

いばらきスクールサポート 登録講座一覧

※ 講師都合などにより内容が変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

令和7年4月11日更新

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
国語												
1	幼・小・中 保護者	国語 総合	朗読 読み聞かせ ボイストレーニング	1	朗読・読み聞かせ・ボイストレーニング・朗読コンサート（発声・腹式呼吸・滑舌・発音・基本文の読み方・詩・小説・絵本・紙芝居等の読み方）を行います。	10,000円 ～	無	朗読コンサート 有	無	応談	全域	随時
2	幼・小・中 保護者	国語 総合 家庭教育	朗読パーク！ ～声に出して読む魅力発見～	2	朗読することで、文学作品の楽しさやおもしろさをより深く味わうとともに、読書に親しむ心を高めます。保護者向けに「読み聴かせから学ぶ親子コミュニケーション」の講座も実施します。	応談	応談	必要に応じて	無	100名程度 まで可	全域	随時 （要相談）
3	幼・小・中 保護者	国語 総合	朗読パーク！ ～声と音の世界～	2	朗読と音響の相乗効果により、文学作品の楽しさやおもしろさをより深く味わい、想像力を養います。また、読書に親しむ心を高めます。音楽のリズムに乗せた発声トレーニング等も実施します。親子講座にも対応します。	応談	応談	必要に応じて	無	100名程度 まで可	全域	随時 （要相談）
4	小・中	国語 総合	古典文学を朗読で読み深める	2	朗読表現により、古典文学作品をより深く味わうとともに、古典に親しむ心を高めます。	応談	応談	必要に 応じて	無	100名程度 まで可	全域	随時 （要相談）
5	幼・小・中 保護者	国語 総合	読み聞かせ・紙芝居・朗読・ 語り	4	絵本の読み聞かせ・紙芝居・朗読・語りの口演や体験型講座、またそれらについての講話（例：さまざまな場面における読み聞かせの具体的な方法や選書等について）などから、対象に応じてプログラムを組みます。リズム遊び等も組み入れることもできます。	応談	要	無	無	応談	全域	随時
社会												
6	小・中	社会	埋蔵文化財調査センターの見 学など	5	〈公益財団法人ひたちなか市生活・文化・スポーツ公社〉 ひたちなか市埋蔵文化財調査センターの標本陳列室での土器や石器の見学、ビデオによるひたちなか市の遺跡の紹介、センター近隣の虎塚古墳や十五郎穴横穴墓群の見学ができます。小学生の対象は3～6年生です。	無	受講者 現地集合	無	無	応談	県央	火～金
7	小・中 保護者	社会 総合	南極講話	6	〈日立南極08会〉 日本南極観測隊員の経験談（南極の自然・環境・基地での生活の様子など）をお話します。また、防寒具の試着、南極の石やパネルの展示などを行います。小学生の対象は4～6年生です。	無	応談	プロジェク ター・スクリー ン	無	応談	県央 県北	随時
8	小・中 保護者	社会 総合	金融経済教育	7	〈野村證券株式会社〉 金融・経済の仕組みや社会の流れを、ゲームなどをとおしてわかりやすく、体験的に学習できるプログラムです（対象：小学3～6年生）。また、中学生向けには課題の発見と解決に向けて主体的・協働的に学ぶ「アクティブラーニング」型プログラムで投資について学びます。	無	無	無	無	応談	全域	随時
9	小	社会 技術 総合 その他	コマツ工場見学	8	〈コマツ茨城工場〉 コマツ茨城工場の概要紹介と工場内見学を行い、建設鉱山機械の製造工程と働く場所を紹介します。工場見学のお問い合わせは、ひたちなかインフォメーションセンターまでお願いいたします。	無	受講者 現地集合	無	無	応談	全域	平日
10	幼・小・中 保護者	社会 生活 総合	環境劇 「白雪姫のりんご」	9	〈ワネルス・エコ・ひたちなか〉 身近な環境問題について劇でわかりやすく伝え、いのちや健康、自然環境を守るにはどうしたらよいか、共に考えます。時間・具体的内容については、希望にあわせて実施します。	無	応談	マイク等必要に 応じて	無	応談	全域	応談
11	幼・小 保護者	社会 生活	エコ体験	10	〈茨城県生活学校連絡会〉 地球温暖化防止やCO ₂ 削減のために自分たちでできることから始めましょう。牛乳パックでつくる「からくり絵本づくり」、廃油などを活用した「キャンドルづくり」など、様々なリサイクル品をつくることで、ものを大切にすることを学び、再生する喜びを実感できる講座です。	応談	要	有	1人100 ～200円	30名程 度	全域	随時
12	小・中 保護者	社会 生活 図工 総合	地球温暖化、このままではい いの？	11	〈NPO法人 エコレン〉 世界各地で起きている災害級の気候変動の要因と考えられる「地球温暖化について」その原因や将来の予測、防止策について映像やクイズを交えて最新情報を分かりやすく教えます。また、講話内容に関連したクラブ活動も行います。小学生の対象は4年生～6年生です。※2023年度は37校で実施	応談	応談	必要に応じて	1人200 円程度	応談(20 ～ 150名程 度)	全域	随時
13	中 保護者	社会 総合	地元の歴史文化を知ろう ～身近にある幻の霊場～	12	江戸時代、水戸藩内では33の観音霊場が制定されましたが、明治期には半分以上が廃寺になりました。幕末の動乱期に貴重な資料が失われもりましたが、近年全貌が明らかになっています。庶民の生活がいかに信仰と結びついてきたかを知り、貴重な歴史遺産を学習します。（NHKで1年間放送されました。）	応談	要	プロジェク ター・スクリー ン	無	応談	全域	随時
14	幼・小	社会 家庭 総合	環境教室	13	〈いばらきコープ生活協同組合〉 リサイクル品を使って、資源が有効活用できることを体験します。 ①牛乳パックをリサイクル～紙すきで「はがき」を作ろう～ ②リサイクルについて学ぶ エコすごろくゲーム ③森ってすごい！間伐材でお箸を作ろう	3,000～ 5,000円	無	無	無	5～ 20名	全域	随時 （50日 前までに申 込）
15	幼・小・中 保護者	社会 家庭 総合	減災教室	13	〈いばらきコープ生活協同組合〉 地震や津波、台風、洪水などの自然災害の被害を少しでも軽減させるための「心構え」や「備え」をクイズやカードゲームなどで学びます。 ①こんなときどうする…み、水がない！（断水編） ②非常持ち出し袋に何を入れる？ ③災害に強い地域作り「マップシミュレーション」 ④コープの減災「基本のキ」	3,000～ 5,000円	無	無	無	5～ 20名	全域	随時 （50日 前までに申 込）

