桑原 滋(くわばら しげる) | | | |
| 達人からひとこと | おいしい日本茶の入れ方教室。日本茶の歴史・分類・効能・化学などの話と実演。抹茶の飲み方。初めてのお茶会参加のマナー | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり (小中学生無料/大人1000円程度) | |
| 12 | 家庭生活・趣味 | 味噌作り | | |
| 氏名 | 吉野 麻里子(よしの まりこ) | | | |
| 達人からひとこと | 無添加のおいしいお味噌を手作りしましょう。3kgの手仕込みコースと10kgのたっぷりコースを毎年3月に実施しています。 | | | |
| 対象者 | 生徒 大人 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 | |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり (材料費) | |




| | | | | |
|----------|---|----------------|---------------|--|
| 13 | 家庭生活・趣味 | ウクレレ教室・社交ダンス教室 | | |
| 氏名 | 石坂 久幸(いしざか ひさゆき) | | | |
| 達人からひとこと | ウクレレは、脳や手指を使うことにより認知症予防に適し、社交ダンスは音楽に乗り、頭と身体を同時に使うことにより、つまずき、転倒を防ぎ、介護予防に適している。(沼田ウクレレ会:第2・4水曜日15:30~テラス沼田6階) | | | |
| 対象者 | 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 水 | |
| 受講できる時間 | 午後 | 実費の負担 | | |
| 14 | 家庭生活・趣味 | カラオケ | | |
| 氏名 | 田村 英子(たむら えいこ) | | | |
| 達人からひとこと | カラオケ教室の開催「白ゆり会」に所属。沼田カラオケ連合会に加入 | | | |
| 対象者 | 大人 | 受講できる曜日 | | |
| 受講できる時間 | 午後 | 実費の負担 | あり (1,700円) | |
| 15 | 家庭生活・趣味 | カラオケ | | |
| 氏名 | 熊谷 秋夫(くまがい あきを) | | | |
| 達人からひとこと | 「白山カラオケ会」に所属。随時入会可能です。第1・3月曜日18:30~20:30鍛冶町白山神社。1月2月3月は午後2時~4時 | | | |
| 対象者 | 大人 | 受講できる曜日 | 月 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり (月1,000円) | |
| 16 | 家庭生活・趣味 | フラダンス | | |
| 氏名 | 石原 久美(いしはら くみ) | | | |
| 達人からひとこと | ハワイの伝統芸能フラダンスを楽しく踊りながら、心身を健やかに保つ「アロハの心」を一緒に学びましょう。見学・体験、お気軽にご相談下さい。 | | | |
| 対象者 | 乳幼児 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 | |
| 受講できる時間 | 午前 午後 夜間 | 実費の負担 | | |


| | | | |
|----------|---|---------------------------|---|
| 17 | 健康・スポーツ | クラシックバレエ&エクササイズ | |
| 氏名 | 小澤 幸恵(おざわ ゆきえ) | |  |
| 達人からひとこと | クラシックバレエ教師を招いての生涯学習認定教室は12年目を迎えました。その結果80歳を過ぎても身体のしなやかさと強い精神力が身についたと思います。(一般財団法人健康生きがい学会アドバイザー・会員) | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 金 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | なし (先生を呼んだ場合謝礼5,000円) |
| 18 | 健康・スポーツ | 健康づくりトレーニング(ひめトレ&ストレッチーズ) | |
| 氏名 | 阿部 みどり(あべ みどり) | | |
| 達人からひとこと | 健康寿命を延ばし、元気な身体づくりを楽しく行います。ひめトレは、骨盤底筋群を鍛え、尿漏れや猫背の予防になります。ストレッチーズは、伸縮性のある布を使ってしなやかな身体づくりと、無理のない筋トレで身体を鍛えます。 | | |
| 対象者 | 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 金 土 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 夜間 | 実費の負担 | なし |
| 19 | 健康・スポーツ | 心療内科・整形外科 | |
| 氏名 | 呉 秀光(くれ ひでみつ) | | |
| 達人からひとこと | リハビリ・カウンセリング・気功・針・漢方薬 | | |
| 対象者 | 大人 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | なし |
| 20 | 健康・スポーツ | 柔道指導 | |
| 氏名 | 中島 務(なかじま つとむ) | | |
| 達人からひとこと | 柔道指導。沼田柔道教室(サンワ沼田武道館/火・土、19時~21時) 沼田南中学校柔道部外部講師 | | |
| 対象者 | 乳幼児 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 火 土 |
| 受講できる時間 | 夜間 | 実費の負担 | あり (年12,000円) |

