

【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	夢や希望を持って元気の出る活気のある地域づくりを考える	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	高崎学（名木・古木と寺院の歴史）	旧高崎・吉井
くわ な ひで はる 桑 名 秀 晴	高崎学（古代・上野三碑等）	市内全域
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
さい とう たかし 斉 藤 隆	高崎学全般 （高崎藩歴代藩主の活躍・倉賀野の歴史と史跡等）	市内全域
さ の まさ あき 佐 野 正 明	高崎学全般（高崎東部地域の歴史）	市内全域
なが い かず とし 長 井 和 俊	高崎学（時代毎のおもしろい歴史）	市内全域
わた なべ たけ お 渡 辺 丈 夫	高崎学（小栗上野介忠順・上野三碑・上野国分寺等）	市内全域

【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	ぐーちよきぱーでゲームしましょう （脳活性化ゲームによる手話トレーニング学習）	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 ・榛名

【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・布スリッパの作り方	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

【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
くろさわまこと 黒澤誠	コーチングを活用したコミュニケーション術	旧高崎・箕郷・群馬・新町・吉井
こ木ぐれまさこ 木暮昌子	イメージアップボイスレッスン	市内全域

【写真】

氏名	指導内容	指導可能な地域
あべいさお 阿部 功	初心者向けカメラ教室 （一眼レフ・ミラーレス・スマートフォン）	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

【料理】

氏名	指導内容	指導可能な地域
いとうふみこ 伊藤文子	調理実習（家庭料理・家庭で手軽にできるうどん作り）	市内全域
こいけただし 小池 正	調理実習（簡単・安い・早い料理）	市内全域
しばやまますこ 柴山 益子	食に関する講話・調理実習	市内全域
すずきこういちろう 鈴木 剛一郎	おいしい紅茶の入れ方	市内全域
まつばらさちこ 松原 祥子	料理教室（実技）	市内全域
よしだのりこ 吉田 則子	調理実習・食育についての講話	市内全域

【整理整頓】

氏名	指導内容	指導可能な地域
やまぐちともこ 山口智子	整理収納術	市内全域

【手工芸】

氏名	指導内容	指導可能な地域
あらせたかこ 荒瀬隆子	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	市内全域
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	市内全域
しろいしつとむ 白石努	竹細工（竹を素材としたかご作り）	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	伝統の結び（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 ◆ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇

【親子あそび・ダンス】

氏名	指導内容	指導可能な地域
おりもまみ 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
こばやしよしこ 小林美子	ベビードダンス（赤ちゃんの脳育 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 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ためのリトミック）	市内全域
たかせかよ 高瀬加代	キッズダンス・体力作り（幼児対象）	市内全域
なかざわまいか 中澤妹果	乳幼児の親子ふれあいあそび （親子リズム・体を使ったあそび・わらべうた等）	市内全域
よこやまゆみこ 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

【子育て講話】

氏名	指導内容	指導可能な地域
うちだともこ 内田智子	小中学生期の子育てのヒント	市内全域
おおさわじゅんこ	絵本のある子育てについての講座	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	市内全域
ごう郷 かおり	子育て講話 (親子関係がより良くなる勇気づけコミュニケーション)	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	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
はやし林 いずみ	家庭教育(子育てのヒント)	市内全域
ますたにゆきの 増谷幸乃	乳幼児と親の関わり方(子育て論)	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	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

【産後エクササイズ】

氏名	指導内容	指導可能な地域
みねぎしけい 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 ◆ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇ ◇

【フィットネス】

氏名	指導内容	指導可能な地域
こすげあけみ 小菅明美	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)	市内全域
たなかゆきこ 田中由紀子	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
おおくまゆうこ 大熊祐子	運動指導	市内全域
かとうけんいち 加藤健一	空手道の基本動作と応用 (子どもから高齢者までの楽しいエクササイズ)	市内全域
ぜん膳 のりこ のり子	エアロビクス	旧高崎・群馬・新町
はらだあつこ 原田あつ子	和の心・和のエクササイズ (心と体を元気にするエクササイズ)	市内全域