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日	
31	幼・小・中・高 保護者	道徳 生活 総合 家庭教育	礼儀作法(マナー)	24	<公益社団法人 全日本きものコンサルタント協会認定 装道 礼法きもの学院認可分院 いづみ礼法きもの学院> 五節句、年末年始のしきたり等日本の伝統行事や文化、また、 美しい立居振る舞い、お辞儀と挨拶、訪問と応接、食事作法な ど、日常生活の中での基本的な作法を学び、相手を敬う心・尊 敬する心・感謝の心を培います。	応談	応談	内容に 応じて	無	応談	全域	応談	
32	小・中 保護者	道徳 総合 家庭教育	心踊る心ストレッチ	26	<株式会社Dance&Family Fun Space H・A・G> 子どもたちへ心まる見えな授業を行います。 ダンスの経験から、心踊る言葉、心踊る人、夢を叶えた私から 学校のニーズに合わせ話します。(出産、いじめ、経営者、ダ ンサー)心踊る時間をお届けします。座って踊れるダンスも提 供します。	7,000円	3,000円	音響・マイク	無	応談	全域	応談	
33	幼・小・中 保護者	道徳 生活 総合 家庭教育	みんなでつくろう!茨城しぐ さ	3	<NPO法人 ひと・まちねっとわーく> 人は、他人への気配り、思いやり、心配りが大切です。「茨城 しぐさ」とは楽しい家庭、学校、地域などにするために守りたい 「マナー」のことです。子どもから大人まで、思いやりの心 を伝える出前講座や講演会を実施します。	応談	応談	プロジェク ター・スクリー ン・ P C・ マイク	無	応談	全域	随時	
34	幼・小・中・高 大・保護者	道徳	いのちの授業	27	<NPO法人 いのちの教室> いじめ、不登校、自殺をなくす為、学校現場でのいのちの授業 をとおして、「命の大切さ、生きる意味、生きる価値」いのちの つぎを提供します。また、教員、PIA・地域の方々へのいのちの 講演も実施します。幼稚園・小学校・中学校・高等学校・特別 支援学校・大学と全ての学年への対応を図っています。	応談	無	P C・ プロジェク ター・ スクリーン等	無	応談	全域	随時	
35	小・中 保護者	道徳 技術 学級活動 総合	脱いじめ傍観者プログラム 「私たちの選択肢」	28	<スタンドバイ株式会社> クラスの雰囲気がいじめの発生に関わるという研究成果を元 に、子どもたちが「脱・傍観者」の視点に立ち、いじめの予防や 解決方法を話し合い、考えることを目的としております。ネッ トいじめについて描いたドラマ教材を視聴して、対話をしながら 進める授業です。 対象は小学5年生からです。	20,000円	要	プロジェク ター・スクリー ン・ 電源コード (大教室の場合 はマイク・ス ピーカー)	無	1クラ ス単 位(応 談)	全域	随時 (要相 談)	
36	中・高 保護者	生活	折形講座	30	日本歳時記、日本の四季、飾り物や道物などを包むその形式 武家から生まれた紙で包む文化	応談	要	筆記用具 ものさし ナイフ	3,000円	5~10人	県央	随時	
37	小・中・高 保護者	道徳 国語 生活 音楽 美術 総合	いのちのコンサート ~動物とピアノから感じる命 のぬくもり~	31	<大塚美由紀ピアノ教室> 言葉だけでは伝わらないことが、音楽の力で伝わることもある 「命の授業」。捨てられた犬猫を迎えて看取った自身の体験を もとに制作したオリジナル絵本とオリジナルフォトエッセイの スライド投影を、あたたかい優しい音色と鮮やかなピアノ演奏 にのせて、子どもたちに命の大切さを伝えます。捨て犬や捨て 猫が生まれなくなるような人にも動物にも優しい社会を子ども たちといっしょに目指すコンサートです。	無	無	グランドピ アノ・スクリー ン・プロジェク ター・マイク等	無	応談	全域	随時	
音楽													
38	幼・小・中・高 保護者	音楽	音楽講座	32	生演奏によるジャズ音楽の楽しさを知る。	応談	応談	必要に 応じて	無	応談	全域	随時	
39	園児・小学 生・中・高 その他 (介護予防 65歳~)	音楽	音楽療法に関する講座	33	<茨城音楽専門学校> 講話・レクリエーション・音楽療法・療育・介護予防の方法などの指導を 行います。	応談 7,000円~	応談	必要に 応じて	無	応談	全域	月~金	
40	幼・小・中 保護者	音楽 国語 社会 道徳 総合	視覚障がい者による フルートとギターのコンサ ート	21	フルートとギターの生の楽器の音を子供たちに聴いてほしいと 思っています。子供たちが知っている曲を演奏します。また、 点字のこと、盲導犬のこと、日常生活で工夫していること や、視覚障がいについてみなさんにとっておいてほしいことな どを、内容に関連するオリジナル曲の演奏とともに話します。 小学4年生の福祉体験授業等に招かれること多数。	応談	応談	スタンドマイク 等	無	何名 でも	全域	随時	
41	小・中 保護者	音楽 総合	古典芸能に親しむ(大正琴)	34	大正琴は大正時代に日本人が発明した楽器です。大正琴に手を 触れ、その独特な音色から楽器への興味を引き出し、また演奏 体験を通し合奏の喜びや音を楽しむ心を養います。日本の美し い童謡唱歌、日本民謡、世界の音楽、ポピュラーなど、幅広い 音楽を御一緒に楽しみます。また、体験講座から生涯の趣味を みつけます。	10,000円 (助手込み)	謝金に含む	人数分 貸与 (無料)	楽器・ 本、返 送、荷 造り代	無	応談	応談	応談
42	幼・小 保護者	国語 音楽 総合	音楽とおはなし	34	生演奏をバックに、情景・言葉の表現等イメージを豊かにし、 日本語の美しさや言葉の響きを楽しみ、創造と感性を育てま す。	伴奏者込 20,000円	謝金に含む	必要に応じてプロ ジェクター等	無	応談	応談	応談	
43	小・中 保護者	音楽 総合	けんぼんハーモニカを楽し もう	34	けんぼんハーモニカ(ピアノ)の奏法を正しく学びます。基 本を体験し、ソロやアンサンブルを楽しみます。 さあ、あなたのマイレパートリーを見つけ、楽しみましょう。	伴奏者込 20,000円	謝金に含む	けんぼんハーモ ニカ	必要に 応じて	無	応談	応談	応談
44	幼・小・中 保護者	音楽 総合	吹奏楽 "みとびよ音楽隊"	35	<NPO法人 水戸こどもの劇場> ファミリーバンドの演奏を行います。年代にあわせた選 曲で音楽を楽しみます。幼児向けでは、手遊びやダンス曲も取り 入れています。(幼児同伴で参加するメンバーがいますので、 保育スペースの御用意をお願いします。)	無	5,000円	机・椅子 (人数分)	無	無	応談	県央	随時
45	小・中 保護者	音楽 総合	尺八の魅力	36	<琴古流尺八琴童会> 学校教育法の「日本の伝統文化の継承」に基づき、指導要領に 即した内容で音楽授業を行います。また、尺八の文化、歴史、 構造、音の出し方などをプロジェクターを用いて説明し実技を 行います。尺八・リコーダー・ピアノ等の合奏を共に楽しみま しょう。	10,000円	応談	プロジェク ター・スクリー ン	無	無	無	県南 県西	月~金