| | | | |
|----------|--|---|--------------|
| 21 | 健康・スポーツ | 健康体操(背骨コンディショニング・エアロビック・トランポピクス等) | |
| 氏名 | 小野里 順子(おのざと じゅんこ) | | |
| 達人からひとこと | 健康寿命を延ばすための効果的な運動を実践します。背骨コンディショニング(セルフ矯正トレーニング)や認知症予防等に効果があるスローエアロビックを実践します。通常は、背骨コンディショニング(セルフ矯正トレーニング)／毎週(火)10時～11時薄根地区コミュニティセンター。トランポピクス教室／(水)月2回10時～11時30分、(水)毎週夕方6時～7時15分薄根地区コミュニティセンター。よさこい踊り／(月)月2回夜7時30分～9時薄根中学校。等を実践しています。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 月 金 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり |
| 22 | 健康・スポーツ | 野球(特に少年野球) | |
| 氏名 | 小林 豊(こばやし ゆたか) | | |
| 達人からひとこと | 少年野球を通しての育成面。野球を通じて子どもたち強い身体と心を作れるように指導したい。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 | 受講できる曜日 | 月 火 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 午後 | 実費の負担 | なし |
| 23 | 健康・スポーツ | エアロビック・高齢者体操・軽スポーツ・トランポピクス・ふくろう体操・親子ピクス | |
| 氏名 | 横坂 留美(よこさか るみ) | | |
| 達人からひとこと | 体操の指導を行います。ベビーから高齢者まで体操を楽しみながらの軽スポーツもOK。(スローエアロビック教室／サンワ沼田武道館)(ベビーピクス／テラス沼田から録画配信)(高齢者体操教室／保健福祉センター他)(エアロビック／第2・4金曜日、薄根地区コミュニティセンター) | | |
| 対象者 | 乳幼児 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 応相談 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | (応相談) |
| 24 | 健康・スポーツ | 武術太極拳・太極扇・太極剣 | |
| 氏名 | 津久井 富子(つくい とみこ) | | |
| 達人からひとこと | 月2回13時～15時 ZACROSアリーナぬまた＝東風の会 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 水 土 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり (金額 500円) |





| | | | |
|----------|--|---|--------------------|
| 25 | 健康・スポーツ | 笑いヨガ(ラフターヨガ)・ボディキネシス(機能改善体操)・ひめトレ・シフトロジ(脳活体操)・ストレッチ・マラニック | |
| 氏名 | 内山 久井(うちやま ひさい) | | |
| 達人からひとこと | 年間を通じて週4回、沼田の各施設、子持公民館事業として週2回、他体力づくり運動と仲間作りを旨とし、楽しく体を動かしています。(月)午前10時～11時30分:薄根地区コミュニティーセンター。(月)午後2時～3時30分:利根中央病院生活協同組合。(木)午前10時～11時30分・午後2時～3時30分:自宅レッスン。全て対象は60歳代～80歳代の方々 | | |
| 対象者 | 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 木 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり (金額 500円) |
| 26 | 健康・スポーツ | 野球全般 | |
| 氏名 | 工藤 安男(くどう やすお) | | |
| 達人からひとこと | 野球全般の指導。野球ルール全般の指導も行います。少年から大人まで楽しめるようにします。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 夜間 応相談 | 実費の負担 | なし |
| 27 | 健康・スポーツ | 太極拳 | |
| 氏名 | 林 芳枝(はやし よしえ) | | |
| 達人からひとこと | 太極拳(簡化24式)の初歩から中・上級の実技と理論指導。主にZACROSアリーナぬまたで開催。(月)午後1時～2時30分、(月)午後3時～5時、(木)午後6時30分～8時30分 | | |
| 対象者 | 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 木 |
| 受講できる時間 | 午後 夜間 | 実費の負担 | あり (月額2,000円) |
| 28 | 健康・スポーツ | WTテコンドー・パラテコンドー | |
| 氏名 | 南雲 麻衣(なぐも まい) | | |
| 達人からひとこと | テコンドーとは、武道で韓国の国技です。東京2020パラリンピックでは新種目としてパラテコンドーが認定されました。上肢障害のある方でも楽しめるパラ種目唯一の格闘技です。子どもから大人まで、いつでも始められます。ストレス発散と一緒にミットを思い切り蹴ってみませんか?◆ぬまたテコンドー(隔週月曜18時30分～20時30分、サンワ沼田武道館柔道場) | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 月 |
| 受講できる時間 | 夜間 | 実費の負担 | あり (大人400円、小人500円) |

