

◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◆ まちづくり ◆ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇

【まちづくり講話】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|------------------|-----------------------|-----------|
| こばやし おさむ 小林 修 | 思いやりに満ち、明るく元気な地域を次世代に | 旧高崎・箕郷・群馬 |

【防災】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------------|--------------------|---------|
| あか ぼ じゅん こ 赤 羽 潤 子 | 福祉と防災を一体にとらえたまちづくり | 市内全域 |

【高崎学】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|------------------------|------------------|---------|
| あら い しげ お 新 井 重 雄 | 高崎学検定 | 市内全域 |
| きよ つか なが ひさ 清 塚 永 久 | 高崎の自然と樹木・植物について | 旧高崎・吉井 |
| こ ばやし ゆう いち 小 林 裕 一 | 高崎の歴史（交通・地政学的意味） | 市内全域 |
| わた なべ たけ お 渡 辺 丈 夫 | 高崎学（上野三碑） | 市内全域 |

◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◆ 福 祉 ◆ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇

【手話】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|------------------------|------------------------------------------|---------|
| よね やま さ え こ 米 山 佐江子 | 手話講習（創作しゅわ童話「シュワの国のものがたり」から指文字と手話の表現を学ぶ） | 市内全域 |
| よね やま のぼる 米 山 昇 | 脳活性化トレーニング | 市内全域 |

【コミュニケーション】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-------------------|----------------------------------------------------|---------|
| おおさこ めぐみ 大佐古 恵 | コミュニケーション（子どもとのコミュニケーションから人間関係まで、ゲームやコーチングの手法を用いて） | 市内全域 |

【カウンセリング】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------------|------|------------------------|
| うえ はら とし こ 植 原 俊 子 | 傾聴講座 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・榛名・吉井 |

【布ぞうり】

| 氏 名 | 指 導 内 容 | 指 導 可 能 な 地 域 |
|----------------|----------------|---------------------|
| まきのようこ 牧野洋子 | 布ぞうり・布スリッパ | 旧高崎・倉渕・箕郷 ・榛名 |
| よしだわこ 吉田わか | 布ぞうり・布スリッパの作り方 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・吉井 |

【写真】

| 氏 名 | 指 導 内 容 | 指 導 可 能 な 地 域 |
|----------------|------------|---------------|
| あべいさお 阿部いさお | 初心者向けカメラ教室 | 市内全域 |

【終活】

| 氏 名 | 指 導 内 容 | 指 導 可 能 な 地 域 |
|-----------------|--------------------|---------------|
| おだかりえこ 尾高理恵子 | 終活入門・エンディングノートの書き方 | 市内全域 |

【整理整頓】

| 氏 名 | 指 導 内 容 | 指 導 可 能 な 地 域 |
|-----------------|-------------|---------------|
| さくらいひろこ 櫻井洋子 | ナチュラルクリーニング | 市内全域 |
| やまぐちともこ 山口智子 | 整理収納術 | 市内全域 |

【料理】

| 氏 名 | 指 導 内 容 | 指 導 可 能 な 地 域 |
|---------------------|------------------|---------------------|
| いといななこ 糸井奈々子 | 家庭料理における食育 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・吉井 |
| いとうふみこ 伊藤文子 | 調理実習（家庭料理・うどん作り） | 市内全域 |
| こいけただし 小池 正 | 初心者向け男性料理 | 市内全域 |
| しばやまますこ 柴山 益子 | 調理実習 | 市内全域 |
| すずきこういちろう 鈴木 剛一郎 | 紅茶・ハーブ茶のおいしい入れ方 | 市内全域 |
| ふくしまたつろう 福島辰郎 | そば作り教室 | 箕郷 |
| まつばらさちこ 松原祥子 | 調理実習 | 市内全域 |
| よしだのりこ 吉田のりこ | 食育についての講話・調理実習 | 市内全域 |