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応日
46	幼・小・中 保護者	音楽 総合	体がすべて楽器です！ 楽しいボディパーカッション	4	手拍子を打ったり、ひざやお腹を叩いたり…「ボディパーカッション」はその名の通り、体全体を打楽器にしてリズムを奏でる活動です。リズム遊びやアンサンブルづくりなど、楽譜が読めなくても、歌や楽器が苦手でも、誰でも音を楽しむことができます。読み聞かせや朗読を組み合わせたこともできます。	10,000円～ (応談)	要	無	無	応談	全域	随時
47	中・高	音楽	AIで音楽する	29	エレキギター、電子ピアノで音を作り、自己Bandをつくりまわす。コード入力で、ベース、ドラムが自動で決まります。3～4人バンドがつけれます。	無	無 (市内のみ)	メモリーカード	無	1人～ (応談)	県央	随時
図工・美術・技術												
48	幼・小・中 保護者	図工 美術	心を元気にするアート	37	〈あとさえ「ず～む」〉 水彩・アクリル・デッサンなどの絵画教室、染色、さわり織り、手ひねりの陶芸教室、粘土・牛乳パックなどを使ってクラフト工作を実施します。楽しくアートすることで心も身体も元気にされます。	10,000円 /1H (応談)	応談	画材等 必要に応じて	1人 1,000円 程度	応談	全域	応談
49	幼・小・中 保護者	図工 美術 総合	陶芸教室 ～土を素材にしたワーク ショップ～ 1 お絵描き陶笛 2 お絵描き陶風鈴 3 陶芸体験（自由制作） 4 陶芸体験（テーマ制作） 5 陶芸体験（陶板制作）	38	〈デリバリー陶芸教室 いちご寮〉 1. 素焼きのオカリナ（玩具）にアクリル絵の具で着色 2. 陶製の風鈴にアクリル絵の具で着色 3. 手ひねり 粘土800gで自由に粘土細工 4. 手ひねり 型を使い湯呑みや茶碗を制作 5. 表札や手形のタイル（17cm角）制作	体験者12名まで 7,000円 13名以上は 人数×600円	要	机・ 椅子	制作物 によって 1人 1,800円 ～	10名 から (応談)	全域	随時
50	小・中	図工 美術 技術 総合	楽しい木工教室	39	〈株式会社 村上工務店〉 様々な木工品（ファニチャーボックス、鉛筆立て、本棚、お箸など）を制作します。 小学生の対象は3～6年生です。 親子教室の場合は1・2年生でも対応します。	応談	応談	シート等	1人 500円～	応談	県央 県北	月～金
51	中	美術 特別活動	彩墨画	40	水墨画の基礎を学習し、四季に咲く花々を描きます。希望があれば、山水画を教えます。	応談	要	画材等	1人当 たり 500円	10～15 名 応談	全域	随時
52	小・中	図工 美術 総合	バルーンアートを楽しもう	41	バルーンアートで花や動物、キャラクターなどの作品を作り、その過程で物を造る楽しさ、喜びを感じてもらい、「生活の中の夢づくり」を体験し、工夫や創造性、美意識などのスキルをばぐくみます。 小学生の対象は3～6年生です。	無	要	はさみ 黒マジック など	1人 300円～	30～ 40名	全域	随時
53	幼・小・中 保護者	図工 美術 総合	風船で遊ぼう（バルーンアート）	42	バルーンアートを一緒に楽しみましょう。作って遊べる作品を中心に作成します。	応談	応談	無	応談	応談	全域	土・日 (平日 は 要相談)
54	中・高	音楽 美術	図形楽譜	29	五線譜などの定形化された記譜法を使用せずに、図形・文字・絵などを使って、聴いた音楽を自由に表現します。音楽を聴いて、その音を視覚化して表現する楽しさを伝えます。	無	要	有	無	30名 程度 (応談)	県央	随時
55	幼・小	図工 理科 生活	みんなでトライ！ ～科学遊び・季節の飾りづくり～	44	身近にあるものを使って、科学遊びやお正月・クリスマス等の季節のイベントに合わせた様々な工作を行います。色々なものに興味を持ち、探究心や思考力が育つよう働きかけます。みんなで楽しい時間を過ごしましょう。（スライム作り、浮沈子、クリスマス飾り、正月飾り、まゆだま飾り等）	5,000円	要 (距離に よる)	内容によって	応談	応談 (20名 程度)	県央 (水戸 市・笠 間市・ 小美玉 市)	応談 (夏休 みを 除く)
56	幼・小・中 保護者	図工 美術	タイルアートプレートを作ろう！	46	ひらがな、アルファベット、イラストや名前や好きな文字をプレートに貼り、回りをカラフルなモザイクタイルで装飾して色彩感覚やデザインを学びます。保護者と共同して作ることもできます。	無	要	新聞紙	1人 1,100円	応談	全域 (応談)	随時
57	小・中 保護者	図工・美 術・技術	ガラスアート職人体験 ～オリジナルグラス作り～	46	〈株式会社アートフィールド〉 工具（ルーター）を使って、ガラスのコップにイラストやお名前日付などを彫刻します。デザインする事とガラス職人体験が同時に学べます。	無	要	ハサミ・セロハンテープ	1人700 円～	40人ま で	全域	随時
58	小・中	図工	カスタムボールペン製作	94	〈イバラキジャンプ〉 ハンドメイドワークショップ。好きなパーツを組み合わせてオリジナルボールペンをつくろう。（パーツを選んでつけるだけの小さい字に簡単にできるワークショップです）	応談	要	無	1人 500円	30人 (応談)	全域	随時
59	小・中・ 高・保護者	図工	お絵描きワークショップ！オリジナル缶バッジ作り	94	〈イバラキジャンプ〉 好きな絵を描いて自分だけのオリジナル缶バッジを製作します。	応談	要	無	1人 100円	30人 (応談)	全域	随時
60	小（3～6年 生）	図工	初めてのバルーンアート	94	〈イバラキジャンプ〉 犬、剣、鉢巻などの簡単なバルーンアートを作ってみよう。	応談	要	無	1人 200円	応談	全域	随時
61	小学生	図工	オリジナルスイーツデコ製作	94	〈イバラキジャンプ〉 ハンドメイドワークショップ。スイーツデコで可愛いマグネットを作ろう。	応談	要	無	1人 100円	20人 (応談)	全域	随時
体育・保健												
62	幼・小	体育 総合	親子エアロビク	47	園児～小学生（1～3年生）親子で、触れ合いながら体を動かしてエアロビクを楽しみます。	応談	要	音響・ マイク	無	応談	県央 県南 県西	応談
63	小（高学 年） から一般	体育 総合	アスリートのトレーニング	47	エアロビク選手指導のスキルを活かして体幹、柔軟、バランス。俊敏性のトレーニングを音楽に合わせて行います。	応談	要 (遠方)	相談 (指導内容に よって)	無	少人数 から可	全域	応談

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
64	幼・小・中	体育総合	タグラグビー	90	〈茨城県タグラグビー普及育成委員会〉 タグラグビーは、ラグビーリーグを基にした、年少者・初心者向けの球技です。「タックル」の代わりに腰にマジックテープでとめた飾り紐である「タグ」を取ります。ルールも簡単なので、年齢や性別、経験にかかわらず楽しくプレイできます。	無	応談	無	無	応談	応談	応談
65	幼・小・中 保護者	体育総合	レクリエーション・スポーツを楽しもう!	91	〈茨城県レクリエーション協会〉 ダンスやゲームなどの、身体と心を楽しく動かすレクリエーション活動やニュースポーツの指導を行います。親子活動にも対応しています。	応談	謝金に含む	無	無	応談	全域	随時
66			廃止									
67	幼・小・中・高・保護者	体育音楽	ストリートダンス	49	ストリートダンス全般（HIP・HOP、LOCKDANCE含む）の指導や運動会・文化祭などイベントでの振り付け、またストレッチ・体幹トレーニングの指導等を行います。	5,000円	謝金に含む	無	無	150名程度まで可	県央 県北 (鹿行一部)	月～土
68	幼・小・中 保護者	体育総合 特別活動	ダンス教育 <ヒップホップダンス>	26	〈株式会社 Dance&Family Fun Space H. A. G〉 ヒップホップダンスの指導や運動会のダンス・お祭りのダンスのオリジナル振り付け等を行います。PTA活動や親子レクリエーションにも対応します。【LessonをQR画像で後日納品も可(料金別)】	7,000円	3,000円	ラジカセ 設備など	無	最多 200名	県央 県北	随時
69			廃止									
70	小・中 保護者	体育総合 特別活動	ダンススポーツ	51	〈茨城県ダンススポーツ連盟〉 ダンススポーツの講義と実技。 ダンススポーツの歴史と種目、リズム等についての解説と各種目の実技を体験学習します。	5,000円 ～	謝金に含む	運動靴またはダンスシューズ	無	応談	全域	随時
71			廃止									
72	幼・小・中	保健 家庭 総合学習	ヤクルト「おなか元気教室」	52	〈水戸ヤクルト販売株式会社〉 「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」をテーマにおなか(腸)の働きと良い生活習慣についてわかりやすくお伝えします。Zoomを使用したオンライン出前授業も受付中です。(感染状況によりオンライン実施をお願いする場合があります)	無	無	必要に応じて	無	応談	全域	日・祝 日 以外
73			廃止									
74			廃止									
75	小・中	保健 家庭 生活 総合	赤ちゃんが学校にやってくる! ～大切ないのちについて考えよう～	54	〈認定NPO法人 水戸こどもの劇場〉 赤ちゃんを運んだママ(パパ)が学校に向き、児童・生徒が直接赤ちゃんに触れあったり、ママ(パパ)に質問をするなどの経験を通して、『いのち』について考える機会とする講座です。 ※感染症の多い時期(主に、1～2月)は避けて御依頼ください。	1クラス 10,000円 (要応談)	謝金に含む	無	無	応談	県央 (他地域は 応談)	随時
76	高	保健 家庭	良い生活習慣と腸と免疫の関係	52	〈水戸ヤクルト販売株式会社〉 良い生活習慣を基準に個人の正しい食選択の知識と、腸と免疫について学び、病気に負けない身体づくりを応援します。Zoomを使用したオンライン出前授業も受付中です。(感染状況によりオンライン実施をお願いする場合があります)	無	無	必要に応じて	無	応談	全域	日・祝 日 以外
77			廃止									
78	幼・小	体育	たのしく姿勢改善	92	体幹トレーニングやコーディネーショントレーニングをもとに、カラダを楽しく動かして、気付いたら姿勢がよくなっている…。効果的かつ、みんな楽しくトレーニングを行います。	要 (5,000円)	無	必要に応じて	無	応談	県央	木・土
生活												
79	幼・小 中・高 保護者	家庭 生活 総合	心と体に潤いを! “魅力の日本茶”	55	・お茶の歴史を知る ・各種日本茶について ・おいしい煎茶の淹れ方 1、2、3と効能 ・生活スタイルにあったお茶選び	応談	要	おしぼり・ 懐紙	茶葉子 代 1人 400～ 700円 程度	応談	全域	随時
80	幼・小・中 保護者	家庭 生活 総合 特別活動	裏千家茶道	56	茶道の歴史は大切ですが、何よりもまず「一服」から始めます。美味しく、楽しく日本文化である「お茶」の素晴らしさを伝えます。	応談	応談	必要に応じて	内容による	応談	県央 県北	火・水 以外

