

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
518	オクノ リョウヤ 奥野 遼也	コンピューター 生活・消費	上限なし ※内容により要相談	無	要実費交通費 ※駐車場使用 の場合駐車代 含む	デジタル庁認定 デジタル推進委員によるスマホ講座
517	カメイ ナオミ 亀井 直美	ビジネス・スキル アップ 生活・消費	30名まで	無	要実費交通費	いったいいくらもらえるの？公的年金の話
516	キムラ ハルカ 木村 遥	子ども・家族 福祉・医療 スポーツ・健康	10名まで (座学：20名まで)	応相談	要実費交通費	産後ママのための心と身体のセルフケア 骨盤と姿勢を整えるボディメイク講座 ママのためのストレッチ&運動習慣づくり 看護師が伝える女性ホルモンと身体の変化（自律神経）
515	コバヤシ タイガ 小林 大河	ビジネス・スキル アップ 総合	なし	応相談	要実費交通費	考える・読む・書く・話すのための勉強法 ～大人のための学びなおし～
514	ゆり	子ども・家族 環境 生活・消費 スポーツ・健康	5名 (親子だと5組10名)	5,000円～ (応相談) 材料費は人数に応じて別途必要)	要実費交通費	発酵を楽しむおから味噌講座
513	シグモリ ケイゴウ 繁森 敬剛	ビジネス・スキル アップ 子ども・家族 スポーツ・健康	最大30名まで	応相談	要実費交通費 (主に地下鉄を使用)	ペップトーク～やる気を引き出す魔法の言葉～
512	ちゃーすけ	スキルアップ 自己実現 コンピューター	10～15名まで	小学生500円／1人 大人1,000円／1人	要実費交通費	①スマホで楽しむ！はじめてのAI入門講座 ②AIで暮らしをラクに！家事と趣味の活用術 ③AIでつくる「私の取扱説明書」～自分らしく過ごすヒント～ ④思いが届く！AIでつくる”伝わる”文章の書き方教室
511	サカイ ショウイチ 酒井 修一	ビジネス・スキル アップ 国際理解・世界 時事問題・経済	50名まで	応相談	要実費交通費	これで納得！経済・市場分析（初級編）※中級・上級も可能
510	ミナモト サオリ 源 早織	子ども・家族 スポーツ・健康	①、②8組 ②親子ペアなら4組 ③20名まで	応相談 1時間／10,000円	要実費交通費	①ベビー＆ママヨガ ②キッズヨガ＋リズム×ジャンプ ③親子で話す性教育ワークショップ
509	モリ キホ 森 希朋	子ども・家族	20名まで	応相談	必要	①助産師が教える初めてのじいじ・ばあば教室 ②はじめてのババママ講座 ③妊娠・出産・育児を支える職場づくり～男性にも必要な具体的なサポートと関わり方～

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センター メディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
508	キモト ミナコ 木本 美奈子	アート 福祉・医療 技能	20名まで (親子なら10組 20名) 16名以上の場合2 講座に分けて実施	応相談 8,800円/講座(5 ～10名) 11,000円/講座 (11～15名)	必要	フラワーアレンジレッスンで脳を元気に 花紙アートで楽しく脳を活性化 初めてのプリザーブドフラワーレッスン 夏休みに親子でフラワーレッスン ラベンダーの香り袋づくり 誰でも作れるしめ縄飾りレッスン など
507	すずき さちえ	文化・教養	30名まで	応相談 他資料代300円/ 人	要相談	もっと自分を好きになる！ハッピーライフコーチング
506	しっちー！	アート スポーツ・健康 技能	5～20名まで	10,000円/回 他BICYCLEトラ ンプ1組500円程 度	必要	カーディストリー入門～トランプを触って楽しむ世界～
505	タケカワ ヒロミ 武川 浩美	スポーツ・健康	30名まで	応相談 (別途教材費が かかります)	必要	自律神経が整うゴムバンドストレッチ～アルファピクス～
504	グドウ マサナシ 工藤 雅俊	ビジネス・スキル アップ コンピューター 科学	10～20名まで	5,000円	必要	python入門 人工知能入門 Excel実務入門 受験数学特講
503	ヨネタ トウザン 米田 統山	アート 文化・歴史 技能	10～20名まで	応相談	必要	楽しく吹いてみよう尺八～尺八の音色はすばらしい！～
502	サクライ ヨウジ 桜井 曜史	コンピュータ	20名まで	応相談	必要	たのしく実践する、AI動画生成講座
501	キダ アスガ 木田 あすか	まちづくり ボランティア 子ども・家族 福祉・医療 生活・消費 スポーツ・健康	要相談	要相談	必要	キッズヨガ指導～心と体の土台を作る、遊びと学びのプログラム～ 教育現場で働く職員の心身の健康促進のためのヨガ研修 各地域やイベントなど家族で参加できる健康促進のための親子ヨガ 特別学級や不登校支援、発達支援など必要な児童に向けた心に寄り添うヨガ
500	イシマル オリエ 石丸 オリエ	環境 国際理解・世界 時事問題・経済 人権・論理 生活・消費 文化・歴史 スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	フェアトレードからみるビジネスと人権 フェアトレードとSDGs 難民はなぜ生まれる？ コーヒー・紅茶・カカオの歴史とフェアトレード 飢餓と栄養 フェアトレードの役割(ネパール編) (タイ編)
499	トミオカ カズヒロ 富岡 克広	科学	40名まで	応相談	応相談	”半導体”ってなんだろう？～超入門からあなたも専門家に!?～

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
498	YUKIKO	子ども・家族 人権・論理	上限なし	応相談	必要	子どもにとって安全な環境とは～暴力にあわないために～
497	ミヅノ 静恵 見延 静恵	ビジネス・スキル アップ 起業 自己実現 子ども・家族	10名まで	応相談	必要	わたし育成教室～自己理解から始める未来を変える一歩～ 対話を通じて子どもの本質を知る
496	キムラ メグミ 木村 恵み	ビジネス・スキル アップ 起業 自己実現 スポーツ・健康	金の糸：30名まで セルフチェック：無制限	応相談	応相談	人生すごろく「金の糸」でキャリアカウンセリングを身近に 今日からできる こころのセルフチェック講座
495	ササキ シュンスケ 佐々木 俊輔	ビジネス・スキル アップ 起業 自己実現	100名まで	応相談	応相談	〇〇で役立つ生成AI活用講座（職場、起業、親子、教育現場、経営者）
494	タビラ レイ 田平 玲	スポーツ・健康 文化・歴史	腸活：20名まで 日本茶：10名まで （要相談）	応相談	応相談	手軽な腸活運動で体を整えよう 日本茶を楽しもう
493	ワタナベ ショウタ 渡辺 翔太	ビジネス・スキル アップ	20名まで	1,000円/人	必要	行動心理カウンセラーが実施する手帳活用術
492	カンバヤシ ツトム 神林 努	スポーツ・健康	30名まで	応相談	応相談	腰痛予防 尿漏れ便秘予防 肩こり予防 フレイル予防
491	ハンジメ アツキ 橋詰 敦樹	生活・消費	20名まで	5,000円/時間	必要	すぐに使える「伝わる」文章術
490	KUKO	スポーツ・健康	20名まで	応相談	必要	ヨガで整う！あなたの自律神経
489	アリサワ ツネオ 有澤 恒夫	ビジネス・スキル アップ 自己実現	20名まで	応相談	必要	変化の時代のリーダーシップ 女性のためのリーダーシップセミナー

