

「学ぶ」「教える」「つなぐ」

『とちの講師ガイド』は、十勝の個人講師が登録し、講座や連絡先を掲載する情報提供サービスです。
『学び』を探している方と『教える』十勝の講師を『つなぐ』お手伝いできれば幸いです。

「学ぶ」「教える」「つなぐ」

『とちの講師ガイド』は、十勝の個人講師が登録し、講座や連絡先を掲載する情報提供サービスです。
『学び』を探している方と『教える』十勝の講師を『つなぐ』お手伝いできれば幸いです。



ホームページが
変わりました



<https://tokachinokoushiguide.info/>

2024
年度版

登録講師

44名

※2024年
4月現在



ホームページが
変わりました



<https://tokachinokoushiguide.info/>

2024
年度版

登録講師

44名

※2024年
4月現在



登録講師

ジャンルのお好きな講座をお探しください

- 健康美容
- 子ども関連
- 音楽美術
- 癒し
- コミュニケーション
- 手芸
- 暮らし
- 教育
- 料理食育
- その他

AMI YOGA HOKKAIDO
かくはた あさみ
出張ヨガインストラクター

- オーダーメイド型ヨガ講座
- ストレス軽減マインドフルネスヨガ
- 痛みを軽くする背骨コンディショニング

詳細はHPをご参考ください

GPFas 代表
高嶋 丈子
運動指導と背骨矯正のスペシャリスト

- 腰痛解決講座
- 背骨コンディショニンググループ体操
- 姿勢がきれいになる教室

hug+ (はぐぶらす)
あべ あかね
ベビーウェアリングコンシェルジュ、笑ひ文字初級講師

- 快適な抱っことおんぶのお話、ベビーウェアリング体験、おんぶの練習会など
- 90分で誰でも書ける可愛い筆文字『ありがとう』初級講座

ココロテ
つのだ あつこ
ママと一緒～小学生までのお子さんの言葉と育む専門家、言語職士

- ママが前向き＆笑顔になれる子育て相談
- お子さんが自分らしく輝ける個別支援

一般社団法人国際耳ケア協会 / ハビネス 代表
ホシナ サオリ
中医健康養生士、フィットネスインストラクター

- 心と身体を整えるひめトレエクササイズ
- 身体が硬い人のためのリラックスヨガ・中医経絡ヨガから元気体操
- ココロとカラダが元気になる耳ケア体操講座
- 初めての中医学講座

CUTI (チュティー) 代表
松井 千秋
身体と心の健康と美容で喜びを広めるリンパケア講師

- 簡単！肩・腰らくらくリンパケア講座
- 美容＆健康に！フェイスクケア講座
- 手で全身も楽になるハンドケア講座
- お腹スッキリ！骨盤ケア講座
- 家族や仕事に！さとうリンパケア資格講座

メンタルアップオフィスM 代表
宮下 晴美
子育て全方位アドバイザー、脳科学コーチング講師、メンタルケア心理士

- 自己肯定感を高める『心のうらおいチャージ』講座
- 自発的な『自立脳』を育てる子供への問い方講座
- 感情に振り回されない『ニュートラルな思考』のママになるコツ
- 子供の脳力を伸ばす家庭の学習環境と学習習慣作り
- 子供と大人のスマホ脳ケアとスマホ対策講座

full bloom
澤崎 容子
フラワーアレンジ・ハーバリウム・デニムバッグ作りのスペシャリスト

- 国産デニムテープで作るデニムバッグ講座
- ハーバリウム講座
- フラワーアレンジメント体験

nanairotokachi
松村 友香理
旅するヨガ®インストラクター、音浴®セラピスト

- 音浴®空間で行う心と身体を整える「旅するヨガ®」

バルーンアート Dreamy
ミリー
バルーンでHAPPY♪バルーンアーティスト

- ミリーのバルーンアートショー ※体験あり
- ミリーのバルーンアート教室
- ミリーのバルーンアート装飾講座

Remieux Life (レミューライフ) 代表
徳本 里栄
防災を意識したスタイリッシュ整理収納アドバイザー

- 整理収納アドバイザー2級認定講座
- 家族を守るもの時のところえと防災備蓄と収納のコツ
- 子どもが自立！ママは笑顔に♡どきどき親子になるお片付け教室
- すっきり片付けキッチン収納講座
- 実践！お財布から学ぶ整理収納講座

食と自然の学校 食'ai菜(くらあいな)
岡田 五十鈴
自然食料理研究家、調理師

- 無添加ふりかけ講座
- 無添加に関する食と健康のおはなし
- 無添加めんつゆで簡単おせち
- タッパで味噌作り
- かんたん健康味噌玉講座

ヒーリングルームMe-nou 代表
鳥宮 文
ボディ＆メンタルセラピスト、色彩学講師、社会人マナー講師

- アロマの効果を生かす魔法のアロマハンドクリーム作り
- Happy&Aroma!癒やしのハンドトリートメント講座
- 輝け自分！似合う色を知るパーソナルカラー講座
- 『マナー-接遇講座』新入社員・社員定期研修など
- ペアで楽しむ！タイ古式ストレッチ!