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日	
81	幼・小・中 保護者	家庭生活 家庭教育 総合	食育教室「たべる、たいせつ」	13	くいはらきこーぷ生活協同組合 楽しく学んで、おいしくたべる「食育教室プログラム」です。 ①「季節がいっぱい！茨城の野菜の産地を訪ねよう」 ②野菜を知って元気なからだを作ろう！ ③「すがたをかえる大豆」 ④和食のすすめ&食育ゲーム ⑤地産地消～茨城をたべよう！&食育ゲーム～ ⑥食育は手から&食育ゲーム ⑦栄養満点ジュースを作ろう！&食育ゲーム ⑧魚をたべよう！ ⑨季節のプログラム Xmasバイツリーを作ろう！ ⑩こーぷのお店やイベントでの野菜販売体験 ⑪包丁研ぎ&魚のさばき方（大人向けプログラム） ⑫体にやさしいジュース作り（大人向けプログラム）	3,000～ 5,000円	無	無	無	無	応談	全域	随時 (50日 前まで に申込)
82	幼・小	家庭生活 総合	食育出前授業	57	〈生活協同組合バルシステム茨城 栃木〉 子どもたちの健やかな成長を願い、手づくりを基本とした食の大切さを伝え、感謝の気持ちを育み、食べ物を選ぶ力をつけるための食育活動を行います。紙芝居やパネルシアター等を使い、子どもたちに食べることの楽しさや好き嫌いをなくバランス良く食べる大切さなどを伝えます。 小学生の対象は1～4年生です。	無	無	テーブル・椅子・ホワイトボード等	無	無	無	全域	随時 (開催の 3ヶ月前 までに 申込)
83	小・中 保護者	家庭生活 総合 特別活動	楽しくソーイング (英国式洋裁)	58	〈ヒロコ ソフト ファニシング〉 日本との文化の違いについて学びながら、ランチョンマット・エプロン・バッグ・ポーチ・クッションカバー・テーブルクロスなどを、英国の伝統的な作り方で作製します。 小・中・高等学校の洋裁授業にも対応させていただきます。	応談	応談	必要に応じて	内容に応じて	無	全域	随時	
84	幼・小 中・高 保護者	家庭生活 総合	作ってみよう！アロマでセルフケア	84	いい香りでリラックスしながら、同時に健康増進したりスキンケア・ハウスケアに役立てられるメディカルアロマセラピー。体のしくみを学んだり香りの違いを体験しながらクラフト作りをします。作品はスプレー、ジェル、乳液、パウダー、石けん、リップ、ロールオン、入浴剤など。内容は、風邪ウィルス予防、ストレスケア、あせもや虫刺されなど季節の肌ケア、思春期のホルモンバランスや自律神経ケアなど、ご要望や対象に合わせて行います。	無	要	テーブル	550～ 2,000円	10～100 名程度	無	県央 県北 県南 鹿行	随時
外国語													
85	幼・小・中 保護者	英語 音楽 総合	どっぷり英語につかろう！	59	絵カードを使って英語のゲームをしたり、身体を動かしながら英語を聞いて話すことで、英語の楽しさを身近なものに感じてもらいます。	1時間 4,000円	要	必要に応じて	無	無	無	県央	月～土
86	幼・小・中 保護者	外国語 総合	国際理解 ～世界のことで遊ぼう！～	60	〈ヒッポファミリークラブ水戸〉 世界には英語だけでなく、色々な言葉があり、それを使っている人がいます。言葉も色々ですが、生活習慣も色々、びっくりすることもあります。みんな同じ人間です。その人たちの言葉を『まねっこ』して、どんな口元にだして見れば、世界は近くなります。	無	要	必要に応じて	内容に応じて	無	無	県央 県北	随時 (要相 談)
87	小・中 一般	外国語 総合	世界のことで文化 ～いろいろなことを学んで みよう～	61	海外駐在員として長く海外で暮らした講師が教える外国語講座。英語・中国語・アラビア語・スペイン語など、それぞれの国ごとに異なる文化について触れながら、世界のことを楽しく学んでみませんか？語学を覚えることで類推力を養ってみましょう。講座内容は応談可能です。	応談	応談	必要に応じて	必要に応じて	20名程 度 (応 談)	全域	随時 (要相 談)	
生活													
88	幼・小 保護者	家庭教育 その他	おもちゃを作ろう！	62	身近にある材料を利用して、びっくり箱、風船サッカーボール、ロケット、車など遊べるおもちゃを作ります。	5,000円	応談	必要に応じて	300円 程度	無	無	県央 県北	随時
89	幼・小・中 保護者	生活 総合	花と緑の魅力を伝える ～フラワーアレンジメント～ (ハーバリウム、リース、ド アスワッグ)	63	季節にあわせた草花、枝物、プリザーブドフラワー、アーティフィシャルフラワー（造花）、フローラー（入浴剤）の花などを使ってフラワーアレンジメントを作ります。心温まる作品が出来ます。	応談	要	はさみ・ タオル・ 新聞紙	花材費	50名 程度 まで可	無	無	随時
90	幼・小・中 保護者	生活 総合	寄せ植え教室・寄せ植え苗の リース作り（苔玉、観葉植物 のハイドラカルチャーにも対 応できます。）	63	季節の苗物を使い、寄せ植えを作ります。草花を植える楽しみ・育てる楽しみが得られます。	応談	要	ミニスコップ・ タオル・新聞紙	花材費	50名 程度 まで可	無	無	随時
91	幼・小・ 中・高 保護者	生活 総合	着物（ゆかた）の着装と日常 のマナー	24	〈公益社団法人 全日本きものコンサルタント協会認定 装道礼法きもの学院認可分院 いろみ礼法きもの学院〉 日本の着物は気候風土に合った衣服であり、伝統文化です。着物やゆかたの着装の学習とともに、着物を着たときの立居振る舞いや心がけたいマナーについて学びます。	応談	応談	内容に 応じて	無	無	無	全域	随時
92	幼・小・中 保護者	生活 総合	くみひも&結びのアクセサ リー教室	64	〈和あらかと〉 映画で人気となった、くみひも体験やひも結びのアクセサリーを作ります。	応談	応談	無	内容に 応じて	無	無	全域	随時
93	小・中・高 保護者	生活 総合	5分で着られるカンタン着物 体験&浴衣レッスン	64	〈和あらかと〉 洋服の上から5分で着られるカンタン着物を開発しました。本物の着物と見分けがつかない美しさの着物を「自分で着る」体験ができます。自分で着付けができるので、全員着物を着ることも可能です。従来の伝統的な着物のデモンストレーションや浴衣のレッスンも可能です。 小学生の対象は高学年です。	応談	応談	必要に 応じて	無	無	無	全域	随時

