

ねんどばん  
2026-2027年度版

みなみく  
南区

まち せんせい  
街の先生ガイド

まち せんせい ひと  
「街の先生」には、いろいろなことができる人が  
たくさんいます。

ちいき がっこう  
地域や学校でイベントをするときに、  
まち せんせい ねが  
「街の先生」にお願いしてみませんか。

けんさく  
検索はこちらから



しみんかつどう たぶんかきょうせい  
みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ  
Minami Citizens Activity & Multicultural Lounge

南区は、横浜市で3番目に外国人住民が多く住む区です。  
南区に住む外国人にも読みやすいように、  
このガイドには「やさしい日本語」で書かれている部分もあります。

## もくじ 目次

### ● みなみく まち せんせい 南区 街の先生リスト

1. <small>がくじゆつ きやういく</small> 学術・教育	p.1 ~ p.2
2. <small>げいじゆつ ぶんか しゆみ</small> 芸術・文化・趣味	p.3 ~ p.15
3. <small>ごがく こくさいこくりゆう</small> 語学・国際交流	p.16 ~ p.18
4. <small>さんぎやう</small> 産業・IT	p.19 ~ p.20
5. スポーツ・レクリエーション	p.21 ~ p.24
6. <small>せいかつ ふくし けんこう</small> 生活・福祉・健康	p.25 ~ p.30

### ● おんじゆん 50音順でならんだリスト p.31~ p.34

#### ふるく 付録

- 1) みなみく まち せんせい はけんいらいしよ  
南区「街の先生」派遣依頼書
- 3) みなみく まち せんせい じぎやうしゆうりようほうこくしよ いらいしやよう  
南区「街の先生」事業終了報告書（依頼者用）

「街の先生」は、イベントや活動の場所へ行って、演奏したり、教えたり、話をしたりします。

「街の先生」をお願いできるグループは、地域の中で活動したりしている団体（例：町内会、PTA、

福祉施設、学校 など）です。個人のレッスンや、家族だけでの申し込みはできません。また、お金も

けの活動、宗教の活動、政治の活動には使えません。よろしくお願ひします。



# 1. 学術・教育

1	読書法の解説・ 読書会の立ち上げ支援
登録 番号	<1-0 2 >
名称 (活動名)	むらかみ ただし 村上 正
活動 形式	指導・披露・講義
対象者の 程度	中級者向け・上級者向け
対象者の 年代	中高生・大人・高齢者
内容	古今東西の名著400冊以上読んだ知恵とAIの英知を利用して大きなテーマを話し合うお手伝いができます。多文化共生のヒントにもなります。

2	横浜大空襲の語部
登録 番号	<1-0 3 >
名称 (活動名)	しむら みずお 志村 瑞雄
活動 形式	講義
対象者の 程度	初心者向け
対象者の 年代	乳幼児（親子）・小学生・中高生・高齢者
内容	社会福祉協議会より東日本大震災に1週間程行きました。地元（金沢区）の歴史の会で発表会及び講演をしています。

3	環境教育
登録 番号	<1-0 4 >
名称 (活動名)	ふじやま ちづえ 藤山 千鶴江
活動 形式	指導・披露・講義
対象者の 程度	初心者向け
対象者の 年代	どなたでも
内容	・自然や生物を大切に、環境のために責任ある行動をとれる人を育成するための体験型プログラムを実施します。 ・五感を使った自然観察、身近な動植物に関するワークショップ、体を動かすアクティビティなどを通して、参加者の「気づき」を促します。 ・対象はお子様から大人まで、どなたでも可能です。 ・実施場所は、机と椅子があれば屋外・屋内どちらでも可能です。

4	横浜近代化の歴史を辿る
登録 番号	<1-0 5 >
名称 (活動名)	かとう あきひこ 加藤 明彦
活動 形式	講義
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	どなたでも
内容	「わが街横浜の成り立ちを知り、更なる愛着を持ちましょう」をテーマに、講演活動をしています。 内容は、 ①新田開発 ②黒船来航 ③鉄道開業 ④島山重忠です。

5	南区における戦時中の語り部
登録番号	<1-06>
名称 (活動名)	なかむら しずえ
	中村 静枝
活動形式	講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	南区の戦争、特に大空襲前後の様子、その後の食糧難について話せます。

6	大岡川流域全般の歴史とまち歩き
登録番号	<1-07>
名称 (活動名)	かわきた たはる
	河北 直治
活動形式	指導（ワークショップ）・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	小学生、どなたでも
内容	10年にわたって市内まち歩き企画・ガイド・運営。実施回数は延べ150回を超えます。並行して歴史講座も開催。地図を使った防災視点の路上観察まち歩きも行っています。