【和裁・洋裁・手芸】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------|--------------------------------------------|------------------------|
| あらせ たかこ 荒瀬 隆子 | 手芸・粘土(銀・樹脂)を使ったアクセサリーや小物作り | 旧高崎 |
| いがらし きょうこ 五十嵐 恭子 | 手芸・クラフト全般 (受講する人に合わせたオリジナルの教材やオリジナルレシピを作成) | 市内全域 |
| かまた しほ 鎌田 志保 | レジンアクセサリー作り | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・榛名・吉井 |
| くわばら たかえ 桑原 孝枝 | 編み物 | 市内全域 |
| こじま りつこ 小島 律子 | レジンアクセサリー作り教室 | 市内全域 |
| しみず けいこ 清水 圭子 | 和服制作 (和布を使った小物) | 市内全域 |
| すみや えみこ 住谷 恵美子 | パッチワークキルト | 旧高崎 |
| せきかわ のりこ 関川 訓子 | 中国結び | 市内全域 |
| みずぐち あきえ 水口 アキエ | パッチワーク | 旧高崎 |
| やまぐち のぶこ 山口 信子 | 和裁 | 旧高崎・吉井 |

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◆ 子育て ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【子育て講話】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|--------------------|-------------------------------------------------|---------------------|
| うえはら ひろこ 植原 弘子 | 子育ての講話 | 市内全域 |
| かみむら ひでこ 神村 秀子 | 乳幼児期の子育てについての講話 (生活リズム-睡眠-、心・脳の発達と遊び、メディアの扱い方) | 市内全域 |
| こしば たかこ 小柴 孝子 | 温かい親子関係・人間関係の築き方 (「聞くこと・話すこと・対立を解くこと」の3つの柱を中心に) | 市内全域 |
| なかざわ みちこ 中澤 美知子 | 家庭教育 (楽しんで楽しい子育てのヒントや工夫の講話) | 市内全域 |
| はやし いずみ 林 いずみ | 家庭教育についての講話 (子育てのヒント) | 市内全域 |
| ますたに ゆきの 増谷 幸乃 | 乳幼児の子育て講座 | 市内全域 |
| ゆあさ やよい 湯浅 やよい | 不登校の学び合い | 市内全域 |
| わかやま そのみ 若山 園巳 | 乳幼児から思春期の子育てのポイント (講話、ゲーム等) | 旧高崎・倉渕・箕郷 ・群馬・新町 |

【親子あそび・ダンス】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------|---------------------------------------|---------|
| おり 織 茂 真 美 | ベビーマッサージ (親子のコミュニケーションを大切にしたタッチケア) | 市内全域 |
| こ 小 林 美 子 | ベビードダンス (赤ちゃんを抱っこでスキンシップ産後エクササイズ) | 市内全域 |
| さかい みづほ | リトミック (乳幼児の親子リトミックと園児のこどもリトミック) | 市内全域 |
| し 清 水 佳 代 | 親子レクリエーション、体を使った親子遊び | 市内全域 |
| たか 高 瀬 加 代 | キッズダンス・体力作り (リズムトレーニング、体操、ボールあそび等) | 市内全域 |
| なか 中 澤 妹 果 | 親子のふれあい遊び | 市内全域 |
| よこ 横 山 由美子 | 乳幼児から児童・生徒・親子へのふれあい遊び、体を使った運動 | 市内全域 |

【産後エクササイズ】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------|-----------------------------|-----------|
| うえ 上 田 史 織 | 育児疲れ・ストレス解消・産後ダイエット・体質改善の体操 | 旧高崎・新町・吉井 |
| みね 峰 岸 圭 衣 | 産後のバランスボールエクササイズ | 市内全域 |