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
94	幼・小・中保護者	生活総合	きもののおもしろ話	64	<和あらかると> 好きな着物「関東は地味で関西は派手、そのルーツは江戸時代？」「えりの1cmで変化自在に着る人の立場を表す」など、心を表す着物の装いについてお話しします。日本文化について楽しく学びます。	応談	応談	必要に応じて	無	応談	全域	随時
95	幼・小・中保護者	生活総合	好きを仕事にする方法・夢を叶える方法(講話)	64	<和あらかると> 好きな着物・組紐・アクセサリーを仕事にしてきた経験、着付講師歴27年の実践より、好きを仕事にするコツ、一步をふみ出す方法などをお話しします。	応談	応談	必要に応じて	無	応談	全域	随時
96	中保護者	総合特別活動	クチュールフローラ体験&クラフト教室	64	<和あらかると> クチュールフローラはお花などを、ネイルのジェルで加工してアクセサリーを作る講座です。簡単ビーズやひも結びでストラップ、ネックレス等を作るクラフト教室も実施します。	応談	応談	必要に応じて	1人 1,000~ 2,000円	応談	全域	随時
97	幼・小・中保護者	生活 園工 美術 家庭 総合	トールペイント・エコクラフト 防災教室 環境教室	65	トールペイントの基礎を学び、楽しんで作品を作ったり、家庭の中にある身近なものを使ってエコ作品を製作する環境クラフト講座を実施します。	応談	応談	内容に応じて	作品による	応談	全域(応談)	応談
98	小・中保護者	生活 園工 美術 総合	楽しい藤工芸	66	<長谷川藤工芸グループ> 藤を使い、ペン立て、ストラップ、コースター等の小物作品やクリスマス、お正月、おひな様などの季節の小物を作製します。小学生の対象は3~6年生です。	応談	応談	はさみ等	1人 300~ 500円	応談	県央 県北 県南	随時
99	小・中保護者	生活 園工 美術 総合	藤工芸教室	66	<長谷川藤工芸グループ> 藤の材料を使い、小物類や季節の物(四季に応じ)ブローチ、ペンダント等を作ります。皮藤を使いアクセサリー・バッグも製作・染色します。	応談	応談	はさみ・エプロン	1人 300~ 1,000円	5名~ (応談)	県央 県北 県南	随時
100	幼・小・中保護者	生活 家庭 総合	エルフィのくハーブ&アロマ &スパイス魔法のレシピ	67	<ハーブ&アロマスクール エルフィ> ハーブとアロマの伝統的な利用法を現代的にアレンジ!楽しく遊び感覚で学習します。クリスマスリース、季節のクラフト、ポプリほかを楽しみましょう♪	無	無	無	1人 300~ 1,000円	応談	全域	随時
101	小・中・高保護者	生活総合	フラワーアレンジメント教室	43	「季節感をいかしたアレンジメント」「アイディアいっぱいプレゼント用の花」「クリスマスやお正月などの行事の花」などの他にリースや手作りの花器づくりもレッスンします。	応談	要	はさみ 作品持ち帰り用 袋	1,000円 ~	応談	県央 県北	随時
102	小(4~6) 中・高 保護者	生活総合	煎茶を楽しむ	55	食の大切さを学び、生活スタイルにあった各種日本茶の美味しい淹れ方を体験する。	応談	要	おしぼり他 内容に応じて	要 内容による	応談	県央 県北	随時
103	幼・小・中・高保護者 親子	生活総合	フラワーアレンジメント、寄せ 植、ハーバリウム、苔玉、 リース、プリザーブドフラ ワー、ドアスワッグ	63	季節に合った花、枝、プリザーブドフラワー、バスフレグランス(入浴剤)それぞれのアレンジメントを楽しみます。(苗物のリース、苗物寄せ植、リース、苔玉、ハーバリウム、ドアスワッグ、ドライフラワースワッグ)	応談	応談	内容に応じて	応談	5~30名	県央	応談
104	幼・小・中・高保護者	生活 家庭 美術 総合 クラブ 部活	お花	95	季節の草花・枝物を楽しみます。	応談 (目安5,000円)	応談	ハサミ・ふき ん・持ち帰り用 袋・ゴミ袋	花材費	応談	県央・ 県北	随時
キャリア教育												
105	小・中保護者	社会総合	※ チャレンジ! お金の株式会社 →184「おこづかいから学ぶ お金の話」の講座で、右記内 容も申し込みます。		会社経営をとおして株式会社の仕組みやお金の流れを体験するアクティブ・ラーニングの要素を含んだ学習プログラムです。最初に、グループに分かれて新商品の企画(商品のネーミングやコンセプトの設定)と開発(お菓子のパッケージデザイン)を行い、各グループで開発した商品を紹介し、その後、児童・生徒がそれぞれに応援したいと思った株式会社(グループ)に投資し、株式会社と株式の関係を実験的に学習します。(講座実施時間は90分です)小学生の対象は5・6年生です。親子学習にも対応します。	無	無	文房具・色ペン 等・DVD再生機 器・プロジェク ター	無	応談 (1ク ラス 20~ 40名 程度)	全域	随時
106	幼・小・中保護者	社会 生活 総合	マネー教育 キャリア教育 消費者教育	69	<キッズ・マネー・ステーション> 金銭だけに留まらない社会生活や職業観の育成を、お金の専門家のファイナンシャルプランナーが行うプログラムです。「お小遣い会議」「生活にかかるとお金の」「ハンバーガーから学ぶ世界のお金」などの多彩なプログラムを対象にあわせてアレンジします。	応談	応談	プログラムによ って 文具等	無	応談	全域	随時
107	小	社会 総合	店舗見学	13	<いばらきコープ生活協同組合> 店舗の売り場や商品、バックヤード、お店で働く人の仕事を見学します。	無	受講者 現地集合	無	無	1グ ループ 30名 5グ ループ まで 可	全域	月~金 (50日 前 までに 申込)
108	小	社会 総合	職場体験	13	<いばらきコープ生活協同組合> 店舗(スーパーマーケット)や宅配センター、福祉分野ではデイサービスセンターの仕事体験します。(2日間)	無	受講者 現地集合	無	無	2名 まで	全域	月~金 (50日 前 までに 申込)
109	小・中	社会 総合	配送センター見学・店舗見学	57	<生活協同組合パルシステム茨城 栃木> 茨城県内の6配送センター(日立市・那珂市・茨城町・鹿嶋市・土浦市・牛久市)・栃木県内の1配送センター(小山市)・1店舗(日立市)の施設見学	無	受講者 現地集合	無	無	応談	全域	月~金

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
110			廃止									
111			廃止									
112	小・中	総合技術	自動車板金塗装体験講座	71	くくるま工房笠間株式会社 ハンマーで実際の自動車パネルを叩いたり、塗装を体験しながら、自動車の板金塗装について学びます。ベンケース等の小物に塗装体験をすることも可能です。 小学生の対象は5・6年生です。	無	無	無	10,000円	応談	県央	随時
113	小・中保護者教員	総合その他	プログラミング思考を学ぶ	72	プログラマーの不足が言われている今、プログラムの前に、プログラミング思考を身に付ける講座です。人間の行動をフローチャートで表現しましょう。 小学生の対象は5・6年生です。	応談	応談	ホワイトボード・ペン等	500円程度	応談	全域	応談
114	高	総合	高校生のためのビジネスマナー！ 第一印象UP術	73	話し方や姿勢・立居振舞など一つ一つ見直してみませんか。今すぐ役立つビジネスマナーについて、最前線で活躍してきた元CAが第一印象をUPするコツを伝授します。 大学受験や就職活動において必要となる面接対策についても対応可能です。	応談	応談	必要に応じて	必要に応じて	応談	全域	随時
総合学習・その他												
115			廃止									
116	小保護者	総合道德社会	交通バリアフリー教室	74	〈関東運輸局茨城運輸支局〉 実際の公共交通機関（バスやタクシー）を利用して車いすによる乗車体験・介助体験、高齢者疑似体験キットを装着して乗車体験・介助体験を行います。高齢者や障がい者に対し、自然に快くサポートができるよう学習します。（講座は120分程度） 小学生の対象は4～6年生です。	無	無	必要に応じて	無	20～50名（応相談）	全域	月～金
117			廃止									
118			廃止									
119			廃止									
120			廃止									
121	中保護者	総合保健家庭教育	家庭で簡単！子供と一緒にツボ療法	20	鍼灸マッサージ師の私が、家庭で簡単にできる、子供たちの日常の健康に役立つツボ療法をお伝えします。内容については、「よい姿勢で生活しよう」、「肩こり・眼精疲労のツボ解消」、「スポーツによる痛みのツボ療法」、「ストレス緩和・リラクセスのツボ療法」、その他なんでもOK。ご要望にお応えします。	応談	応談	必要に応じて	無	無制限	全域	随時
122			廃止									
123	幼・小・中保護者	総合家庭生活家庭教育	おもてなしのコーディネート	58	挨拶から始まるマナーや、一汁三菜の食事の意味、日本と海外の祭事・文化の違い等を学習し、子どもから大人まで、楽しく簡単にできるおもてなしを、実際のテーブルセッティングをしながら創ります。	応談	応談	必要に応じて	内容に応じて	応談	全域	随時
124	幼・小・中	総合	郷土お茶カルタ	55	煎茶に関する必要な知識を分かりやすく簡単な文章と絵でカルタにしました。遊びながら楽しくお茶について学びます。 中学生の対象は1・2年生です。	応談	要	マイク他必要に応じて	無	カルタ7組程度の人数	県央 県北	随時
125	小・中・高保護者	その他	ヨガ講座	76	小学生の親子ヨガ、中学生の心を整えるヨガなど、それぞれの年代に合わせてヨガを行います。 PTA活動や部活動中のトレーニングなど、様々対応します。	要	無	マット（あれば）	無	応談	県央 県北	応談
126	小・中・高保護者	その他	将棋講座	78	〈日本将棋連盟茨城県支部〉 公認将棋指導員による将棋講座。基本となる将棋の駒の動かし方から教えます。初級・中級レベルまで対応します。	5,000円～	要	将棋盤・駒（14名以上の場合）	無	10名まで応談	県央 県北	月・火 木・金
127			廃止									
128	小（4～6年）・中・高保護者一般	総合	SDGs de 地方創生	87	「SDGs de 地方創生」は、住民と行政に分かれ、地域づくりを体感的に学ぶカードゲームです。参加者は「自分の目標」と「街の目標」を達成するために他者と協力して、街づくりを行います。ゲームを通して、持続可能な街づくりを体感的に学べます。SDGsの本質である協働の重要性を理解し、参加者一人ひとりが「気づき」や「発見」を得られる良い学習機会となります。	1,000円	無	プロジェクター モニター （無くても実施可）	無	応談 10～40名	全域	随時