## 2.芸術・文化・趣味

7	クラリネット・リコーダー他教育 楽器・吹奏楽・管弦楽指導
登録 番号	<2-04>
名称 (活動名)	こまつ はちろう
	小松 八郎
活動 形式	指導・披露
対象者の 程度	初心者向け・中級者向け・ どなたでも
対象者の 年代	小学生・大人・高齢者
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リコーダー教室、個人指導</li> <li>・施設などでリコーダー演奏（高齢者に唱歌や世界の名曲をお話を交えて）</li> </ul> <p>*「対象者の程度」について、指導できるのは「初心者向け」と「中級者向け」です。披露できるのは「どなたでも」です。</p>

8	トールペイント・ フェイスペイント
登録 番号	<2-06>
名称 (活動名)	かとう さちこ
	加藤 幸子
活動 形式	指導
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	どなたでも
内容	<p>トールペイント：初めての方でも図案があるので楽しく描けます。白木・缶・ビン・布・皮等、何でも描けるので夢が広がります。</p> <p>フェイスペイント：イベントでお顔や手にペイントしますので、ためしてみませんか。</p>

9	裏千家茶道
登録 番号	<2-11>
名称 (活動名)	みなみたに そうこう
	南谷 宗江
活動 形式	指導
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	どなたでも
内容	裏千家茶道諸道具茶道全般、基本点前、客の作法心得など。

10	二胡の演奏
登録 番号	<2-13>
名称 (活動名)	いわさわ えみこ
	岩澤 恵美子
活動 形式	披露
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	どなたでも
内容	二胡と葫芦絲（ふるす=ひょうたん笛）の演奏。

11	ペン習字
登録番号	<2-15>
名称 (活動名)	すずき やすこ 鈴木 泰子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	日常の文字を美しく、季節のご挨拶を美しい手書き文字で。

12	日本舞踊
登録番号	<2-18>
名称 (活動名)	たかちよ けい 高千代 景
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	日本舞踊教室を通して、幼児から高齢者まで広くおじき、歩き方、踊りを基本から教えています。各地の盆踊りなどで、日本文化を楽しく伝える活動中です。(英語による舞踊指導も可能)

13	詩吟
登録番号	<2-19>
名称 (活動名)	ささき すいほう 佐々木 翠鵬
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	漢詩、和歌、俳句などに節をつけて朗詠します。初めての方、経験ありの方、どなたでもOKです。詩の心など声を出し、一緒に触れていきましょう。

14	絵手紙
登録番号	<2-35>
名称 (活動名)	わたなべ ひとみ 渡辺 日登美
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	四季折々の題材で絵に言葉をそえます。「へたでいい へたがいい」のキャッチコピーで誰でも楽しく描くことができます。

15	書道
登録番号	<2-37>
名称 (活動名)	いのうえ てるよ 井上 照代
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け・ どなたでも
対象者の年代	小学生・中高生・大人・高齢者
内容	子供達向けにひらがなの基本から教えます。大人には季節に応じた書（年賀状、いろは百人一首等）を指導します。希望により漢字も教えます。

16	韓国茶会(arugatea)
登録番号	<2-40>
名称 (活動名)	やまだ れいこ 山田 玲子
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	内容により：小学生、中高生 大人・高齢者
内容	韓国にあるいろいろなお茶の紹介・効能・美味しい飲み方・ブレンドの仕方などをレクチャーしながら、一緒に作ったりして楽しんで頂いています。また、韓国のいろいろな情報などもお話お茶だけでなく、韓国の文化にも触れて頂けるようなワークを取り入れたりする会の開催心がけています。希望者には課外授業として花茶摘みに出かけたりもしています。Instagramにてお茶作りの動画で紹介中。

17	絵手紙
登録番号	<2-42>
名称 (活動名)	ごとう まゆみ 後藤 まゆみ
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	小学生から高齢者まで初めてでもやさしく、描けるよう指導していきます。季節感のある心を伝える絵手紙を目指します。

18	オカリナ指導
登録番号	<2-45>
名称 (活動名)	こたなぎ えみこ 小棚木 恵美子
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	ストレッチや、リズム練習をしてから、オカリナの基礎練習をして、簡単な童謡唱歌などを吹いてから、レベルにあった曲の練習をします。最初はみんなでメロディーの曲を吹いて私がオカリナで伴奏を入れたりしながら、楽しく合奏練習をします。曲によっては、カラオケを流しながらの演奏や、オカリナの2重奏・3重奏などもレベルに合わせて楽しんでいきます。