| | | | |
|----------|--|----------------|---|
| 29 | 健康・スポーツ | ダンス気功「繭(いと)の夢」 | |
| 氏名 | 居上 紗笈(いのうえ さおい) | |  |
| 達人からひとこと | 呼吸法、ダンス気功の基本とダンス気功「繭(いと)の夢」(女踊り・男踊り)を指導します。女踊りは2011年8月国際アートフェス in NUMATAのオープニングで市長さんもお招きして、薄根の大桑で披露された沼田市発祥の流し踊りです。今まで沼田市、東京、京都で発表しました。沼田市には「繭の絆」がありますが、市内のその他の地区・学校でグループをつくり沢山のリーダーさんが生まれ、市の活性化に貢献できたらと考えています。私は2拠点生活をしています。2024年東京での発表ユーチューブです→ https://www.youtube.com/watch?v=VqCaE5hOApk | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 水 木 金 土 応相談 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり (10,000円～) |
| 30 | 伝統芸能 | 人形芝居 | |
| 氏名 | 金井 竹徳(かない たけのり) | |  |
| 達人からひとこと | 沼田市指定重要(有形・無形)民俗文化財である「沼須人形芝居」の人形操り、由来など全般 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 応相談 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし |
| 31 | 伝統芸能 | 民謡・津軽三味線 | |
| 氏名 | 鈴木 みつ江(すずき みつえ) | | |
| 達人からひとこと | 津軽三味線の普及及び指導。細三味線の普及と指導。民謡の唄指導。受講日については、電話にて希望をお伝えください。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | | 実費の負担 | あり (1回2,000円) |
| 32 | 伝統芸能 | 日本舞踊(着付けも含む) | |
| 氏名 | 岡嶋 稜子(おかじま りょうこ)/坂東 富三輔 松浦あきの(まつうら あきの)/坂東 富三乃 | |  |
| 達人からひとこと | 坂東流の古典舞踊・新舞踊・児童舞踊・ほか一般(美しい所作も身につきます)。6月～12月末の土曜日に日本舞踊アカデミーとしてお稽古。教室は22年目を迎えます。 ブログ https://tomino-bando.hateblo.jp/ | | |
| 対象者 | 乳幼児 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 土 |
| 受講できる時間 | 午前 応相談 | 実費の負担 | あり (対象者・状況により異なります) |

| | | | |
|----------|---|--------------------------|---------------|
| 33 | 伝統芸能 | 剣舞・詩舞・(歌謡舞踊・吟詩舞) | |
| 氏名 | 田中 由里子(たなか ゆりこ)  | | |
| 達人からひとこと | 日本人の美しい心や礼節を大切にする「吟剣詩舞道」は日本の伝統文化の一つです。その継承を目的としています。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 |
| 受講できる時間 | 午後 | 実費の負担 | あり (金額 1500円) |
| 34 | 生活文化 | 書道(書の基本・筆使い)(楷書・行書)(ペン字) | |
| 氏名 | 高橋 由美子(たかはし ゆみこ) | | |
| 達人からひとこと | 楷書・行書・生活に役立つペン字を指導させていただいております。(自宅にて書道教室) | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 火 水 土 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | |
| 35 | 生活文化 | 書(漢字・仮名・篆刻) | |
| 氏名 | 池田 進一(いけだ しんいち) | | |
| 達人からひとこと | 学校への協力も含め、各地域での基本からの指導、及び日展を始め各種の展覧会出品への指導をいたします。(土日は自宅での指導、月3回ずつ。木曜日はごったく広場へ出稽古、月2回) | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 木 土 日 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり (金額 3700円) |
| 36 | 生活文化 | 書道及び書写教育全般 | |
| 氏名 | 星野 良平(ほしの りょうへい) | | |
| 達人からひとこと | 漢字、かな文字、その他指導。現在、県書道協会書写指導、利根沼田地区支部長。自宅またはテラス沼田で開催 | | |
| 対象者 | | 受講できる曜日 | |
| 受講できる時間 | | 実費の負担 | |