【健康講話】

氏名	指導内容	指導可能な地域
井上正文 <small>いの うえ まさ ふみ</small>	食養生についての講話	市内全域

【健康体操】

氏名	指導内容	指導可能な地域
大橋侃 <small>おお はし あきら</small>	ラジオ体操	市内全域
佐俣陽子 <small>さ また よう こ</small>	3B体操	市内全域
瀧本陽子 <small>たき もと よう こ</small>	健康体操	市内全域
中澤満知子 <small>なか ざわ まち こ</small>	ラジオ体操	市内全域
中田由起子 <small>なか だ ゆき こ</small>	介護予防運動（筋トレ・脳トレ）	市内全域
松井厚美 <small>まつ い あつ み</small>	レインボー健康体操	市内全域
むらたとも智幸 <small>むら た とも ゆき 幸</small>	健康気功（気功を通じて自然治癒力を高め、バランスのとれた健康的な心身を作る）	市内全域
もりや谷英子 <small>もり や 谷 えい こ</small>	日舞体操・盆踊り	旧高崎・箕郷・榛名・吉井
よしだ大祐 <small>よし だ だい すけ</small>	世代や対象に応じた体づくりの座学と実技	旧高崎・箕郷・群馬・新町・榛名・吉井
わたなべきみたか <small>わた なべ きみ たか</small>	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

【ヨガ】

氏名	指導内容	指導可能な地域
あきや谷知世子 <small>あき や 谷 ち せ こ</small>	ラフターヨガ	旧高崎・群馬・新町・榛名・吉井
いぐさのり子 <small>い ぐさ のり こ</small>	笑いヨガ	旧高崎・箕郷・群馬
いのうえのぶ子 <small>いの うえ のぶ こ</small>	笑いヨガ	市内全域
えいづかまゆみ <small>えい づか ま ゆ み</small>	やさしいヨガ	市内全域
そうだえつ子 <small>そう だ えつ こ</small>	笑いヨガによる呼吸法	市内全域
まちだみやこ <small>まち だ み や こ</small>	ヨガ	旧高崎・箕郷・群馬・新町・吉井

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

【ダンス】

氏名	指導内容	指導可能な地域
くどう ろざんじえら 工藤 ロザンジェラ	ラテンダンス・親子でラテンダンス	市内全域
さいとう たえこ 齋 藤 多恵子	年齢を問わず楽しめるダンス (雷舞・よさこい・リズムダンス等)	市内全域
たか いわ まなみ 高 岩 まなみ	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
ま る MAL	はじめてのHIP HOP	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 じ二 岡 田 誠 二	油絵の基本から制作まで	市内全域
おか だ ひで こ子 岡 田 秀 子	ハガキ絵（水彩画）	旧高崎・群馬
か とう よう こ子 加 藤 よう 子	美術全般（親子でアート・夏休み宿題（ポスター・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
やま ぐち たかこ 山 口 たか子	絵画教室	市内全域

【音楽】

氏名	指導内容	指導可能な地域
きし とし お郎 岸 敏 郎	オカリナ・尺八・オークラウロ・フルートによる演奏会	市内全域
さる や ゆう き規 猿 谷 友 規	歌唱・呼吸法・合唱指導	旧高崎・群馬・新町
たけ い れい こ子 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・群馬・新町 吉井
なか やま るりこ 中 山 るり子	ピアノの伴奏・弾き語りをしてしながら一緒に楽しく歌う	旧高崎
もり た きよし 森 田 潔	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（ボールペン習字）	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 歓 楽	手品の実演と簡単な手品教室	市内全域

【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アレンジ（ハーバリウム含む）	旧高崎・箕郷・群馬 ・新町
おお たけ さと こ 大 竹 里 子	茶道	旧高崎・新町
よこ やま え 横 山 みつ江	造花などを使った作品の制作 （コサージュ・リース・ハーバリウム）	市内全域

【折り紙】

氏名	指導内容	指導可能な地域
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	英語活動・英会話	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
く ぼ た さよ こ 久保田 小夜子	英会話	旧高崎
ほん ごう よう こ 本 郷 容 子	英語であそぼう	市内全域

【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 （各児童の読んだ本を通して基本的な書き方の指導を行う）	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 き 坂 井 土 喜	絵本講座	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・講座	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 う 大 島 灯 宇	日本古典文学の読解と解説	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	俳句の作り方	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	火山噴火と地震発生メカニズム・古文書で探る被害状況	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	長野堰用水開削と高崎の歴史	市内全域
よこ くら こう いち 横 倉 興 一	古代を中心とした高崎地域の歴史の再発見	市内全域

【パソコン】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
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
かもしだ ふみこ 嶋志田 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	パソコン操作 (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	ビデオ編集	市内全域
むら た かず お 村 田 和 夫	パソコン操作	市内全域
やま ざき よし き 山 崎 義 樹	パソコン操作の指導 (Windows パソコン)	旧高崎
よ だ くに お 依 田 邦 男	パソコン (Windows) 操作の全般と写真編集加工	旧高崎・箕郷・群馬 ・榛名

詳しくは、地域人材支援センターまでお問い合わせください。