19	俳句
登録番号	<2-47>
名称 (活動名)	たかい よしお
	高井 義夫
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	四葩会と梅一輪の会の先生をしています。両会とも次回句会のときに、提出された句に解説をつけてわたしています。両会とも最高得点者に景品（袋菓子）を渡しています。景品をもらった人は、次回の季題を決めています。

20	ハーモニカ・歌声
登録番号	<2-48>
名称 (活動名)	たかい よしお
	高井 義夫
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	現在ハーモニカの演奏は中止しており、サービスでの演奏はピアノ音またはギター音のみでおこなっております。持ち歌は600曲をこえます。

21	落語
登録番号	<2-52>
名称 (活動名)	しゅうふうていしゃっきん
	秋風亭借金
活動形式	披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	お呼びがかかれば、どこへでも、たとえ火の中、水の中、そんなことすれば、身が持たない。口演時間は先様次第、訪問日時もお相手次第。着物・手拭い・扇子とともに座布団・めくり・めくり台、ちよい軽めのの出囃子CD、大小小道具ひっさげて、六歩を踏んで参じます。（お客様の要望に沿い、日程を組み、時間帯を設定しています。）

22	マイ・食器づくり
登録番号	<2-53>
名称 (活動名)	ふかや すみえ
	深谷 住江
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	小学生・中高生・大人・高齢者
内容	食器づくり体験。白いカップや皿に転写紙の絵柄（花・動物など）をデザインし、焼き付け（電気炉使用）、日常使える食器を作ります。

23	手作りアクセサリ
登録番号	<2-54>
名称 (活動名)	ふかや すみえ
	深谷 住江
活動形式	指導
対象者の程度	中級者向け
対象者の年代	中高生・大人・高齢者
内容	①白い磁器メタルに絵柄(転写紙)を焼き付けペンダントを作ります。 ②純銀粘土で、ペンダントや指輪を作ります。 ③磁器粘土で、フラワーペンダントを作ります。

24	マジック・マジックネタ作り
登録番号	<2-57>
名称 (活動名)	きらくじん・ゆき
	奇楽人・YUKI
活動形式	指導・披露
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	親子・小学生・中高生・大人・高齢者
内容	①マジックショー依頼の場合 約20~30分間のショータイム・依頼元のイベントに合わせた内容でMagicを構築して披露。 ②レクチャー20~30分・依頼元の客層に合わせた難易度で教えます。材料費は別。使用した道具はお持ち帰りできます。

25	箏・十七弦
登録番号	<2-60>
名称 (活動名)	わたなべ かつよ
	渡邊 勝代
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	古典~現代曲まで、箏・十七弦の指導。合奏しながら楽しく上達できるよう指導します。イベントでの出張演奏・和楽器だけでなく洋楽器とのライブや学校・文化施設等での体験授業もいたします。

26	化学教室(こども化学講座)
登録番号	<2-62>
名称 (活動名)	くぼ まさのぶ
	久保 雅信
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	小学生・中高生・大人
内容	小学生から大人まで化学の実験を通して感受性の豊かな皆様が驚きや発見を通し、安全に体験学習できます。横浜市内各地区センター、コミュニティハウス、小学校放課後キッズ等で開催しています。

27	瓢箪工芸
登録番号	<2-63>
名称 (活動名)	くぼ まさのぶ 久保 雅信
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	小学生・中高生・大人
内容	栽培から工芸作品の作り方までの体験指導をします。初心者から作れる瓢箪作品を地区センターやみなみラウンジにて展示しています。

28	編み物
登録番号	<2-65>
名称 (活動名)	おぎやま かずみ 荻山 和美
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	5名から10名ほどで一人一人編みたい作品を糸選びから相談して決めています。編み始めから仕上がるまでのお手伝いをしています。

29	(元気) 絵手紙
登録番号	<2-71>
名称 (活動名)	かわぐち ただし 川口 整
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	日本絵手紙協会公認講師が丁寧に指導。時間：90～120分。教材：セット品紹介、基本テキスト・落款印材提供。あなたらしさや持ち味を引き出す絵手紙サロンです。

30	フラワーアレンジ
登録番号	<2-77>
名称 (活動名)	てろう かずこ 手老 和子
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け・どなたでも
対象者の年代	小学生・中高生・大人・高齢者
内容	季節や行事にちなんだ作品作りをしていただく講座です。生活を豊かに彩る花との触れ合いや創作の楽しさを体験して頂けるようサポートしています。

31	マジック
登録番号	<2-80>
名称 (活動名)	やまだ しずお ..... 山田 静夫
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	老人会や子供会でのマジックショーやマジックの講習会を行い、マジックを見る楽しさや演技者としてみせる面白さも実践してもらっています。