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応日
129	幼(年長)・小・中・高・保護者	総合	世界のボードゲームで遊ぼう!!	42	小さなお子さんから大人まで世代年齢を超えて、遊びながら世界の文化に触れましょう。親子のコミュニケーションにもピッタリです。	応談	要	必要に応じてテーブル、椅子	無	応談	全域	土・日(平日は要相談)
130			廃止									
131	小(4~6)・中・高・保護者	総合	災害から命を守る	16	グループに分かれて防災ゲーム「海辺の町」を行い、災害への備えや対応を学びます。すばやく、適切に課題解決できるのはどのグループか。ワイワイ、がやがや、コミュニケーションが試されるかも。※時間が90分程度であると理想的です。(応談)	無	要	無	無	10人~50人 応談	全域	随時
132	小・中・高・保護者 教員	総合 家庭生活	子どもと一緒に心に寄り添い話を聴こう!	86	小学校4年生から高校生位までが対象、親御さんと一緒に「傾聴」スキルを体験しましょう。「傾聴」とは「話し手の話をそのまま受け止め、ただ聴くのではなく気持ちを感じながら相手の話丁寧に耳を傾けるスキルのこと」です。	応談	要	椅子(人数分)のみ	無	応談	全域	随時
133	小(4~)中・高・保護者・一般社会人	その他(福祉分野)	目が見えないってどんなこと(歩行サポート)	22	<一般財団法人 いばらき盲導犬協会> 視覚障がい者(目が見えない)は、生活上どんなことに困るのか。盲導犬と共に自立歩行することが可能になれば、買い物、学校、仕事に自分の足で「歩く」ことが可能となる。そのため、盲導犬はどのような訓練で育成されるか、また、社会の皆さんにご協力いただきたいことをお伝えします。	33,000円	謝金に含む	有 対象者に依りて	無	10~15人 応談(社会人・中・高生は田小多くても可)	県央	随時(土・日は除く)
134	中 保護者 教員	家庭教育 その他	人事のprogが伝わる失敗から学ぶヒューマンスキル!! 活き活きとする自分発見プログラム ~自己理解とコミュニケーション~	83	人とのコミュニケーションってむずかしい。自分のコミュニケーションのくせを知り、改善策を学びます。エゴグラムによる自分自身の性格傾向を学びます。いまの自分自身をよく知ることで、よりよい自分の成長の方向づけに気づきます。	応談	応談	プロジェクター	無	応談	全域	随時
135	中・高 保護者	家庭教育 その他	今日から心が軽くなる自己肯定感を高める3つの方法	85	<みらい工房> 「自分には何の取柄もないなあ…」とか「どうせ自分は…」とご自身を卑下していませんか。あなたには誰にも負けない「強み」があります。そのためには心の捉え方や行動の在り方一つで変わってきます。講座では自己肯定感を高める「3つの方法」についてお話をします。(50~90分程度)	15,000円~ 25,000円	要	無	無	20~100名 程度	全域	随時
136	小・中・高・保護者	家庭教育 その他	今日からやる気を上げる7つのポイント	85	<みらい工房> 毎日やる気がでてこない…やる気がでないのは5つの原因があります。そしてやる気を上げる7つのポイントをお伝えします。(90分程度)	15,000円~ 25,000円	要	無	無	20~100名 程度	全域	随時
137	小(4~6)	総合 その他	視覚障がい者と盲導犬に理解を深めて	22	<一般財団法人 いばらき盲導犬協会> パワーポイントを使用し、PC画面による説明。(盲導犬の訓練やお仕事の正しい対応)視覚に障害があるということはどういうことに困るか。どのようにして困ったことに対応するか、など。希望者には盲導犬との体験歩行可。	33,000円	謝金に含む	PC・パイプ椅子	無	8~10人	全域	水・木・金
138	小(4~6)・中・高	総合	キッズDJ体験教室	15	<FMばるるんAMC> FMラジオ局のスタジオを再現。実際の機材を使用し「DJ」を体験してもらいます。	応談	要	筆記用具	無	応談	全域	随時
139	小(5~6)・中・高・保護者	総合・国語・体育・技術・音楽	人生には時期がある	34	人生には時期があります。命ある限り人生の節目である「時期」を見落とさず、自信と誇りと向上心をもって楽しく学びを継続する。仲間と励みながら「輪」と「和」を作り、心の財産を築くことが人生で大切ではないでしょうか。新しい発見をしていくために、一緒に考えてみませんか?	20,000円	謝金に含む	ピアノ・プロジェクター等	内容によって 宅配料要	応談	応談	応談
140	小(4~6)・中・高・保護者	総合	メンタルヘルス~誹謗中傷との向き合い方~	94	SNSなどによる誹謗中傷にどう向き合うか。SNSとどう付き合っていくか。	応談	要	プロジェクター・モニター 無くても対応可	無	応談	全域	随時
141	小・中・高・保護者	総合	コミュニケーション概論(アイスブレイク)	94	コミュニケーションについて考える。初対面の人との打ち解け方。	応談	要	プロジェクター・モニター 無くても対応可	無	応談	全域	随時
142	中学生	総合	中学生のためのネットリテラシー講座	94	SNSを安全に快適に利用するためのネットリテラシー講座。SNS投稿の危険性を考える。	応談	要	プロジェクター・モニター 無くても対応可	無	応談	全域	随時
143	高校生	総合	高校生のためのネットリテラシー講座	94	SNSを安全に快適に利用するためのネットリテラシー講座。SNS投稿の危険性を考える。	応談	要	プロジェクター・モニター 無くても対応可	無	応談	全域	随時
144	高校生・保護者	総合	適度な緊張で発表に挑む「自己暗示、発表実践」	72	発表・面接・プレゼンなど、人前で話すのにとても緊張する方におススメ。なぜ「おまじない」が効かないのか教授します。	5,000円	2,000円~	プロジェクター、PC、ホワイトボード、筆記用具	無	応談	全域	応談
家庭教育・その他												
145	保護者	社会生活	食品ロス(廃棄食材)の取り組みについて	10	<茨城県生活学校連絡会> 消費者の立場から食品ロス削減活動について学びます。実践をとした体験を皆で考え、意識の高揚を図り1人でも多くの人たちに食品ロスについて関心をもってもらえるようにします。	応談	要	有	無	30名程度	全域	随時