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◆ 健康増進 ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【健康体操】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------|-----------------------------------------|---------|
| おお 大 橋 あきら 侃 | ラジオ体操 | 市内全域 |
| く 工 藤 友 美 | 健康体操 | 市内全域 |
| たき 瀧 本 陽 子 | 健康寿命を延ばす為の運動 | 市内全域 |
| なか 中 澤 まち 子 | ラジオ体操 | 市内全域 |
| なか 中 田 ゆき 子 | 介護予防運動 (筋トレ・脳トレ) | 市内全域 |
| まつ 松 井 厚 美 | レインボー健康体操 (脳トレ・筋トレで健康維持と認知症予防) | 市内全域 |
| むら 村 田 智 幸 | 健康気功 (気功を通じて自然治癒力を高め、バランスの取れた健康的な心身を作る) | 市内全域 |
| よし 吉 田 大 祐 | 健康増進・介護予防の座学と実技 | 市内全域 |
| わた 渡 邊 仁 崇 | ロコモ健康舞踊体操、簡単に出来る童謡・民謡・歌謡曲に合わせた体操 | 旧高崎 |

【健康講話】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------------------|------------------------------------|---------|
| 木内 歓 <small>（きうち たのし）</small> | 高齢者の心と体の健康づくり | 市内全域 |
| 堀越 誓子 <small>（ほりこし せいこ）</small> | 介護予防の6つのポイント ～いつまでも元気で過ごすためのコツ～ | 旧高崎・吉井 |

【フィットネス】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------------|
| 小菅 明美 <small>（こすげ あけみ）</small> | フィットネスフラ（フラダンスの動きを使って行う有酸素運動とストレッチ） | 旧高崎・箕郷・群馬・新町・榛名・吉井 |
| 田中 由紀子 <small>（たなか ゆきこ）</small> | フィットネスフラ | 市内全域 |

【エクササイズ】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------------------------|----------------------|-----------|
| 大熊 祐子 <small>（おおくま ゆうこ）</small> | 運動指導 | 市内全域 |
| 膳 紀子 <small>（ぜん のりこ）</small> | エアロビクス | 旧高崎・群馬・新町 |
| 原 田 あつ子 <small>（はら だ あつこ）</small> | 和のエクササイズ（お手入れエクササイズ） | 市内全域 |

【ヨガ】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------------------|------------|-----------------|
| 秋谷 知世子 <small>（あきや ちせこ）</small> | ラフターヨガ | 旧高崎・群馬・新町 吉井 |
| 阿久津 信子 <small>（あくつ のぶこ）</small> | ラフター（笑い）ヨガ | 市内全域 |
| 左右田 悦子 <small>（そうだ えつこ）</small> | 笑いヨガによる呼吸法 | 市内全域 |
| 町田 美弥子 <small>（まちだ みやこ）</small> | ヨガ | 市内全域 |

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◆ スポーツ ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【ダンス】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------|
| 岡部 正勝 <small>（おかべ まさかつ）</small> | 社交ダンス | 旧高崎・箕郷・群馬・新町・吉井 |
| 工藤 ロザンジェラ <small>（くどう ろざんじえら）</small> | ラテンダンス・親子でラテンダンス | 市内全域 |
| 齋藤 多恵子 <small>（さいとう たえこ）</small> | 雷舞（よさこい踊り）等の年齢を問わず楽しめるダンス | 市内全域 |
| 高岩 まなみ <small>（たかいわ まなみ）</small> | 幼児からお母さんまでのダンス・親子ダンス （リズムダンスやヒップホップダンスなど） | 市内全域 |
| MAL <small>（まる）</small> | ダンス指導（HIPHOPや上州タカサキオンド等） | 市内全域 |

【空手】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------|--------------------------------------|---------|
| かとうけんいち 加藤健一 | 空手道の基本動作と応用 (子供から高齢者までの楽しいエクササイズ) | 市内全域 |

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◆ 芸術・文化・音楽 ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【絵画】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------|--------------------------------------|------------------------|
| いと い やちよ 糸井八千代 | 絵てがみ | 旧高崎 |
| おか だ せい じ 岡田誠二 | 絵画（油絵・水彩） | 市内全域 |
| おか だ ひで こ 岡田秀子 | ハガキ絵（水彩画） | 市内全域 |
| か とう よう こ 加藤陽子 | 美術全般（ポスター夏休み宿題・絵画） | 旧高崎・箕郷・群馬 |
| そう きん 曾勤 | 現代水墨画 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・榛名・吉井 |
| なか じま ひろ ゆき 中嶋博之 | 水彩スケッチ画 (初心者も飾って楽しめる草花、野菜、風景、その他) | 旧高崎・箕郷・群馬 ・榛名・吉井 |
| やま ぐち たかこ 山口たか子 | 絵画教室（小学生から高齢者まで） | 市内全域 |

