

# 夢創り人講師一覧

料理

総数:7

※連絡先欄に「中央公民館へ」と記載がある場合は、中央公民館(0985-29-8455)にて連絡先のご案内をしています。

No.	講師情報			所属団体	ジャンル分野			過去の実績(概要)	講座の内容(100字以内)	料金		
	氏名	ふりがな	連絡先		ジャンル1	ジャンル2	ジャンル3			有料・無料	講師料などの相場	
1	39	渡邊 玲子	わたなべ れいこ	jre.re.re. reyco@gmail.com	料理&パン教室 ららキッチン	料理	子育て	その他	・県主催の男性の育児家事支援ワークショップ講師・子育てサークルMMMの自主グループ、親子パン教室講師・食育リーダー(県産食材使用)料理講師 ※ご希望に合わせて内容は決定。エロロ・持ち帰り用のタッパーや袋持参。	「時短でパン作り体験」時短手ごねパン、失敗しないケーキ作り、カンタンおいしい料理を1時間で3〜4品作ります。どれも基本から教えます。対象(人数10〜16名・年齢は小学生以上・日時は要相談(午前))	有料	10名以上:10,000円(材料費800〜1,200円/1人)
2	58	湯浅 ヨシ子	ゆあさ よしこ	中央公民館へ	宮崎友の会	子育て	料理	その他	4月より毎月、友の会にて「居場所作り」をしています。子どもをお持ちの若いお母さん対象の託児関係。昼食は自分たちで作って食べる(材料費込み500円)	「お菓子づくり、料理、家計、片付け、鍋帽子作り等」日時は要相談。対象は10人以内。※年齢は若いお母さん、子どもは小学生ぐらい。※教材費は教材によって異なる(500円〜1000円ぐらい)	無料	
3	96	谷口 由衣	たにぐち ゆい	090-5740-7695		料理			パレットにて月2〜3回、グルーブレッスンを行っています。また、オンラインにてパン教室を行っています。親子向けにも行っています。	【1時間で作るパン教室】通常2〜3時間かかるパン作りを1時間で作るパン教室です。対象人数:3〜10名。曜日:月〜日。対象年齢:子供から大人まで。但し幼児や低学年のお子様は大人メインで作ってもらいます	有料	一回6,000円。教材費一人につき3,000円
4	103	頼 進文	らい しんぶん	0985-89-4080		まちづくり	料理	その他	平成29,30年度、青島地区交流センター講座講師として活動(香港飲茶調理、内海地区自治会「アタパ餃子開発」指導、内海小学校「地域食品授業」にてアタパ餃子を指導、青島小学校「地域食品授業」で「本県食村豚まん」指導。県フードビジネス指導員として「米粉使用餃子」の開発指導。	【香港飲茶・小菓中草を楽しむ】 ●対象年齢〜小学生から大人まで年齢に応じた指導 ●対象人数〜成人教室は5、6名から20名まで(調理設備に応じて) ●曜日〜待になし	有料	①公民館講座、教材費1回につき1,000〜1,500円。 ②夢創り人、1回6,000円〜応相談。教材費1人1,000〜1,500円
5	112	しげんや 早川 健太	しげんや はやかわ けんた	中央公民館へ		料理			長野県野沢温泉村にて自家焙煎コーヒーのカフェしげんやを営んでおり、店内でコーヒーセミナーも開催しています。宮崎県には実店舗はありませんが、インターネットや定期便を通じてコーヒーを提供しており、過去にはフーディー霧島店での販売実績もあります。	【コーヒー飲み比べ&淹れ方セミナー】8〜10名。年齢不問。曜日相談。自宅でコーヒーを淹れて飲む楽しみをより楽しむための方法を伝授。体験しながら学ぶ、味の違いと淹れ方のコツ。	有料	教材費1人につき1000円〜2000円。講師料は要相談。
6	118	みなみ	みなみ	中央公民館へ		料理			都城の「生涯学習ボランティア講師」として2年間「家庭で重宝する無添加料理の提案」開催させて頂いています。最近日南市でも登録しました。	【家庭で重宝するlib.式無添加料理の提案】スタイルとしては、私が実践をして皆さんが聞いてメモる感じです。試食は出ます。	有料	一回の講座につき6000円。材料費は1人だいたい1000円。人数が10名を超える場合は要相談。
7	121	山下 みなみ	やました みなみ	080-4247-3774		健康・スポーツ	子育て	料理	・自宅教室で発酵講座(味噌づくり、麹調味料など)開催 ・子どもから大人まで楽しめる腸活ワークショップを実施 ・パンや米粉を使った料理、お菓子の教室を定期的に開催	【腸から元気に！暮らしに役立つ麹教室】「暮らしに寄り添う食」をテーマに、味噌や塩麹などの発酵食を中心に学びます。腸活を日々の生活に活かしながら、パンやお菓子作りなど、幅広く楽しむきっかけになります。	有料	教材費:1人につき500〜2000円。 1回の講座2000円。