

◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◆ 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	少子高齢化社会への対策に関する講話	市内全域

【防災】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
あか ば 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
おお の なお き 大 野 直 樹	高崎学（中山道・新町宿・倉賀野宿・高崎宿）	市内全域
きよ づか なが ひさ 清 塚 永 久	高崎学（名木・古木と寺院の歴史）	旧高崎
くわ な ひで はる 桑 名 秀 晴	高崎学（高崎の歴史（古代～近代、教育史など））	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
たか い いく ろう 高 井 郁 朗	高崎の歴史（おもしろい雑学）	市内全域
なが い かず とし 長 井 和 俊	高崎学（高崎の古代・中世）	市内全域
よし かわ ゆう じ 吉 川 裕 司	高崎学（景観考古学）	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

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

【手話】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
よね やま のぼる 米 山 昇	手話通訳ごっこで遊ぼう	市内全域

◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◆ 環 境 ◆ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇

【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 こ	布ぞうり・布スリッパの作り方	旧高崎・箕郷・群馬 ・吉井

◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◆ 生 活 ◆ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇

【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 まこと 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
さとうまさこ 佐 藤 昌 子	声力向上レッスン	市内全域

【自分史】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
おぐらけいこ 小 倉 圭 子	自分史づくり（一枚の写真から作るミニ自分史から本格的なものまで）	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 いさお 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

【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	旧高崎・箕郷・群馬 新町・吉井
よしいみずき 吉 井 瑞 紀	整理収納お片付け講座	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
しば やま ます こ 柴 山 益 子	食に関する講話・調理実習	旧高崎・倉渕・箕郷 群馬・新町
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	食に関する講話・調理実習	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

【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
せき ぐち ま い こ 関 口 麻衣子	ハーバリウム	市内全域
たけ い き よ こ 武 井 紀代子	クラフトバンドを使った作品の制作（バッグ・小物等）	旧高崎・箕郷・群馬
とみ ざわ ま ゆ み 富 澤 真由美	バルーンアート （身近に作れる簡単な作品作りから装飾的なものまで）	市内全域
みや の たか こ 宮 野 貴 子	ビーズアクセサリー作り（初心者から中級者まで）	旧高崎・群馬・新町

◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◆ 子 育 て ◆ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇◇ ◇

【子育て講話】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
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
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 柴 孝 子	温かい親子関係・人間関係の築き方	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
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 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
くずはら そのか	ふれあいリトミック（親子・園児対象）	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	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

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

【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（赤ちゃんから高齢者まで）	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）	群馬
こ ばやし じゅん こ 小 林 潤 子	運動指導（赤ちゃんから高齢者まで）	市内全域
はら だ 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

【フィットネス】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
たか の なつ み 高 野 夏 美	コンディショニング (筋肉のバランスを良くして身体を整える)	旧高崎・箕郷・群馬 新町

【ウォーキング】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
つか もと ひろ お 塚 本 博 夫	ノルディックウォーキング	市内全域

【健康講話】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
はぎ わら えつ こ 萩 原 悦 子	ストレスケア講座	旧高崎・群馬・新町 吉井

【健康体操】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
おお はし あきら 大 橋 侃	ラジオ体操	市内全域
こ ばやし じゅん いち 小 林 準 一	年齢層や体力に応じた運動教室	市内全域
さ また よう こ 佐 俣 陽 子	3 B 体操	市内全域
たき もと よう こ 瀧 本 陽 子	健康体操	市内全域
なか ざわ まち こ 中 澤 満知子	ラジオ体操	市内全域
なか だ ゆ き こ 中 田 由起子	フレイル予防運動（筋トレ・脳トレ）	市内全域
ふじ かわ き み こ 藤 川 貴美子	ニコッとダンス（楽しく簡単な運動）	市内全域
まつ い あつ み 松 井 厚 美	レインボー健康体操	市内全域
むら た とみ ゆき 村 田 智 幸	健康気功（気功を通じて自然治癒力を高め、バランスのとれた健康的な心身を作る）	市内全域
もり や えい こ 森 谷 英 子	日舞体操・盆踊り	旧高崎・群馬・吉井
よし だ だい すけ 吉 田 大 祐	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 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

【ヨガ】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
あき や ち せ こ 秋 谷 知世子	ラフターヨガ	旧高崎・群馬・新町 榛名・吉井
あさ の ま き 浅 野 真 樹	ヨガ	市内全域
い ぐ さ の り こ 井 草 典 子	笑いヨガ	市内全域
い し い け い こ 石 井 桂 子	ヨガ（初めての方から経験者まで）	市内全域
えい づ か ま ゆ み 永 塚 真由美	やさしいヨガ	市内全域
かん べ じ ゅ ん い ち 神 部 純 一	椅子に座って行うヨガ	市内全域
まち だ み や こ 町 田 美弥子	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 ェ 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	ダンス（幼児からシニアまで・親子ダンス）	市内全域

【ユニバーサルスポーツ】

氏 名	指 導 内 容	指 導 可 能 な 地 域
ま え だ さ と え 前 田 里 恵	ボッチャ	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
か と う よ う こ 加 藤 陽 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 ぞう 曾 勤	誰でも描ける楽しい現代水墨画（水墨画・仏画）	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 （油絵・水彩・クレヨン・色えんぴつ・夏休みの課題）	市内全域

【音楽】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
いとうひろこ 伊藤 啓子	三味線（民謡・歌謡曲）	市内全域
うえはらかよこ 上原 加余子	発声・歌唱指導	旧高崎・吉井
うちかわみず穂 内川 みず穂	「うたと音楽」を使ったレクリエーション	市内全域
きしとしお 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
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・群馬・新町 吉井
ながせまり 長瀬 真理	大正琴	市内全域
なかやまるりこ 中 山 ルリ子	ピアノの伴奏・弾き語りをしながら一緒に楽しく歌う	旧高崎
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
いわもとちか香 岩 本 智 香	書道（初級）	旧高崎
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・吉井
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 沖 田 欽 楽	手品の実演と簡単な手品教室	市内全域
じゅじゅ	腹話術	市内全域

【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・榛名
よこやまみつえ 横山 みつ江	造花を使った作品の制作（コサージュ・季節のリース）	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
み うら ゆ い 三 浦 由 以	親子英語	旧高崎・新町・吉井

【よみきかせ・朗読・昔語り】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
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	市内全域
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・講話	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（主に源氏物語）	市内全域

【俳句】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
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

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

【郷土史・古文書】

氏 名	指 導 内 容	指導可能な地域
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・中世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
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
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。