| | | | |
|----------|---|---------|--------------------------|
| 37 | 生活文化 | 書道 | |
| 氏名 | 池田 富枝(いけだ とみえ) | | |
| 達人からひとこと | 書道・書の全般を基本から一緒に学びましょう。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 応相談 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり |
| 38 | 生活文化 | 盆栽全般 | |
| 氏名 | 高田 式久(たかだ のりひさ) | | |
| 達人からひとこと | 気楽に盆栽を始めたい方、ご連絡ください。 | | |
| 対象者 | 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | |
| 受講できる時間 | | 実費の負担 | |
| 39 | 芸術文化 | 陶芸 | |
| 氏名 | 大橋 武雄(おおはし たけお) | | |
| 達人からひとこと | 手捻り、ロクロ形成、必要に応じて施釉・焼成も指導。石墨町の作業場でもご相談いただければ、教室開催可能です。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 日 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 応相談 | 実費の負担 | あり (指導料2,000~2,500円+材料費) |
| 40 | 芸術文化 | 切り絵 | |
| 氏名 | 佐山 秀子(さやま ひでこ) | | |
| 達人からひとこと | 切り絵の基礎を学び、切り絵を日常生活に取り入れて楽しむ。切り絵作品展を開催し、仲間との交流を図る。 沼田教室 (テラス沼田6階会議室:第2、4火・金午後1時30分~4時) 昭和村教室(昭和村公民館:11月~4月金曜日月1回) 渋川教室もあり | | |
| 対象者 | 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 火 金 |
| 受講できる時間 | 午後 | 実費の負担 | あり (月500円程度) |

| | | | |
|----------|---|--|---|
| 41 | 芸術文化 | 絵手紙 | |
| 氏名 | 霜垣 ユミ子(しもがき ゆみこ) | | |
| 達人からひとこと | 「ヘタでいい、ヘタがいい」をモットーに、絵手紙は「絵」と「言葉」と「文字」の三位一体で出来ている手づくりの手紙です。日常生活の中では節目(お祝、お見舞、お礼、その他 等)があります。このような時には大変役に立ちます。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり (金額 2500円) |
| 42 | 芸術文化 | 写真全般 | |
| 氏名 | 平野 雅俊(ひらの まさとし) | | |
| 達人からひとこと | スマホ、ケイタイの普及で、誰でも簡単に写真が撮れるようになりました。ちょっとした工夫で写真の印象は大きく変わります。「インスタ映え」する個性的な写真作品を撮ってみませんか。 | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 土 |
| 受講できる時間 | 午後 夜間 | 実費の負担 | なし |
| 43 | 芸術文化 | 洋画・水彩画・デッサン(鉛筆・木炭)・クレパス・子どもの夏休みワークショップ | |
| 氏名 | 南雲 麻衣(なぐも まい) | | |
| 達人からひとこと | 油彩画、水彩画、デッサンを基本から指導します。クレパスは子ども向けですが、大人も楽しめる画材です。絵を描く楽しさを感じてもらいたいです。教室のHPもあります。「アトリエはなみずき」で検索してください。 | | |
| 対象者 | 乳幼児 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 月 火 木 金 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり (500~1,000円) |
| 44 | 芸術文化 | 天然リーフのアート | |
| 氏名 | 大西 康子(おおにし やすこ) | |  |
| 達人からひとこと | 下記のARTワークショップ開催可能です。 ①ボタニーペインティング、②アルコールインクアート、③エレクトロフォーミングジュエリー、④ジェルプリンティング⑤レジンアート 1日90名対応経験有り。教育学部卒。詳しくはInstagramアカウント@yaco613_artsをご覧ください。 | |  |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 月 火 水 木 金 |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり (内容により異なる) |

| | | | | |
|----------|---|-----------------------------------|-----------|---|
| 45 | 芸術文化 | アートセラピー、書道 | |  |
| 氏名 | One-NE(わんね) NEW | | | |
| 達人からひとこと | 色や形や位置にはそれぞれ意味があります。絵を描くこと、字を書くことを通して楽しみながら感情表現や今現在の自己確認、セルフメンテナンスができます。 | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 | 受講できる曜日 | 応相談 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり（要相談） | |
| 46 | 手芸 | ハーブ&ポップリ | | |
| 氏名 | 池田 富枝(いけだ とみえ) | | | |
| 達人からひとこと | ハーブ栽培と身近な利用法。ハーブ、ポップリ、アロマの知識を深め生活に取り入れて楽しみましょう。 ①ハーブの育て方と利用法(苗の提供) ②ハーブティーをたのしむ(交流) ③ハーブ、ポップリ、アロマに関する講座、作品作り | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 月 木 金 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり | |
| 47 | 手芸 | 手芸(押し花・パンフラワー・アートフラワー・アメリカンフラワー等) | | |
| 氏名 | 戸部 みち子(とべ みちこ) | | | |
| 達人からひとこと | 手芸(押し花・パンフラワー・アートフラワー等) | | | |
| 対象者 | | 受講できる曜日 | | |
| 受講できる時間 | | 実費の負担 | | |
| 48 | 手芸 | トールペイント | | |
| 氏名 | 生方 弘美(うぶかた ひろみ) | | | |
| 達人からひとこと | ウェルカムボードや季節のペイント装飾など、生活を彩るペイントです。 | | | |
| 対象者 | 大人 | 受講できる曜日 | 応相談 | |
| 受講できる時間 | 午前 午後 | 実費の負担 | あり（材料費実費） | |