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
488	ユアサ 湯浅 モモタロウ 桃太郎	ビジネス・スキル アップ コンピューター	30名まで	応相談	応相談	A I を活用したはじめてのWe b サイト作成
487	テラシタ ナツコ 寺下 奈津子	スポーツ・健康	30名まで	応相談	応相談	心と身体取扱説明書
486	ニイツ 新津 やすこ	生活・消費	20名まで	応相談	応相談	魅惑のベルギービールの世界
485	ニツタ ヨシユキ 新田 嘉幸	ビジネス・スキル アップ	10名まで	応相談	応相談	独学で伸び悩む人のための宅建試験対策講座
484	ジブ ナリコ 治部 典子	スポーツ・健康	20名まで	応相談	応相談	椅子ヨガ シニアヨガ ベーシックヨガ 姿勢改善
483	スギエ ノブアキ 杉江 信明	国際理解・世界	10名まで	なし	必要	英会話サロン
482	Hiro	スポーツ・健康	20名まで	応相談	必要	笑って動いてストレス解消！バランスボール（大人、親子向け） ボンボン弾んでニコッと笑おうバランスボール（子ども向け）
481	トミモリ ヨシミツ 富盛 祥亮	生活・消費 技能 総合	10名まで	応相談	必要	家事・育児・仕事がちょっとラクに！趣味にも活かせるAIの小さなヒント講座
480	ムラタ タカアキ 村田 敬顕	スキルアップ（まちづ くり） ビジネス・スキルアッ プ 起業 自己実現 コンピューター 総合	20名まで	応相談	応相談	はじめてのAI体験講座～話題のChatGPTをさわってみよう～ 日常で使えるAI活用講座～身近な疑問をAIに聞いてみよう～ 仕事に活かすAI活用講座～ChatGPTで業務を効率化～
479	マツイ ユウコ 松井 祐子	子ども・家族 生活・消費 技能	料理教室10名 講演会上限なし	5,000円～	必要	働く女性のための時短簡単料理 料理作りの苦手な方がやる気が起きるお話し会 物価高に負けない節約料理 自分で焼けるホットする焼き菓子教室 お子さんの五感を育てるママの手料理のお話

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
478	ヤマダ モエカ 山田 萌果	アート 文化・歴史	上限なし	応相談	必要	はじめての美学 美術史（西洋、日本時代を問わず） 現代アートの見方 ジェンダー、フェニズムの視点でみる美術
477	ムカイ シゲオ 向井 重雄	スキルアップ（まちづくり） スキルアップ コンピューター 科学 技能	20名まで	応相談	必要	はじめてのプログラミング～Scratchで動かそう～
476	オカモト マリコ 岡元 真理子	アート スポーツ・健康	30名まで	応相談	応相談	歌って体操 健康合唱 歌い方レッスン なつかしい曲みんなで歌おう
475	ハヤシ イツキ 林 五基	アート	100名まで	応相談	必要	歌声サロン
474	karada-la-club マツヤマ カナコ 松山 加奈子	スポーツ・健康	20名まで	応相談	不要	椅子ヨガ 音楽に合わせたヨガ体操 ヨガ
473	カワウチヤ ジュンコ 川内谷 順子	まちづくり スキルアップ（まちづくり） 自己実現 子ども・家族	50名まで	10,000円/回 （別途教材費100円程度）	必要	ことばの力で広がる笑顔の輪～地域を明るくするベップトーク～ （地域向け） 互いを励まし認め合う職場へ～今日から使えるベップトーク～ （企業研修向け）
472	オオトリ ルリコ 大捕 留理子	スポーツ・健康	10～50名まで	4,000～5,000円	必要	はじめての眼ヨガ
471	コバヤシ マキコ 小林 真樹子	自己実現	60名まで	応相談	必要	生きる力をさらに育てる心理学
470	ハヤシ フユ 林 信子	生活・消費	15名まで	応相談 （別途教材費も応相談）	必要	紅茶から広がる世界
469	シノハラ トモコ 篠原 知子	福祉・医療 生活・消費	100名まで	応相談	必要	終活セミナー （エンディングノートの書き方、終末期の医療、延命治療、事前指示書） 養生のススメ

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
468	カネコ ジュンイチ 金子 淳一	福祉・医療	上限なし	なし	応相談	①巻き爪・タコ・魚の目はどうしてなるの？ ②子どもの正しい歩き方・正しい靴の履き方
467	カミンジ ヒナコ 上辻 ひな子	福祉・医療	30名まで	5,000円～/回 (1回2時間程度) 要相談	不要	はじめての東洋医学～漢方・お灸・養生のはじまり～ 日々の養生・東洋医学と漢方とお灸の知恵袋
466	コバヤシ ナルミ 小林 なるみ	自己実現 アート 文化・歴史	5～20名程度	20,000円/回	必要	朗読体験 朗読のためのヴォイストレーニング 演劇のためのヴォイストレーニング
465	ユ ユ yu yu	スポーツ・健康	20名まで	1,000円/人	必要	40歳からの美姿勢ベリーダンス
464	ササキ ヨウコ 佐々木 陽子	スポーツ・健康	5～30名まで	10,000円/回	必要	①フラメンコで目指せ「姿勢」美人 ②熟睡のコツを知って、目指せ「睡眠の達人」！ ③疲労回復のコツは3つ！目指せ「笑顔」美人！
463	オオモリ サヨ 大森 紗代	スポーツ・健康	小学生以下、親子 8名程度 中学生～大人 20名程度	5,000円/1時間 別途ボールレン タル代・保険代 300円程度	必要	バランスボールエクササイズ
462	ミヤノ ナツミ 宮野 菜摘	子ども・家族 生活・消費	①50～100名 ②10～15名 ③10～15名	1回2,000円 ②③は別途材料費 500円程度	必要	①子ども達の心の土台を作る絵本子育て講座 ②安心安全、地球にやさしい手づくり洗濯洗剤作り ③麹調味料をつくろう
461	アズミ タダノブ 安住 忠祐	スポーツ・健康	10～15名まで (20名の場合は 応相談)	1人1,000円/回 (1回90分)	応相談	感じて動いて気づいて学ぶ 役に立つ身体の教室
460	クマクラ ヒサエ 熊倉 妃佐恵	アート	10名まで	1人2,000円	必要	指で描く癒しのパステル～画材を粉にしてくるくるアート～
459	オオコシ けん 大越 孝郎	福祉・医療 スポーツ・健康	30名まで	5,000円/回 (1回1時間程度)	不要	腸活とマッサージで若くなる シニアのための筋トレ(脳トレより筋トレで若返り！) 転倒予防教室 セルフヘッドケア講座 MCI専門士(軽度認知症予防)からみた認知症予防・対策 免疫力を高めるツボを学ぼう！ 健康寿命を延ばす4つのポイント！