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
146	保護者一般	体育総合	認知症予防体操・スローエアロビック	47	椅子に座って体を動かしたり脳トレ、レクリエーションなどを取り入れ楽しく体と頭に刺激を与えて、健康意識を高めます。	応談	要(遠方)	音響、資料がある場合はコピーをお願いします	無	少人数から可	全域	応談
147	保護者その他	生活	電気安全と省エネルギー	18	〈一般財団法人 関東電気保安協会〉 電気を安全に使用するために、コード類の取扱いや、アースの必要性を学びます。	無	無	無	無	応談	全域	随時
148	保護者教員	総合家庭	日常着のファッションコーディネート術	70	〈ウェディング マリア〉 洋服を着ない日はほぼありません。より自分に「似合う」デザイン・素材・コーディネートの仕方をワークショップをまじえて骨格診断から読み解き、より若く美しくイキキと生きるための装いを学びます。	応談	無	PC・プロジェクター・ホワイトボード	無	応談	全域	随時
149	保護者教員	家庭教育その他	今すぐ役立つおもてなし～元CAが教えるコミュニケーションUP塾～	73	思いやりの心をもって相手と接することの大切さについて、おもてなしのフロクがお話しします。 今日から始められる「おもてなし」、あなたも実践してみませんか。	応談	応談	必要に応じて	必要に応じて	応談	全域	随時
150	幼・小・中・高保護者	家庭教育その他	アートセラピー	37	〈あとりえ「ず〜む」〉 心と色はつながっています。色彩心理について、塗り絵や自由画などのワークショップを交えてお話しします。親子での参加も可能です。	10,000円 / 1h (応談)	応談	画材等 必要に応じて	内容に応じて	5～100名	全域	応談
151	保護者	家庭教育その他	ヤクルト「おなか元気教室」	52	〈水戸ヤクルト販売株式会社〉 保護者向け講座。基本となる「早寝・早起き・朝ごはん」の大切さや、病気に負けない身体づくりのための、おなか(腸)の働き、免疫のしくみなどについて分かりやすくお伝えします。Zoomを使用したオンライン出前授業も受付中です。(感染状況によりオンライン実施をお願いする場合あり)	無	無	必要に応じて	無	応談	全域	日・祝日以外
152	保護者	家庭教育その他	女性のための護身法～子どもを守るために～	80	〈護身法広め隊〉 護身法についての正しい情報や知識を学習し、簡単に有効な技の練習を行います。また、大切なお子さんを護るために「あなたができること・あなたしかできないこと」を学習します。 ※16歳以上の女性を対象に実施します。(約2時間)	5,000円	要	動きやすい服装・靴	無	20～40名	全域	随時
153	保護者	家庭教育その他	「地球温暖化防止に向けて、できることから」	11	〈NPO法人 エコレン〉 昨今の異常気象の要因と考えられる「地球温暖化について」その原因や将来の予測、防止策等について、映像やクイズを交えて最新の情報を分かりやすく伝える講座を行います。座学とクラフト活動もあわせて行うことも可能です。	応談	応談	必要に応じて	作品による	30名程度	全域	応談
154	幼・小の保護者教員	家庭教育その他	おこづかい教育出前教室	81	〈ジブラルタ生命保険株式会社〉 日本PTA全国協議会の推薦図書「8歳からのお給料袋」をエッセンスに1時間程度のセミナーを小学生以下のお子様をお持ちの方に実施いたします。	無	無	無	無	応談	全域	応談
155	保護者教員	家庭教育その他	家庭教育講話	82	〈認定NPO法人リヴォルヴ学校教育研究所〉 「読み書き困難の疑似体験」など、現場の実践から見てきた子どもたちの「つまづき」に注目し、疑似体験等の手法で様々なワークショップを行います。	10,000円～	応談	必要に応じて	無	応談	県南	随時
156	保護者	家庭教育その他	カラーセラピー	72	カラーセラピーとは、色彩療法のことです。14色のカラーボールを使用し、自分の心のカラーと癖を理解することで、自分自身を知ることになります。自分自身と対話をし、自分自身を大切に思うことは相手思いやる気持ちに通じます。学習したことを家庭で生かしてみてください。	応談	応談	ホワイトボード・ペン等	500円	8～40名	全域	応談
157	保護者	家庭教育その他	思春期と愛着	72	親と子の愛着関係や今の心理学での思春期への考え方、とらえ方を知る講座です。	応談	応談	ホワイトボード・ペン等	無	40名	全域	応談
158	教員	その他	教職員のためのクレーム対応	73	教育機関向けクレーム対応研修。保護者や地域住民と良好な関係を築き、クレームを未然に防止するにはどのような心得が必要なのか。また、苦情への適切な対応・接し方等について考えます。	応談	応談	必要に応じて	必要に応じて	応談	全域	随時
159	教員一般	その他	元CA直伝！知らないで怖いビジネスマナー	73	知って損なし！大人向けのビジネスマナー講座。教職員のための接客マナー講座など、内容に応じて対応します。	応談	応談	必要に応じて	必要に応じて	応談	全域	随時
160	保護者・その他	その他	自己肯定感が育まれる関わり合いって？	160	イライラ、悲しみ、誇め、残念さ…子どもとの関係の中で起こる様々な不本意な出来事。その原因を紐解きながら、自己肯定感が育まれる関わり合いについて参加する方々と気づきを深めていきます。	5,000円	要	ホワイトボード	無	応談	全域	随時
161	保護者	総合	ママ友と適度な距離を保つ「タイプ別、地雷を踏まない方法」	72	ママ友・知人・友人・親戚など、周囲の人々との程よい距離を保つ方法。相手の「地雷を踏まない」ことにより、周囲との円満な関係を保つ方法を教授します。	5,000円～	2,000円～	プロジェクター、PC、ホワイトボード、筆記用具	無	応談	全域	応談

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
162	保護者	総合	配偶者との冷静打破「コミュニケーション術」	72	男性と女性の思考の方向性、構造が違います。「なぜ、夫が話を聞いてくれないのか?」「なぜ、妻がマシンガントークするのか?」その理由を教授します。	5,000円～	2,000円～	プロジェクター、PC、ホワイトボード、筆記用具	無	応談	全域	応談