一般社団法人はんなり北海道 代表理事 / 杉山プロデュース 代表
杉山 絵理
二つのやさしいで会話を楽しむ「入門・やさしい日本語」認定講師

- やさしい日本語で、やさしい世界を!
- 【企業向け】労災防止に役立つ!必ず伝わるコミュニケーション術
- 【SDGs関連】子どもワークショップ～多文化共生ってなあに?～

ケセラセラ
六郎田 瞳
潜在意識ライフスタイルリスト

- 潜在意識を知って使って夢を叶えよう講座

Je suis moi
青木 智美
看護師、公認心理師、アンガーマネジメントコンサルタント®

- PP(ボンコツポジティブ)のすすめ
- ※6ヶ月12回の継続講座
- アンガーマネジメント各種講座

「学ぶ」「教える」「つなぐ」

『とちの講師ガイド』は、十勝の個人講師が登録し、講座や連絡先を掲載する情報提供サービスです。『学び』を探している方と『教える』十勝の講師を『つなぐ』お手伝いができれば幸いです。



ホームページが
変わりました



<https://tokachinokoushiguide.info/>

2024
年度版

登録講師
44名
※2024年
4月現在



利用
の
方法

1. HPをチェック! 2. 講師・講座 3. 講師に直接

こちらの
QRコードが
便利です!



を選ぶ

連絡を取る

※「とちの講師ガイドを見て」とお伝えください

講座内容の詳細、講師謝礼、材料費など、不明点は講師へ直接ご確認下さい

ご利用の方は
必ずお読み
ください▶



登録を希望する
個人講師の方は
こちら▶



※十勝で活動する「個人講師」に限ります
※登録は審査があります

「とちの講師ガイド」は
「とちの講師ガイド
事務局委員の会」が
運営をしています▶



※事務局委員の会の入会は審査があります

お問合せ

とちの講師ガイド
事務局委員の会

☎ 080-9611-0274 (土日祝を除く10:00~17:00/鈴木)
✉ tokachinokoushi66@gmail.com



登録講師・ジャンル

健康・美容

子ども関連

音楽・美術

癒し

コミュニケーション・マネー

手工芸

暮らし

教育

料理・食育

その他



アートファクトリーダンススタジオ
市川 真之
ダンスインストラクター
■ダンスで楽しくヘルスアップ
■キッズダンスレッスン

健康・美容 子



FLOW ピラティス/jump to music
内杉 早苗
からだを心と調和させるボディワークー
■無理なくすっきり気持ちよく!
■体と心を整えるピラティス講座
■jump to music
リズムにのって元氣な身体づくり
■和の頭蓋仙骨療法(和のお手当て)家庭版

健康・美容 子



JIVA YOGA
堀合 寛子
4児ママヨガインストラクター、断食&食養生カウンセラー
■お産力を高めるマタニティヨガ講座
■産後回復セルフケアヨガ講座
■身体がよみがえる
断食と食養生の講座

子ども関連 子



RyoTa
フリーダンスインストラクター
■キッズダンスレッスン
初級、中級

子ども関連 子

登録講師・ジャンル

健康・美容

子ども関連

音楽・美術

癒し

コミュニケーション・マネー

手工芸

暮らし

教育

料理・食育

その他



Isisの守人の部屋/日本ホメオパシーセンター道東帯広
内田 賀子
回る反射の統合ワーク、足指ファシリテーター、JPHMA認定ホメオパス
■モロゾの、知りたい!「固める反射・原始反射って何?」講座
■モロゾの、大人も子どももいっしょにできる脳や身体・心を
育てられる「あそびを通して発達を促す身体育講座」
■最初の歩み出す足の統合60分プログラム(足ぶら)
■ドイツ生まれの自然療法ホメオパシー入門講座

健康・美容 子



yoganowatokachi
小林 麻紀子
ヨガ講師
■ほくし、食で「体適性」を高める「ケルネスプログラム」
■フォームラーを通して「ケルネスプログラム」を学ぶ
■からだの引き締めにも効果的な逆転のポーズを
「ふわっと」上げる!「はじめてのヘッドスタンド」
■十勝の自然を感じる『アウトドアヨガ』

健康・美容 子



せのん's サークル
せのん
AFAA認定インストラクター
■シンプルなバレエの動きで
エクササイズ!
■【バレトン®スタンディングフロー】
■ポディーメンテナンス骨盤体操

健康・美容 子



佐藤春美ミュージックプランニング 代表
佐藤 春美
サクソス講師、サクソス演奏家
■楽譜が読めると
もっと音楽が楽しくなる

音楽・美術 子



ひまわりとち制作ラボ
鈴木 可奈
寄り添い重視のグラフィックデザイナー
■広報紙のレイアウト♪
■個別アドバイス講座
■読みやすい広報紙の作り方講座
■一緒に作ろう♪グラフィックデザイン
■メディカルアロマのハンドクリームを作ろう講座