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
458	ヤマダ ユカ 山口 由香	アート	上限なし	1人2,200円	不要	筆ペンで自分自身を表現しよう！～書くから描く～
457	ツリイ コウジロウ 釣井 幸次郎	文化・歴史	上限なし	3,000～5,000円	必要	歴史ドラマで学ぶ日本史
456	マオ マオ 猫 猫	アート 技能	1～30名 (応相談)	3,000円～/回 (応相談、別途 材料費がかかる場 合あり)	必要	親子でつくるバルーンアート講座 おとなが楽しむ季節のバルーンアート講座 おもてなし講座～日本の美しさを表現する～千代紙や和紙でつくる着 物簪
455	ツヤマ マチコ 津山 真知子	福祉・医療	応相談	3,000～5,000 円/回	必要	シニアライフ「人生100年を前にした準備教育」
454	タカザワ ヨウコ 高沢 洋子	技能	10名まで	5,000円/回 (3時間程度)	不要 (市外は必 要の場合あ り)	あみぐるみ
453	ショウダ ミキコ 正田 美紀子	生活・消費	20名まで (子どもの場合 応相談)	応相談	応相談	主婦のための在宅ワーク入門～私らしい働き方を見つけよう～ ※パソコンが必要
452	イトウ さやか 伊東 さやか	科学	応相談 (親子10組程 度)	応相談 別途材料費(1 組あたり500円 程度)	不要	台所は実験室 たべもののふしぎ～親子で楽しい！自由研究のヒント ～
451	セノ ノリアキ 瀬野 兼昭	自己実現	20名まで	3,000円/回	原則不要	自分を使って何しようー基本と準備と創造
450	ウダ ユカ 宇田 由佳	生活・消費	10名まで	1人あたり 1,000円～応相 談	応相談	メイクレッスン 着こなしレッスン
449	ノダ マサミチ 野田 正道	ビジネス・スキ ルアップ	1～20名	応相談	必要	商品企画スキルアップ

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
448	ツージー	福祉・医療	5～30名	なし	必要	成年後見制度について 子どもの将来に今の自分が残せること 人生100年時代を見据えて～資産形成と備え方～ 自分自身や親の介護にどう備えるのか
447	うえだ ますみ	自己実現 生活・消費	100名まで	講演：1時間 5,000円～ 講座：1人あたり 1,000円（教材費込）	必要	始めてみよう断捨離（講演） 断捨離入門講座
446	サトウ エリカ 佐藤 恵理香	子ども・家族 生活・消費	30名まで	なし	不要	NISA、iDeCoなどの資産形成について～初心者から始める資産形成 老後生活の資金の作り方、社会保障制度について
445	サワ 爽 あゆみ	ビジネス・スキルアップ 起業 アート	20名まで	3,000円～/時間	必要	実績0でも大丈夫！未経験でプロのイラストレーターになる方法 おしゃれでかわいいイラストを描こう！ 女性向けイラスト講座 iPadで描く！イラストアプリProcreate入門講座
444	ヤマザキ リョウジ 山崎 良次	ビジネス・スキルアップ スポーツ・健康	10名以上	5,000円～	必要	オリンピックが教える日常生活に生かすコンディショニング 社会での活躍のステージをあげるためには～失敗のチカラ～
443	モチツキ ヨシトモ 望月 良友	ビジネス・スキルアップ 子ども・家族 時事問題・経済 生活・消費	20名まで	応相談 ※経営者層向けの 講座は50万円 (全6回)	必要	SDGsの基礎理解講座 初心者のお金の教室～投資運用初級編 サラリーマンができる可処分所得の増やし方 経営者層向け 人材不足を解消するための採用戦略
442	ミカミ ミナコ 三上 未那子	アート	20名まで	応相談	必要	心を解き放つ書画～筆ペンで絵を描くように文字を楽しもう～
441	ヨコヤマ シンジ 横山 信二	人権・論理	10名まで	1人あたり500 円 (資料代含む)	必要	法学教室～日常生活の中で学ぶ法律知識～
440	ワタナベ 渡邊 めぐみ	スポーツ・健康	20名まで	応相談	必要	ヨガセラピー（ストレスをいやす、疲れをいやす、マインドフルネス ヨガ） イスヨガ カンタンヨガ
439	ニシムラ カヲ 西村 香代	子ども・家族	上限なし	なし	不要	今日から始める叱り上手、ほめ上手 パパのための子育てカフェ 令和の孫との付き合い方 など

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
438	クマガイ 熊谷 カヅノリ 克則	コンピューター	上限なし	20,000円/時間 (教育関係、公共施設などの場合は応相談)	不要	インターネット(SNS含む)を安全に使う その他サイバーセキュリティ全般
437	ここっち	スポーツ・健康	30名まで	5,000円～	市外のみ必要	笑って元気 笑いヨガ
436	カワハラ トシヤ 河原 歳也	時事問題・経済	30名まで	応相談	市外のみ必要	英字新聞講読
435	カツタ 勝田 リリート	スポーツ・健康	50名まで	応相談	必要	ベリーダンス ベリーダンス・キッズ ベリーダンス・show
434	ナカジマ アキコ 中島 明子	環境	50名まで (講演会は100名まで)	15,000円 (応相談)	不要	ヒグマ学習(ヒグマの生態と上手な付き合い方を考える) ヒグマを近づけない街づくり ヒグマと放置ゴミ問題
433	カワウチ ヒロヒト 川内 宏仁	福祉・医療	上限なし	なし	必要	健康寿命を延ばす！簡単で効果的な生活習慣改善術
432	ヤマザキ タカユキ 山崎 隆之	文化・歴史	20名まで (応相談)	1,000円～/時間 (応相談)	必要	囲碁を楽しもう！！
431	えぞはむ	ビジネス・スキルアップ 自己実現 子ども・家族 コンピューター	15名まで (応相談)	10,000円/回 (教材費込)	必要	とことん解答！在宅ワーク入門 知らないと怖い！失敗談から学ぶスマホ・SNS入門 「キャリアって何？」体験・経験から学ぶキャリアの仕組み できるかな？スマホで副業・在宅ワーク
430	ゴトウ 後藤 エデン	自己実現	上限なし	5,000円～ (応相談)	不要	「休み」で叶える本当の自分 レストデザインセミナー
429	タナカ タカマサ 田中 孝昌	アート	5～10名程度	10,000～ 20,000円	不要	透明水彩画教室