令和5年度以降新規登録講座

163	保護者	社会	止めよう地球温暖化、持続可能な社会の実現に向けて	11	(NPO法人 エコレン) 異常気象の要因と考えられる「地球温暖化について」その原因や状況の予測、防止策について映像やクイズを交えて最新の情報を分かりやすく伝える講座を行います。	応談 (目安5,000円)	謝金に含む	必要に応じて	1人200円程度	20～30名程度	全域	随時
164			廃止									
165	小・中・高・保護者	保健・体育、総合	ヒップホップダンス	97	(Studio Growing) ヒップホップダンスの指導、運動会のダンス、文化祭の振り付け。PTA活動や親子ダンスの指導を行います。	7,000円	3,000円	スピーカー(準備が難しい場合は要相談)	無	150～200人程度	全域	随時
166	中学生	キャリア教育	生活衛生業出前授業	98	(公益財団法人 茨城県生活衛生営業指導センター) 生活衛生業(理容、美容、クリーニング、ホテル・旅館、すし商等)の魅力ややりがい等を広く若年層に紹介し、将来の職業選択の一助となるよう、県内中学校の生徒を対象に、生活衛生業者を講師とした出前授業を実施します。	無	無	無	無	応談	全域	応談
167	中・高・保護者	生活その他(保健)	カラダとココロのセルフケア方法を身につけよう	99	呼吸や姿勢の整え方、自律神経の乱れる原因とその対策、ライフステージとホルモンの変化など、体の仕組みを知ることで、変化の激しいこれからの生きる子ども達のセルフケア方法をお伝えします。	応談	要	有 (必要に応じて)	無	応談	県央	応談
168	小学生	生活その他(保健)	カラダの仕組みを知ろう	99	体力は体のどこでつくられている? どうしたら体力がつくの? 正しい姿勢ってどんなもの? 悪い姿勢でいるとどうなるの? 自律神経ってなに? どうしたら整うの? 自分の体の仕組みをすることで、未来の土作りができます。	応談	要	有 (必要に応じて)	無	応談	県央	応談
169	幼・小・中・高・保護者	体育	バランスボールエクササイズ	99	音楽に合わせて、バランスボールの上で弾みます。運動が苦手でも、誰でも気軽にできるエクササイズです。有酸素運動で体力、筋力、集中力、気持ちのコントロール力向上。体幹強化や姿勢改善、セロトニン(幸福ホルモン)の分泌などの効果があります。親子レクリエーションにも対応できます。	応談	要	音響設備・マイク	無	応談	県央	応談
170	保護者その他(教員)	体育	子育てを軽やかに乗り切る体力づくり～バランスボールエクササイズ	99	音楽に合わせて、バランスボールの上で弾みます。子育てに体力は必須です。それはお子さんが成長しても変わりません。お子さんと共に遊び、笑い、泣く、全ての生命活動に体力は欠かせません。ご自身の健康習慣として、ご自宅で手軽に始められるエクササイズです。	応談	要	音響設備・マイク	無	応談	県央	応談
171	幼・小・中・高・保護者・親子	生活総合	エンジョイフラワーライフ	63	・季節に合った花・枝・プリザーブドフラワー・バスフレグランス(入浴剤)・造花、それぞれのアレンジメントを楽しみます。 ・ハーバリウム、リース、ドアスワッグ、菫玉、苗物の寄せ植え、苗ものリース、ハンギング(生花または苗物)、それぞれのテーマに合った心温まる作品が作れます。	応談	応談	新聞紙、ホワイトボード	テーマによって決定	5～30名	県央	応談
172	小・中・高・保護者	家庭教育その他	折り紙教室	62	年齢に応じて、季節のものを取り入れてみたり、日常で使えるもの、遊べるものなど、折り紙を楽しみます。	5,000円	応談	あり	1人当たり200円	応談	県央 県北	随時
173	小・中・高・保護者・その他	総合その他特別活動	メタバースを体験しませんか?	100	メタバースってなに? メタバースでなにができるの? 最先端のメタバースを知ることができます。デバイスを使って体験してもらい、より詳しく知ることができます。(小学生の対象は4～6年生です)	20,000円	要	プロジェクター、スクリーン	無	10～30名程度	全域	随時
174	中・高・保護者・その他	総合その他特別活動	恋愛講座	100	どのようにすれば恋愛・結婚できるようになるか? レクチャーするとともに、体験してもらいます。心理学をベースにコミュニケーション力を高める会話方法を基本に進めます。相手との共感、相手との座る位置、相手の仕草を観察し、相手が求めていることを理解します。人と人とのコミュニケーションがうまくいった結果、恋愛できるようになります。そのコミュニケーションを高める方法をメインに講座を進めます。	20,000円	要	プロジェクター、スクリーン、ホワイトボード	無	10～20名程度	全域	随時
175	小・中	総合	辞書を使用した「ディクショナリーゲーム」に挑戦!	101	かつてテレビ番組でも放送された辞書を使用したゲーム「ディクショナリーゲーム」に挑戦していただきます。このゲームを通して、辞書やことばの持つ奥深さを体感しましょう。小学生の対象は5～6年生です。	無	要	プロジェクター、スクリーン、ホワイトボードまたは黒板2台	無	5～30人	県央 県南 県行	随時
176	小・中・高・保護者・その他	総合道徳その他	発達障害について学ぼう!	102	私自身、発達障害の当事者として、幼少期の頃から今までの事を経験談として語ります。小学生の対象は5年生～6年生です。	要 目安 5,000円	2,000円 および 最寄り駅までの 送迎	プロジェクター、スクリーン、机、椅子	無	少人数から可能	全域	随時
177	幼・保・小・中・高・保護者・その他	国語美術総合道徳	絵本を人の声で聞く楽しさと、声に出して読む楽しさを伝える「読み聞かせ講座」	103	1. 読み聞かせ 2. 読み聞かせの基礎や技術を教える講座(初心者～中級者) 講座に要する時間:1時間半～2時間程度(読み聞かせのみなら1回30分程度です) 1、2を組み合わせたいだけでも大丈夫です。	応談 読み聞かせのみの場合は交通費のみ ※読み聞かせ+講座・講演(90分～) 10,000円～	要	椅子、テーブル	無	応談	県央 県北	随時

講座番号	対象	分野	講座名	講師番号	主な講座内容 <>書きは団体名	謝金	交通費	準備物	教材費	対応人数	対応地域	対応曜日
178	小(4~6年生)・高・保護者	総合 特別活動	レゴ® シリアスブレイク®メソッドと教材活用ワークショップ	104	レゴ® シリアスブレイク®メソッド教材活用のワークショップは、グループワークに参加した人の考え方をレゴブロックを使って表現するワークショップです。 例えば、学校では、「あなたにとっての理想のクラスの姿」とかを生徒に作成してもらって、その作品の意味をグループごとに対話してもらってワークショップになります。	20,000円	謝金に含む	モニター又はプロジェクター	無	40人	全域	随時
179	小(5、6年生)・中・高・保護者、教員	技術	当たり前のパソコン講座	105	Windowsの使い方、ファイル操作、Word・Excelの基本など生活する上での当たり前のパソコン技術を身に付けよう。	応談 (目安8,000円)	要 2,000円	パソコンまたはスマートフォン	1人 500円	応談	全域	随時
180	小(3~6年生)・中	算数 (数学)	パズル教室	106	学年により異なる 低学年は六角形で作った3種のを規定の形状に入れる。ペントミノの基礎。 高学年は自作木材加工のもので載り合せ、テトラミノ、ペントミノなどを考える。	応談 (目安2,000円)	謝金に含む	自作物	持ち帰らなければ無し	20人 ~ 40人	全域	随時
181	小(4~6年生)・中・高・保護者	総合	自然エネルギーを電気に	106	自然エネルギーを電気に変換するものの種類をあげよう。 ゼーベック素子とは？ ゼーベック素子を使った発電によりモーターをまわす。	応談 (目安2,000円)	謝金に含む	自作物	不要	応談	全域	随時
182	幼・保・小・保護者	体育 その他	キッズヨガ 親子ヨガ ペアヨガ	107	自分の身体やココロと向き合うやさしいヨガです。マインドフルネスを取り入れた、身体の土台作りにもなるヨガを行います。	3,000~5,000円 (応談)	謝金に含む	飲み物、タオル、マットもしくはマットの代わりになるもの	不要	数名~ 20名程度	県央 県北	随時
183	小(5、6年生)・中・高・保護者・その他	音楽 総合	はじめての著作権講座 ~知らなかったではすまされない著作権~	108	普段聞いている音楽や、小説や絵画などの作品を通じて、意識しないで利用している著作権について、改めて考える講座です。 知らなくて違法行為を行わないために、著作権について理解し、正しく利用するための手続等について学べる講座です。 著作権って何？ 著作物って何？ 作者にはどんな権利がある？ 著作権はいつまで保護されるの？ 著作権隣接権とは？ 外国の著作物も保護されるの？ 著作権が制限されるのはどんな場合？ 著作物を正しく利用するには？	10,000円~ (応談)	要 10kmまで1000円 以降5kmごとに 500円	プロジェクター (PCとの接続はHDMIケーブル)、スクリーン	実費	応談	全域	随時
184	小(5、6年生)・中・高・保護者・その他	社会 家庭 総合	おこづかいから学ぶお金の話	109	<金融経済教育推進機構> おこづかいの使い方、貯め方、お金の流れ・トラブルの事例などを学びます。 ※講義形式に加え、ドリルやゲーム、クイズを活用した参加型形式でも学べます。 ※小学生の対象は5・6年生です。親子学習にも対応します。	無	無	PC又はDVDプレーヤー、モニター又はプロジェクター又はスクリーン、色ペン、マグネット等	不要	原則10名以上	全域	随時
185	小学5・6年生・中学生・高校生・保護者	外国語	簡単な日本語で外国人と話そう！やさしい日本語	110	<日本語ゆめラボ> 英語が話せないから外国人と話せないと諦めていませんか？いつもの日本語を少し工夫するだけで、外国人とも日本語だけでコミュニケーションが取れます。日本語教師と楽しく伝わる日本語について学びましょう。	無	無	20名以上の場合はマイク	無	5~50人	全域	随時
186	園児・小学生・中学生・高校生・保護者	社会 総合	次世代に伝えたい朗読・読み聞かせ	111	<次世代に伝えたい朗読と紙芝居のオーリーブ> 戦争体験者の聞き取りによって作られた紙芝居や、絵本・朗読を通して、戦争や平和の大切さについて考える機会を作る。	応談 (目安5,000円~)	謝金に含む	マイク、スクリーン、テーブル、イスなど	無	応談 (何人でも可)	全域	随時