【音楽】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|--------------------|---------------------------------------------------|------------------|
| おだわら とも お 小田原朝雄 | オカリナの吹き方 | 市内全域 |
| かた やま たけ お 片山竹男 | 尺八（演歌） | 市内全域 |
| きし とし お 岸敏郎 | オカリナ・尺八・フルート・オークラウロによる演奏会 | 市内全域 |
| さる や ゆう き 猿谷友規 | 歌唱・発声・合唱指導 (みんなで歌える曲・声の出し方など) | 旧高崎・群馬・新町 ・吉井 |
| たけ い れい こ 武井礼子 | なつかしい歌を大勢で一緒に歌う (キーボードの生演奏の伴奏つき) | 旧高崎・新町・吉井 |
| なか やま るりこ 中山ルリ子 | ピアノの伴奏・弾き語りをしてながら一緒に楽しく歌う (歌謡曲・童謡・唱歌・フォークソング他) | 旧高崎 |
| みつ い くみこ 三井久味子 | シャンソン | 市内全域 |
| もり た きよし 森田きよし | 沖縄三線と津軽三味線の演奏 | 市内全域 |
| よし だ ちよこ 吉田智代子 | 大正琴の指導 | 市内全域 |

【書道・ペン習字】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------|------------|---------------------|
| しんぼあきこ 新保昭子 | 硬筆習字（ペン習字） | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・榛名 |
| たけだほうせん 武田鳳泉 | 書道 | 旧高崎・箕郷・群馬 |

【芸能】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-------------------|-------------------------|------------------|
| おきたかんらく 沖田 勸 楽 | 手品の実演と簡単な手品教室 | 市内全域 |
| とみざわけいじ 富澤 啓 治 | マジックの実演と講習 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町 |
| もりやえいこ 森谷 英 子 | 簡単な日舞体操（童謡などの邦楽に合わせて踊る） | 旧高崎・群馬・吉井 |

【茶道・華道（フラワーアレンジメント）】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-------------------|----------------------------------------|------------------|
| いざわちよみ 井澤 千代美 | プリザーブドフラワー・ハーバリウムアレンジメント （大人・子供の花育） | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町 |
| おおたけさとこ 大竹 里 子 | 茶道 | 新町 |
| よこやまみつえ 横山 みつ江 | 造花を使った作品の制作 | 市内全域 |

【折り紙】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|---------------------|----------------------------|---------|
| うえはらかずゆき 上原 和 幸 | 昆虫立体切り折り紙 | 市内全域 |
| こばやしまさたろう 小林 成太郎 | 折り紙（伝承折り紙・季節の折り紙・実用的な折り紙等） | 市内全域 |

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◆ ことば・文学 ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【ことば（日本語・英語）】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-------------------|----------------------------------------|---------|
| あきやままり 秋山 麻 里 | 英語 | 市内全域 |
| おかだとよじ 岡田 豊 治 | 日本語の語源・文字（漢字・仮名）・表記（仮名遣い・ 送り仮名）について | 市内全域 |
| きぬがわかおり 絹川 香 織 | 英語あそび | 市内全域 |
| くぼたさよこ 久保田 小夜子 | 英会話 | 旧高崎 |

【読書・読書感想文】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|----------------|----------------------------------------------|---------------------|
| おくのれいこ 奥野麗子 | 小学生の読書感想文書き方教室 (基本的な書き方の指導を個々の読んだ本に沿って行う) | 旧高崎・倉渕・箕郷 ・群馬・榛名 |