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
428	ボビー ^{サクマ} 佐久間	スポーツ・健康	上限なし	なし	不要	足膝腰が元気になる 新常識セミナー
427	ミヤジマ ^{エイジ} 宮嶋 衛次	科学	40名まで (ものづくり講座は20名まで、実験室は30名まで)	～5,000円 (応相談、別途材料費など)	必要	(小学校高学年) 楽しい理科実験教室 (小学校高学年) 理科ものづくり講座 (中学生～シニア) モデル実験で災害を学ぼう (一般・高校生～シニア) おもしろい学び直しの地学
426	タケハラ ^{ヨシコ} 竹原 佳子	技能	20名まで	応相談	必要	はじめての筆ペン講座～すてきなお手紙を書けるように～
425	レオナルド・オ・ ^{シンドウ} マイレ進藤	スポーツ・健康	20名まで	5,000円/75分	不要	ハワイアン・フラを明るく！楽しく！！
424	ヤナギサワ ^{ミズミ} 柳澤 美鈴	ビジネス・スキルアップ 国際理解・世界	1～10名まで (応相談)	応相談	必要	外国人のためのやさしい日本語教室 外国人の子どものためのはじめての日本語教室
423	チバ ^{ヨウコ} 千葉 洋子	スポーツ・健康 自己実現	20名まで	応相談	不要	顔ヨガは習慣化が10割 魅力UP！顔力向上ヨガ 自己肯定感UP！リラックス＆フェイシャルヨガ セルフコーチングのためのコーチング講座 基本のキ
422	アサリ ^{リュウジ} 浅利 竜史	生活・消費	20名まで	1,000円～ (応相談)	応相談	今さら聞けないお金の基本 生活不可欠なお金の話 お金の損得
421	ナカノ ^{イクコ} 中野 郁子	アート	10～20名まで	5,000円	必要	筆ペンでアートな作品を書こう～心が整う筆文字カード～
419	^{カズエ} KAZUE	スポーツ・健康	上限なし	応相談	必要	はじめてのタヒチアンダンス♪(女性対象)
418	シンボ ^{マサミツ} 新保 仁広	自己実現	応相談	応相談 (内容によって要教材費)	不要	・素敵な人間関係をつくる心理学～自信持ってコミュニケーションUP！の秘訣～ ・LEGO®ブロックを使った「自分の強み」を見つけるワークショップ ・キャリア・シフトチェンジのためのワークショップ

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
416	ヒビ ユウラン 白々の遊心	文化・歴史	応相談	応相談	応相談	こまを「みる」「さわる」「まわす(あそぶ)」
415	ドバシ アツシ 土橋 篤	スポーツ・健康	16名まで	応相談	必要	女性のための麻雀教室 小学生のための麻雀教室
414	スガタ リョウ 菅田 伶	ビジネス・スキルアップ	上限なし	応相談	原則不要	ファンが集まる「強運スーツ」になる着こなしセミナー
413	オオカワ マリコ 大川 真理子	生活・消費	100名まで	20,000円 (応相談)	必要	今さら聞けないお金の基礎知識～100歳まで安心できるお金の話～
412	マキノダン ケイコ 牧之段 敬子	文化・歴史	5名まで	1人あたり 2,000円	不要	ぬいぐるみの写真を撮る「ぬい撮り」愛好家集合！急須で淹れるおいしい日本茶教室
411	フタガタ テサト 二川 知里	子ども・家族 福祉・医療 生活・消費	30名まで	5,000円～	必要	子どもの成長を支える栄養とおやつのか考え方 低糖質お菓子教室 高齢者の食事と栄養 血糖値に配慮したお菓子作り
410	オオツボ コウセイ 大坪 宏誠	福祉・医療	100名まで	5,000円	不要	終活セミナー（老後の住まい、お金、相続、遺言、お墓について）
407	コセキ マスミ 小関 万寿美	スポーツ・健康	30名程度	5,000円～	必要	ノルディックウォーキング 転倒予防体操（ノルディックウォーキング用ボール使用） フィンランド発祥の頭と体を使うゲーム「モルック」をやってみよう
406	ヤマダ ヒロヤ 山田 洋也	子ども・家族 生活・消費	2～50名	なし	応相談	資産運用の基礎 失敗しない教育資金の作り方 住宅ローンの正しい組み方
405	ハンダ マサチカ 半田 真凡	起業 子ども・家族 生活・消費	50名まで	なし	不要	NISAやiDeCoなどの資産運用について～初心者から始める資産運用～ 教育資金や老後生活の資金の作り方 社会保障制度について

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
404	スズキ 鈴木 サオリ 早織	福祉・医療 生活・消費	応相談	5,000円～ (応相談)	必要	防災×お片づけ～防災意識のお片づけで命を守る 備えて安心！災害備蓄と片づけ講座 みんなできる救命講座 心肺蘇生
402	クマサキ 熊崎 リエ 梨絵	福祉・医療	30名まで	応相談	必要	失敗しないシニア向け施設探し わたしのみらいノートセミナー
401	キタジマ 北島 ナオミ 奈緒美	スポーツ・健康	応相談	5,000円	応相談	姿勢を整える歩行術～歩くだけで楽々体メンテナンス～
400	ササキ 佐々木 ヒトコ 素子	スポーツ・健康	20名まで	応相談	必要	健康“ロコモ”フラダンス～足腰きたえてアロハ気分！～
399	イズミ 和泉 カヨ 佳代	アート	各回8名まで	1人あたり600 ～1,000円	不要 (遠方は要 相談)	ディンプルアート～エコな絵の具でステンドグラス風にガラスア ート！小さなお子さんからご年配の方まで楽しめます～
397	ミウラ 三浦 ヤスコ 育子	アート	20名まで	応相談	必要	アメイジング・グレイスを尺八で～楽譜が読めなくても大丈夫～
393	ナカヤ 中谷 エリ 衣里	子ども・家族 時事問題・経済 人権・論理	3～300名	応相談	必要	初めて学ぶ「多様な性、LGBTQ+、セクシュアリティ」 多様な性を生きる子ども・若者たちのリアル 自分らしく生きるって何だろう？～LGBTQ+の視点から考えよう～
392	ハンザワ 半澤 ミチエ 仁稚枝	スポーツ・健康	20～30名程度	応相談	応相談	生演奏deハワイアンダンス～手話で伝えようALOHAの心～ ※鏡が必要
391	オオカワ 大川 カツミ 克己	アート	5名まで	4,000～ 7,000円	必要	アコースティックギター ギター弾き語り ウクレレ
390	ヤスイ 安井 ユミコ 由美子	アート	上限なし	応相談	不要	筆ペンで味のある文字を描こう～楽しく己を実現する新感覚の書～