音楽・美術 手



IZUMIおんがくサロン
松浦 いずみ
27/24時間録音録音機・録音機・録音機・録音機・録音機
■通いつけなくてOK♪
■『コレっさりレッスン』
■とにかく、この曲が弾けるようになりたい
『1曲だけレッスン』

音楽・美術 子



隠れ家サロンTeFu.
てふ
日本おうち整体・認定インストラクター
■アトピーセラピスト講座
■基礎セラピスト講座
■おうち整体入門「魔法の手」講座
■3つの宝メソッド講座
■婦人科系セラピスト講座

健康・美容 子



灯しびと
原田 志麻
印象アップメイクスペシャリスト
■印象アップメイクレッスン講座

健康・美容 子



Yumi Bellydance 帯広
Yumi
ベリーダンス講師
■はじめてさんのベリーダンス
〜全く初めての方でも大丈夫
■優しいベリーダンス基礎(昼・夜)
■誰でも出来るエクササイズ♪
■ベリーベリー・ディスコ

健康・美容 子



レインボーミュージッククラブ
松山 千紘
音楽家(作編曲、楽譜制作、音楽指導)
■楽しんでなんぼ!赤ちゃんから
大人までの音楽レッスン♪
■出張リトミック♪

音楽・美術 子



スキルアップオフィスSY
品田 裕子
接遇講師、ビジネス講師、司会、話し方講師
■あなたの価値アップ!
■幸せを呼び込むことばと所作
■学び直しのビジネスマナーコース
■コミュニケーションスキルアップ講座

コミュニケーション・マネー 子



Rohayhu Hokkaido代表
ペドロ
パラグアイ出身の5ヶ国語話せる異文化コミュニケーション講師
■「あなたの可能性を広げよう!」
異文化コミュニケーション講座

コミュニケーション・マネー 子



カラーコーディネーターオフィス・アイリー
伊藤 アイリ
パーソナルカラーアナリスト、カラーセラピスト
■子育てに役立つカラー講座
■TCカラーセラピスト養成講座
■数秘&カラー®プレゼンターコース
■パーソナルカラーアナリスト養成講座

子ども関連 癒 暮



発達凸凹研究所主宰
おがわ ひろき
絵本作家
■発達凸凹の「キホンのキ」
■絵本のチカラ

子ども関連 子



オフィスひびき 代表
首藤 ひろえ
ネイチャー理論マスターコーチ、魔法の質問認定講師
■毎日が最高にHappyで楽しくなる
子育て講座
■悩みや不安とサヨナラ!
今のままのあなたでうまくいく!
「自分らしさの活かし方」講座

子ども関連 暮



wakota
横山 麻悠美
HOCORUベビーマッサージセラピスト、国際耳ケア協会プロセラピスト
■親子も簡単アロマスプレー作り
■出張もします!ベビマ講座
■耳ケアセラピーホームケア講座
■身体の不調はどこから?
■耳ケアアプ講座

癒し 子 暮



Natural aroma life
本間 知恵子
キャンドル等ハンドメイド・アロマセラピー講師
■お花を選んで作る花キャンドルレッスン
■香りによって癒されるアロマセラピー講座
■お花の入れ方のコツがわかる
ハーバリウムレッスン
■大人も子どもも楽しめるハンドメイドリボン講座

手工芸 癒



暮らしのヒラメキ
はせがわ あかね
片づけクリエイター
■「時間を生む片付け」
■片付けのキホン講座
■「健康的な体づくり」
■食べながら痩せるダイエット講座
■生きる力をはぐくむ親子の片づけ

暮らし 子



鈴森 あかり
子育て心理学協会上級インストラクター
■「ココロ貯金®」
自己肯定感の高め方
■9割は叱る事ではありません
「ココロ貯金®」で穏やかママに
■ココロ貯金スピード入門講座

子ども関連 子



小春日和主宰
中岡 千香子
メンタルトレーナー
■親力アップ講座
■こころの健康講座

子ども関連 子



虹の光
林 ともみ
ビジョントレーナー、耳ツボセラピスト、ネイチャー理論初級講師
■ビジョントレーニング
(視機能トレーニング)
■ネイチャー理論初級講座
(統計学)

子ども関連 暮



Office Mavie (マヴィ)
鈴木 望
保健室型ライフケアコーチ
■色はこころの言葉
〜色でわかる本当の気持ち
■こころパレット®アドバイザー講座
■笑顔の子育て講座

教育 癒 子



介護なんでも相談室 ゆーみんサロン
佐藤 ゆかり
終活・介護・看取り講師
■終活講座
■介護講座
■看取り講座

その他 子



十勝SDGs実践委員会
芳賀 雅樹
SDGsワークショップファシリテーター
■楽しく、体で感じて、気づきがある
SDGsワークショップ

その他 子