【よみきかせ・朗読・昔語り】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------|----------------------------------|---------------------|
| かないみよこ 金井ミヨ子 | 乳幼児から高齢者までの絵本講座 | 旧高崎・箕郷・群馬 |
| さかいと 坂井土喜 | 絵本講座 (乳幼児から高齢者までの読み聞かせとわらべうた) | 旧高崎 |
| すがあやこ 須賀綾子 | パペットを使った読み聞かせの実演とパペット制作 | 旧高崎・倉渕・箕郷 ・群馬・榛名 |
| やすひろみ 安弘美 | 朗読 | 市内全域 |
| ゆうきゆうこ 結城裕子 | 民話の語りによる講話・語りの指導 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・榛名 |

【古典文学】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|------------------|--------------------------------------------------------|---------|
| おおしまとう 大島灯宇 | 日本古典文学の解説と読解（源氏物語・伊勢物語・土佐日記・好色一代男・奥の細道・千五百番歌合の後鳥羽院の判詞） | 市内全域 |
| おりもしょういち 折茂正一 | 古典文学講話（古典の講座・読解） | 市内全域 |

【俳句・短歌】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|------------------|--------------|------------------------|
| しみずまいこ 清水舞子 | 俳句 | 旧高崎・倉渕・箕郷 ・榛名 |
| すとうわかば 須藤若葉 | 詩吟の吟詠・漢詩・和歌等 | 旧高崎・新町 |
| ふじまきじゅんこ 藤巻淳子 | 俳句 | 旧高崎・倉渕・箕郷 ・群馬・新町・吉井 |
| やまぐちひろし 山口博 | 俳句 | 旧高崎 |

◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◆ 歴 史 ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【郷土史・古文書】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|------------------|----------------------|---------|
| しかのふくじ 鹿野福次 | 地震・火山の発生メカニズムと災害について | 市内全域 |
| たじまかつらお 田島桂男 | 地域の歴史 | 市内全域 |
| なかじまひろし 中嶋宏 | 長野堰用水開削の歴史 | 旧高崎 |
| よこくらこういち 横倉興一 | 郷土の古代史（特に弥生時代～奈良時代） | 市内全域 |

【パソコン】

| 氏名 | 指導内容 | 指導可能な地域 |
|-----------------------|--------------------------------------------|------------------------|
| あん どう たか お 安 藤 夤 夫 | パソコン (Windows) の基本操作から応用操作まで | 旧高崎・群馬・新町 ・吉井 |
| うえ の おさむ 上 野 政 | パソコン指導 | 旧高崎 |
| えん どう 遠 藤 めぐみ | パソコン (ワード・エクセル) | 旧高崎 |
| かさ かわ まこと 笠 川 信 | 旧型パソコンの活用 | 市内全域 |
| かもしだ ふみこ 鴨志田 富美子 | パソコン操作 | 旧高崎・吉井 |
| ただ いし ゆみこ 只 石 裕美子 | パソコン (Windows) の操作 | 旧高崎・新町・吉井 |
| なか ざと げん じ 中 里 源 司 | パソコン指導 (Windows) | 市内全域 |
| はせがわ まさ し 長谷川 政 司 | パソコン指導、Windows PC の操作、ソフトウェア全般 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・榛名・吉井 |
| ふく しま み よし 福 島 三 好 | パソコン (Windows) の基本操作 (Word・Excel で絵を描く) | 旧高崎・箕郷・群馬 |
| まつ おか ひで よ 松 岡 秀 世 | ビデオ撮影とビデオ編集 | 市内全域 |
| むら た かず お 村 田 和 夫 | パソコン操作指導 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・新町・榛名・吉井 |
| やま ざき よし き 山 崎 義 樹 | シニア・初心者を対象としたパソコン操作の指導 (パソコンはWindows) | 旧高崎 |
| よ だ くに お 依 田 邦 男 | パソコン (Windows) の操作全般 | 旧高崎・箕郷・群馬 ・榛名・吉井 |

詳しくは、地域人材支援センターまでお問合せください。