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
389	タムラ ナオミ 田村 奈緒美	生活・消費	20名まで	応相談 材料費別	不要	はじめてさんの発酵食作り～発酵生活で腸HAPPY♪～
387	フジサワ マコト 藤澤 誠 (防災のトナカイ先生)	NPO 環境 総合	20名まで	応相談	必要	助けられる人から助ける人になる「ひなんくんれんゲーム」ワークショップ 厳冬期防災対策「アウトドアの技術で冬季訓練は楽しくなる！」 避難所のすべて教えます～感染症対策から欧米の避難所（スフィア基準）まで
386	ワタナベ いちこ 渡辺 いちこ	ビジネス・スキルアップ	1～20名	応相談	必要	ビジネスマナーの基本 心地よい電話対応をロールプレイングで
385	オクダ ケイコ 奥田 圭子	文化・歴史	30名まで	応相談	不要	楽しく歌おう！日本の歌、世界の歌
384	テンバ お転婆スウ/ グランマスウ	自己実現	10名まで	応相談	市外のみ 必要	誰でもできる！「創作玉すだれ」でボランティア
383	タケウチ ミホ 竹内 美帆	文化・歴史	100名まで	応相談	必要	文化としての漫画の現在
382	フジタ カズヤ 藤田 和也	生活・消費	15名まで	なし	不要	ご存じですか？認知症の実態 最近話題の終活って何 知ってトクする生命保険豆知識 社会保障セミナー がん治療とお金のはなし iDeCo、NISA入門セミナー
381	ニワ ナナミ 丹羽 千浪	スポーツ・健康	上限なし	応相談	必要	大人のためのやさしいジャズダンス
378	マツナミ マコ 松波 真子	消費・生活	12名まで	10,000円 別途教材費	必要	初めてのコーヒー焙煎～お家で簡単焙りたてコーヒー～

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
377	ハスママ ヨシハル 蓮沼 良晴	コンピューター	1～10名	応相談	必要	初心者向け Unityプログラム 初心者向け 動画制作講座 初心者向け 3DCG講座 初心者向け Zbrush講座
376	ナツ 奈都	アート	10名程度	応相談 (別途材料費約 1,000円)	必要	きれいに造れるつまみ細工基礎講座
375	モリタ ジュン 森田 淳	生活・消費	上限なし	10,000円～	必要	司法書士・社会福祉士が分かりやすく解説する、成年後見制度、遺言書、相続のしくみ 障がいのある子のいるご家庭が知っておくべき制度解説
374	スミ 鷺見 かおり	福祉・医療 スポーツ・健康 自己実現 生活・消費	50名まで (クラフト作成 は10名まで)	2,000円 (応相談) クラフト作成は 別途材料費人数 ×500円	必要	今日からはじめるエッセンシャルオイルのある暮らし ママとキッスのためのアロマセラピー 全ての働く人へおくるアロマ活用法 ペットと楽しむアロマケア 介護に役立つアロマセラピー
373	ホリグチ トモヒロ 堀口 恭弘	子ども・家族 福祉・医療 スポーツ・健康	上限なし	10,000円～ (応相談)	必要	はじめての薬膳 楽しく学ぼうからだのツボ 女性と冷え～東洋医学～ 健康に役立つ漢方・薬膳・ツボのお話 東洋医学的自己分析 東洋医学講座
372	オйкаワ ケンイチ 及川 賢一	環境 生活・消費	30名まで	なし	必要	省エネによる地球温暖化防止活動 電気料金削減提案
371	カトウ だいごう 加藤 だいごう	スポーツ・健康	20名まで	応相談	必要	「そろばん式脳トレーニング®」講座
370	ヤマグチ テツヤ 山口 哲也	スポーツ・健康	50名まで	応相談	必要	見た目が引き締まる、姿勢が良くなる、体が軽くなるエクササイズ&ストレッチ
366	イマムラ ミカ 今村 美香	文化・歴史 ビジネス・スキルアップ 生活・消費	上限なし	20,000円～	必要	脳も見た目も若々しく！いつまでも輝く色の活用法 魅力を高める色の力！印象アップセミナー コミュニケーションを円滑にする色彩心理術
365	アロマ スタイリス ミカ Aroma stylist Mika	子ども・家族 福祉・医療 生活・消費	上限なし	応相談	必要	アロマの香り&クラフトレッスン アロマでセルフケアor家族ケア 子ども(親子)簡単アロマ体験 香書を学ぶ、香りのマナー

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
361	サトウ 佐藤 ちひろ	子ども・家族科学	30名 オンラインは90回線まで	5,000円(内容によって変動)	必要	理科実験教室
360	コデラ 古寺 健吾	スポーツ・健康	10～15名	5,000円	不要	転倒＆ロコモ予防講座
358	ツナシマ 綱島 ヨウイチ 洋一	自己実現	10名まで	なし	必要	語り継ぐ「自分史」作り～書き方のコツ、教えます～
357	スズキ 鈴木	文化・歴史	20名まで	応相談	必要	マイケル・ジャクソンの伝説エピソードとムーンウォーク解説
355	ミヤヅカ 宮塚 ヨシト 義人	文化・歴史	100名まで	応相談	不要	～気候変動・自然災害から紐解く～北海道の古代史
354	タカノ 高野 ノリヤス 紀康	生活・消費	20名まで	応相談	必要	～温泉経営の経験者が語る～北海道温泉の楽しみ方を見つけよう
353	タカダ 高田 サオリ 沙織	スポーツ・健康	上限なし	5,000円/時間 (応相談)	必要	～伸ばしてゆるめて筋力UP～ゆっくり簡単リンパストレッチ
352	スズキ 鈴木 ヒロミ 宏美	技能	10名まで	応相談 材料費実費	必要	気軽に楽しむ北欧の刺繍 初めて楽しむ北欧の刺しゅう 初めてのフランス白糸刺しゅう
350	タグリ 田尻 トシノリ 敏憲	環境	上限なし	3,000～ 5,000円/回	必要	食品ロス削減と地域社会を考える
347	タウミ 田海 ショウホ 秀穂	文化・歴史	10名まで	応相談	必要	幕末日本の人物像