| | | | | | | | |
|----------|--|---|---|--|--|---------------|--|
| 49 | 手芸 | ハーバリウム |  | | | | |
| 氏名 | 中嶋 幸代(なかじま さちよ) | | | | | | |
| 達人からひとこと | ハーバリウムは、ドライフラワーやプリザーブドフラワーをガラスボトルの中にデザインして入れ、ミネラルオイルを注いで作る花と光の癒やしのインテリアです。自分のラッキーカラーを取り入れたり、世界で1つだけの作品づくりの楽しさを伝えていきます。最近では、固まるオイルを用いた生活用品作り(ディスペンサー・小物入れ・キャンドルホルダー・スタンドミラー等)も人気です。 | | | | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 その他 | 受講できる曜日 | | | | 応相談 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | | | | あり(作品に) | |
| 50 | 手芸 | 糸かけ曼荼羅・お花曼荼羅・ストリングアート |  | | | | |
| 氏名 | 田端 昌美(たばた まさみ) | | | | | | |
| 達人からひとこと | 板に打ち付けてあるピンに糸をかけ、幾何学模様を豊かな色彩とともに表現していきます。小学生くらいから、楽しんでいただけます。 | | | | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | | | | 応相談 | |
| 受講できる時間 | 午後 夜間 | 実費の負担 | | | | | |
| 51 | 手芸 | フラワーアレンジメント・プリザーブドフラワー・ハーバリウム |  | | | | |
| 氏名 | 金子 典子(かねこ のりこ) | | | | | | |
| 達人からひとこと | 季節やイベントに合わせた楽しいアレンジを作ります。プリザーブドフラワーを中心に、手軽に可愛く作って飾れるような花材を準備しております。 | | | | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | | | | 土日 | |
| 受講できる時間 | 午後 | 実費の負担 | | | | | |
| 52 | 手芸 | バラに関すること一般(バラの剪定など)・ハンギングバスケット・小学校のミシン授業の補助 |  | | | | |
| 氏名 | 栞原 美子(くわばら よしこ) | | | | | | |
| 達人からひとこと | バラの剪定など、バラを育てるために必要な技能を教えます。また、ハンギングバスケットなどの寄せ植えもできます。小学校家庭科のミシン授業のお手伝いも可能です。 | | | | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | | | | 月 火 水 木 金 土 日 | |
| 受講できる時間 | 午前 午後 夜間 応相談 | 実費の負担 | | | | なし | |

| | | | | |
|----------|--|------------------------------|------------------------|--|
| 53 | 自然科学 | 登山(ハイキング)・群馬県内の山のコースガイド・自然観察 | | |
| 氏名 | 後藤 信雄(ごとう のぶお) | | | |
| 達人からひとこと | 「里やま深やま」「ある日の山あの時の山」「吾妻の里山」「利根の里山」利根沼田地域のあまり知られていない里山を登り、出会った景色や動物、山に残る信仰の足跡を記録しました。図書館にありますので、ご興味のある方はご覧になってください。なお有料(書店販売の半額)になりますが電子書籍でも購読できます。 | | | |
| 対象者 | 大人 高齢者 | 受講できる曜日 | 土日 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | なし | |
| 54 | 自然科学 | 自然観察 | | |
| 氏名 | 濱田 誠(はまだ まこと) | | | |
| 達人からひとこと | 自然観察会を通して自然のすばらしさ、大切さと保護について伝えます。(小中学生も可)地元の自然保護団体「利根沼田自然を愛する会」を通して、玉原高原で毎月第2日曜日に自然観察会を開催。その他ブナの移植作業や子ども自然観察会を定期的実施。 ◆玉原高原月例自然観察会(5月～11月、毎月第2日曜日、10:00～、自然環境センター、予約不要、無料) | | | |
| 対象者 | 児童・生徒 大人 高齢者 その他 | 受講できる曜日 | 火 木 土 日 | |
| 受講できる時間 | 応相談 | 実費の負担 | あり (1,000円程度(交通費、弁当代)) | |