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
346	スギウラ ケイコ 杉浦 圭子	アート 子ども・家族 技能	手縫い5～15名 ミシン4～8名	500～6,000円 (応相談)	必要	簡単ハンドメイド「まんまるスタイを作ろう」 ふわふわかわいい！「フェルトのケーキ」を作ろう 自分のミシンで！簡単「ファスナー付きポーチ」を作ろう 自分のミシンで！本格的「帆布のトートバッグ」を作ろう
345	ミノヤ トモエ 養谷 朋恵	アート	15名まで (それ以上は応 相談)	応相談 教材費あり	必要	パステルとアート
338	タニ谷 あつこ	生活・消費	20名まで	6,000円/90分	不要	～いまさら聞けない～大人のメイクレッスン
336	スギヤマ ヨウヤ 杉山 侑也	スポーツ・健康 子ども・家族	15名まで (応相談)	5,000円	不要	日常生活からポッコリお腹解消！ 足が速くなる！体育心スポーツ教室 楽しく運動！障がいを持つ子どもの運動教室 腰痛・ひざ痛が改善する！健生心フィットネス教室
331	ヤマウチ トシユキ 山内 敏幸	文化・歴史	30名まで	応相談	必要	ポール・マッカートニーの魅力～楽曲を聴いてその才能に迫る～ ザ・ビートルズの軌跡 ～世界を席巻した4人の天才の活動とその魅力を辿る～
330	ミスグチ マサオ 水口 昌夫	コンピュータ	20名まで	5,000円～ (応相談、別途 教材費)	必要	スマホを使った縦動画撮影やAI編集アプリの説明と実践
329	ナカヒガシ エイコ 中東 栄子	ビジネス・スキ ルアップ 自己実現 文化・歴史 総合	上限なし	応相談	必要	ポジティブな話し方教室 朗読講座 ハワイの神話・歴史・文化を通して考え方を学ぶ講座 エッセイ講座 対話型鑑賞心理講座
328	シモエダ ヒロアキ 下枝 広明	文化・歴史	40名まで	応相談	必要	最新テクノロジーで迫る日本古代史～ドローン・電子地図・動画を用 いて～ パソコン・スマホ教室
326	ミズシマ カナコ 水嶋 加奈子	人権・論理	上限なし	応相談	必要	性同一性障害から性別不合へ 性別不合の医療、福祉 性の多様性について LGBT全般 SDGsの中のSOGIについて
324	つ～	生活・消費	上限なし	応相談 材料費500～ 1,000円程度	必要	お正月用しめ飾り制作 クリスマスリース制作

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
321	オカザキ マサコ 岡崎 真佐子	スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	症状別改善体操背骨コンディショニング～症状とはさよなら～
320	シマ ユキコ 志摩 柚生子	福祉・医療 生活・消費 スポーツ・健康	20名まで	応相談 別途材料費	必要	アロマ空間デザインの講座 オリジナルブレンドレッスン アロマを使った香りのレッスン ストレスマネジメントとアロマセラピー講座
318	ノムラ ナオキ 野村 直樹	生活・消費	20名まで	応相談	不要	カードを使って楽しく終活について学ぼう～ハッピーエンディングカード～
316	モシ イズミ 岸 泉	自己実現	応相談	応相談	必要	色彩自然学 色とところのワークショップ～私らしく生きるために～
315	カンハラ ユカ 樫原 由夏	アート	応相談	応相談	必要	いま、絵手紙～手書きの魅力～ そうだ。絵手紙始めよう。 認知症予防は絵手紙で
314	ワキサキ イクエ 脇崎 郁恵	生活・消費	15名まで	5,000円～	不要	はじめてのはちみつ講座～食べて！使って！驚きパワー！～
313	ナカムラ ジョンコ 中村 純子	生活・消費	30名まで	応相談	不要	ふと迷う、日常のマナー～冠婚葬祭や日常生活で迷うことがなくなります～
312	クスマ モトオ 久須美 元男	自己実現 環境	100名まで	応相談	不要	はじめての性格分析入門～わかると人間関係が楽になる～ 家庭の省エネ
311	ナカムラ ちえみ 中村 ちえみ	生活・消費	10名まで	応相談	不要	温もりのリフレクソロジー～暮らしに生かせる 触れる癒し術～
307	モリタ モト 森田 素	スポーツ・健康	30名まで	応相談	不要	～ふわゆる姿勢改善教室～本来持っている健康とキレイに導く

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センター メディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
303	ミキ サオリ 三木 沙織 (カラーさおりん)	生活・消費 アート 自己実現	50名程度 (応相談)	応相談	必要	似合う色で顔が輝くパーソナルカラー講座 似合う服でスタイルアップ骨格診断講座 似合う色でつくる簡単手作りコスメ講座 親子で描くアートセラピー講座
301	コマツ エリ 小松 絵里	ビジネス・スキルアップ	上限なし	応相談 (ソーシャルマナー認定講座は定額)	不要	履歴書に書けるソーシャルマナー認定講座(2級・3級) ビジネスマナー講座 接客マナー講座 新入社員向けビジネスマナーの基本講座 中学生・高校生のためのマナー講座
298	スギモト コズエ 杉本 梢	福祉・医療 子ども・家族	上限なし	応相談 ※学校の場合は謝礼金辞退	不要	障害を正しく知る体験教室 発達障害を知ろう 視覚障害を知ろう 障害者雇用について
297	もりもと ゆうこ	コンピュータ	上限なし	応相談	必要	「ゆうこ先生のスマホ教室」基礎～応用、旅スマホ～もつと旅行を楽しむ～ シニアのためのスマホ活用、災害時のスマホ活用 ネットリテラシーについて、格安スマホへの乗り換え方 データ移行・クラウドサービスについて SNS(LINE/X/instagram/Facebook)について スマホを利用したキャッシュレスについて スマホ特殊詐欺講座 AI(人工知能)について
296	イワカミ リエ 岩上 理恵	アート	15名まで	応相談	不要	クレイクラフト 樹脂粘土で作品を作ろう
294	コガワ アユミ 古川 亜優美	スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	津軽弁で楽しく笑って若返り体操
288	オノデラ さゆみ 小野寺 さゆみ	起業 福祉・医療 生活・消費	100名まで	応相談	必要	70歳からの終の住処の選び方 介護サービス事業所の選び方 成年後見制度を学ぶ 福祉事業起業
287	カミヤマ ジョニーチ 上山 純一	スポーツ・健康	100名まで	応相談	必要	体軸トレーニングで心身を整える！～各自に適した調整と運動を～
286	ホリキ リエ 堀木 理恵	スポーツ・健康	100名まで	応相談	不要	笑いヨガ

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
278	フカサギ メグミ 若杉 恵	生活・消費	30名まで	応相談	必要	50代からの家計見直し・節約上手～老後を楽しむために今できること～
273	コワノ ヨシオ 河野 至緒	文化・歴史	上限なし	応相談	必要	教科書で学べない歴史と人物～因縁の日露近代史～ 北海道開拓の光と陰～近代日本の実相～
272	サイトウ コトオ 齋藤 應	生活・消費	20～30名	応相談	不要	老いてこそ多趣味のススメ（講話形式）
266	オオダキ モトノリ 大関 元規	コンピュータ	1名以上	1,500円/時間	不要	Zoomによるオンライン個人教授（ExcelかAccess）
264	ハヤシ ミカ 林 美香	技能	15名まで	5,000円/回 別途材料費 1,100円～	不要	フラワーハーバリウムを作ってみよう BOXフラワーを作ってみよう
260	ヒシカタ コキ 土方 夕暉	生活・消費	応相談	応相談	必要	腸活・免疫力UPのための発酵講座 味噌づくり講座 塩麴・しょう油麴づくり講座 その他、発酵をテーマとした講演会なども可
258	ヒラフキ ユウコ 平吹 祐子	アート	20名まで	応相談	必要	ポイトレで心も体も喉も健康に！～楽しく歌う懐かしい曲～
252	アイハラ マサト 相原 真人	コンピュータ	20名まで	応相談	必要	自分の機種で学べる ふれて楽しむスマホ&タブレット
244	マサキ ユウコ 正木 優子	生活・消費	20名まで	応相談	不要	コントラクトブリッジ入門～トランプでの頭の体操～
243	メヤ シノブ 目谷 忍	国際理解・世界	20名まで	応相談	不要	楽々 はじめての韓国語～文字の仕組みからあいさつまで～

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
242	北野 イリエ イリエ	文化・歴史	応相談	5,000円	不要	スクリーンの中の鉄道風景 アメリカ映画でたどる全米50州 旅の本。18冊の世界周遊 怖い歌。唱歌・童謡に隠された歴史の影
240	コバヤシ 小林 えりか	スポーツ・健康	20名まで	なし	応相談	にっこり笑顔でハワイアンダンス
232	タキ SATO サトウ	自己実現 国際理解・世界 文化・歴史	40名まで	応相談 教材費がかかる 場合あり	必要	おもてなし英会話 北海道観光英語入門 日本語と英語で模擬観光案内～「北海道の食と観光」を中心に～
231	トガシ 富樫 ちはる	自己実現 子ども・家族	20名まで	10,000円	必要	発達凹凸の子を楽しく育てる～ペアレントトレーニング～ 自己肯定感を育てる～宝物ファイルを作ろう！～
230	チカイ 近井 健治	文化・歴史	40名まで	10,000円	不要	ペリー提督らが見た幕末日本～機密報告書、直筆日記を読み解く～
221	ナイキ 内記 アキラ 章	ビジネス・スキ ルアップ	30名まで (応相談)	5,000円～ (応相談)	必要	音楽業界こぼれ話～ヒット曲の秘密を探る～ 北の音楽事情 ヒット・チャートを探る など 輝いていた80年代音楽シーンについて
220	ナイキ 内記 ノリコ 規子	総合	20名まで (応相談)	5,000円～ (応相談)	必要	エッセー教室 文章教室
218	ササヤマ 笹山 ユカ 愉香	子ども・家族 スポーツ・健康	応相談	応相談	不要	赤ちゃん絵本 読み聞かせのコツおしえます 子どもを本好きにするためには 体が硬い人のためのヨガ 楽しいヨガ・初めてのヨガ
217	ヤマモト 山本 カオリ 花緒里	自己実現 子ども・家族	30名まで	5,000円～ 別途教材費	必要	色に聴けば自分ができる色彩心理（カラーセラピー）
208	フルモト 古本 ナオキ 尚樹	まちづくり ボランティア 福祉・医療 スポーツ・健康	上限なし	応相談	必要	地域の防災 地域の安心・安全（防犯対策） 健康について学ぶ 災害からの復興から学ぶ

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センター メディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
207	タカタマ 高玉 賢一	スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	ボールルームダンス（社交ダンス）
206	タカタマ 高玉 美紀	スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	ボールルームダンス（社交ダンス） かんたんエクササイズ・シェイプアップ
205	ナカタ 中田 光治	スキルアップ （まちづくり）	20名まで	応相談	必要	防災士が学ぶべき内容！
185	ミズモリ 皆森 恵子	スポーツ・健康	50名まで	5,000円～	必要	指ヨガでリラックス！～心もからだもボカボカに～
183	カワグチ 川口 マナミ 真奈美	福祉・医療	100名まで	10,000円/ 2時間 （応相談）	不要	懐かしい歌で脳トレ・ボイトレ・オーラルフレイル予防 ※ オーラルフレイルは「口腔機能低下」の意味です。
181	キシ 岸 ハルエ 春江	ボランティア 子ども・家族 福祉・医療	応相談	応相談	必要	「絵本」で子育て 「絵本ボランティア」養成講座 ゲーム・スマホとの付き合い方 「絵本」で道徳
177	エグチ 江口 フミアキ 文明	ビジネス・スキル アップ	20名程度	応相談 教材費1人あたり 600円	不要	コーチング～自ら考え、行動するためのコミュニケーションポイント～
175	キタムラ 北村 キヨミ 清美	国際理解・世界	20名まで	4,000円	必要	イタリア語入門講座・旅行会話で学ぶ
170	オグラ 小倉 マカナ	子ども・家族 アート 環境 生活・消費	30名まで	5,000円～	不要	今日からはじめるふろしき活用術 もしもの時に役立つ防災ふろしき講座 目からウロコの子育てふろしき活用術 ふろしきアートワークショップ ごみ減量講座～不要になった布を使ってふろしきを作ろう
166	ヨシカワ 吉川 ムツミ 睦美	アート	20名まで	応相談 講座料5,000円 材料費500円/人	必要	初めてさんの「バステル和（なごみ）アート」 心にやさしい「バステル和（なごみ）アート」

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
163	コイズミ スミヨ 小泉 純代	スポーツ・健康	10名まで	5,000円	不要	ゆるゆるストレッチ（シニア） キッズダンス（園児～小学生） 大人のジャズダンス
162	ナカヤマ カズオ 中山 和夫	コンピュータ	10～15名	1,200円/時間	必要	「デジタル遺品」の賢い管理とデータ保存法
161	オオタ シノブ 太田 至信	ビジネス・スキルアップ	15名まで	15,000円～	必要	小さな会社・お店から大規模法人まで幅広く対応 後継者問題を解決！事業承継とM&A
155	タケコシ 竹腰 みはる	生活・消費 子ども・家族	10名まで	応相談	必要	生前整理アドバイザー2級認定講座 物・心・情報をスッキリ 生前整理ショート講座 コミュニケーションのとり方を色で視覚化 対人関係の対処法カラーメンタリング
154	ヒロセ ユウスケ 広瀬 佑介	国際理解・世界	上限なし	応相談	必要	タイ語入門 タイ語会話入門 タイ文字入門
147	カワムラ 川村 ゆりか	スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	脱力による護身・健身 新武道・空体道入門
144	ハバ ミキ 馬場 美紀	技能	10名まで	応相談 別途材料費（作品により変動）	必要	はじめてでも作れるビーズのアクセサリ～工具の使い方、テクニックを基礎から学ぶ～
140	カトウ サワコ 加藤 紗和子	技能	10名	応相談 受講料、材料費	必要	伝統的なイギリスの生花、ウェディングブーケ、プリザーブド&ドライ、ハーブ&スパイス、アートフラワーarrangementで日々の生活を豊かに！
138	ヨシダ ユウコ 吉田 ゆう子	スポーツ・健康	30名まで	1時間4,000円 2時間6,000円	不要	ゆうゆう体操（有酸素運動＋筋トレ＋脳トレ＋ストレッチ） ノルディックウォーキング実践指導 正しい歩き方実践指導 フレイルサポーター
127	タカハシ サトル 高橋 悟	文化・歴史	60名まで	応相談	不要	札幌歴史探訪～大通公園や中島公園などの誕生や変遷から、札幌の歴史を紹介～

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
121	サナダ ナツコ 真田 奈月子	コンピュータ	15名まで	2,000円/時間	必要	パソコン講座
102	ナカムラ イクヨ 中村 郁代	技能	30名まで	5,000円 教材費2,400円	不要	フラワーアレンジメント（生花） 活け花（生花） プリザーブトアートフラワー（造花）
97	サトウ ジュイチ 佐藤 寿一	アート	応相談	応相談 教材費1,100円	不要	クラシックギターの基礎講座
88	カザシ ツヨシ 嘉指 毅	文化・歴史 スポーツ・健康	上限なし	3,000～5,000 円程度	必要	時計台の“おもしろ”（①時計台ものがたり ②時計台の謎・ふしぎ） 札幌地下鉄「よもやま話」（ゴムタイヤ地下鉄誕生の苦悩と秘話） 体幹ストレッチで快適生活 正しいラジオ体操講座 若さを保つ生活習慣（ロコモを予防し快適生活） 70代から大切な体操・筋トレ
86	タカノ アキコ 高野 明子	技能 子ども・家族 福祉・医療	20名まで	応相談	必要	スイーツ風ラッピング ベビーライフクラス 食育・健康づくりセミナー
82	イシダ カズコ 石田 和子 （イボラニオマ イレ石田）	スポーツ・健康	20名まで	応相談	必要	基礎から学べるフラダンス入門
80	ナカジマ マサミ 中嶋 正実	福祉・医療	10名まで	500円程度 資料代300円程 度	必要	身近な『こころの健康の問題：うつ病・認知症・発達障害など』について一緒に学ぼう～事例問題や討論を通じて理解を深めよう～
78	コシカ テルヨ 小鹿 照世	国際理解・世界	15名まで	応相談	必要	韓国語ははじめの一歩～基本文字ハングルをマスターしよう～
77	ヌノ メグミ 布 恵	生活・消費	20名まで	20,000円 教材費600円	必要	四季折々の薬膳ご飯～調理とその効能～ 風味豊かな台湾茶を愉しもう
69	タケダ シンイチ 竹田 慎一	コンピュータ	25名まで	3,000円～/時間 別途資料代	必要	ワードでいろいろ製作しましょう 他にエクセル、インターネット、デジカメも可能 ワード・エクセル基礎講座 仕事に使えるワード・エクセル講座

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
68	千葉 京子 (マ) ア・オ・マル千葉)	スポーツ・健康	30名まで	10,000円	必要	はじめてのフラダンス ※フリースカート、汗ふきタオル、飲み物が必要
45	船場 忠昭 フナバ タダアキ	総合	20名まで	応相談	必要	やさしいマジック講座 ※カード等の材料を用意する場合は実費
43	佐藤 光男 サトウ ミツオ	アート スポーツ・健康	200名まで	5,000円	必要	ピンピンコロリ運動と笑い、オカリナで元気に！
40	熊井 芳美 クマイ ヨシミ	アート	2～12名程度	応相談	必要	小さなハーブを弾いてみましょう
38	近藤 文子 コンドウ アヤコ	スポーツ・健康	30名まで	3,000円～ 5,000円/月	不要	バレエサークル リーフレットミューズ
36	多田 昌代 タダ マサヨ	技能	14名まで	2,500円 (材料費、焼成代含む)	不要	やきものづくりに挑戦しよう！（陶芸） ※「手びねり体験」 ※予算に応じて対応可能
30	加藤 青園 カトウ セイエン	アート	20名まで	応相談 別途教材費	必要	青園書道サークル 彩り字手紙
26	浅井 康曠 アサイ ヤスヒロ	アート	20名まで	食事代程度 材料費400円	必要	墨彩画
19	前田 景介 マエダ ケイスケ	生活・消費	応相談	10,000～ 20,000円 材料費500円	必要	「遺言書の書き方」講座（2時間） 「相続手続きの進め方」講座（約1時間） ※1回完結型講座
18	北見 加代子 キタミ カヨコ	スポーツ・健康	50名まで	応相談	不要	楽しみながら健康づくり らくらく3B体操

ちえりあ市民講師バンク 講師一覧 (令和8年7月更新 登録者241名)

「ちえりあ市民講師バンク」は、あなたが企画した催しにピッタリの講師をご紹介しますシステムです。
講師には、さっぽろ市民カレッジ講師など知識や経験が豊富な方々が登録中。お気軽にご相談ください。

【お問い合わせ先】
札幌市生涯学習センターメディアプラザ
学習相談担当 TEL011-671-2112

お問い合わせ番号	氏名	登録ジャンル	人数	謝礼金など	交通費	主な講座名など
17	ヒラヤナギ マリコ 平柳 麻里子	スポーツ・健康	30名まで	応相談	必要	毎日続けたい!さあ!みんなでストレッチ&ヒットポップスでリズムダンス!
14	モリヤマ ユウゴ 森山 祐吾	文化・歴史	30～50名	応相談	不要	北の歴史塾・北海道史を学ぶ会 北の歴史探訪 明治・江戸から現代までの北海道の歴史全般
2	コシサカ ヒサオ 越坂 久雄	アート	10名まで	30,000円 教材費1,500 ～2,500円	必要	篆刻(てんこく、印章の作成)