32	アルパの演奏
登録番号	<2-81>
名称 (活動名)	たかはし さきこ ..... 高橋 咲子
活動形式	指導・披露
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	小学生・中高生・大人・高齢者
内容	中南米の民族楽器アルパ（ハーブ）の演奏と指導ができます。

33	絵手紙
登録番号	<2-82>
名称 (活動名)	あらい きくえ ..... 荒井 喜久江
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	高齢者
内容	誰でもいつでも気軽に始められる絵手紙、一緒に楽しみませんか。季節の花や植物、果物や野菜など、身近なものを題材に描きます。老人ホームやNPO支援センター（月1回）で活動をしています。

34	簡単な警察指紋捜査体験 (こども科学捜査体験講座)
登録番号	<2-84>
名称 (活動名)	くぼ まさのぶ ..... 久保 雅信
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	小学生・中高生・大人
内容	小学生（親子）から大人まで人気で、TV撮影までされました警察の鑑識捜査を体験します。市内中学校の職業体験や小学校サポート教室、市内地区センター等で開催中です。人気No.1の講座です！

35	水彩画
登録番号	<2-85>
名称 (活動名)	さくま よしゆき 佐久間 善行
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	水彩画指導。同時にスマホ使用方法、健康に過ごす方法の指導します。

36	一般教育書道
登録番号	<2-87>
名称 (活動名)	おいかわ しげお 及川 重雄 (及川 菱城)
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	中高生・大人・高齢者
内容	教育基本書道、楷、行、草、各書体から条巾創作書まで浅く広く習得することを目的とし、コミュニティ活動に力を入れています。

37	スマホでポートレート撮影等 遺影撮影
登録番号	<2-93>
名称 (活動名)	むらい あきら 村井 彰
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	どなたでも
内容	市民活動センターにて写真撮影講座講師を経験。子ども撮影、ペット撮影、シニア向け撮影、エンディングポートレートなど、多様なテーマで指導実績があり、初心者にもわかりやすくつたえるよう努めています。

38	コメディーマジック(手品)
登録番号	<2-95>
名称 (活動名)	ちえるしーまこと チエルシーまこと (からくりキング)
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	①コメディーマジックをメインとして、バルーンアートやブチ大道芸も含めたパフォーマンスショー ②手品や大道芸のグッズを作る体験ワークショップ ③手品やバルーンアートができるようになる体験教室

39	パステルシャインアート
登録番号	<2-96>
名称 (活動名)	しらいわ ひでかつ 白岩 秀勝
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	イベントなどで参加者に指導いたします。こども会や学校、地区センター、各施設に出張します。

40	バルーンアート
登録番号	<2-97>
名称 (活動名)	しらいわ ひでかつ 白岩 秀勝
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	みんなで作ろうバルーンアート。会場などで1人1人にも作って渡します。

41	似顔絵・イラスト
登録番号	<2-98>
名称 (活動名)	たかふじ まさあき 高藤 正明
活動形式	指導・披露(展示)
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	小学生・大人・高齢者
内容	絵画教室(子供向け・大人向け)、みなみ美術創作の会代表、瞬間似顔絵2-3分(ボランティア)で描けます。

42	俳句・句会・吟行
登録番号	<2-99>
名称 (活動名)	さとみ みき 里見 美季
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	出逢い、集い、詠い、俳句は出逢いの文学。一緒に楽しみませんか。句会を通して地域の人々と親睦することを目的とします。初心者から教えます。

43	音楽療法師
登録番号	<2-100>
名称 (活動名)	しむら みずお 志村 瑞雄
活動形式	講義
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	乳幼児(親子)・小学生・中高生・高齢者
内容	毎月地元及び逗子にて老人相手にお話と昔懐かしい歌を歌っています。

44	グルーデコ・アクセサリー
登録番号	<2-101>
名称 (活動名)	やまだ ひろみ 山田 ひろみ
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	大人
内容	大人可愛いアクセサリー、イヤリング、ピアス、ネックレスなどキラキラアクセサリーを製作、レッスンしております。

45	環境教育に優しい植物雑貨を作ろう
登録番号	<2-102>
名称 (活動名)	ふじやま ちづえ 藤山 千鶴江
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	どなたでも
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>花・木の実・多肉植物・苔などの自然素材を用いて、暮らしを彩る雑貨作りのお手伝いをします</li> <li>初めての方でもわかりやすく解説します・対象はお子様から大人まで、どなたでも可能です。</li> <li>実施場所は、机と椅子があれば屋外・屋内どちらでも可能です。</li> </ul>

46	端唄・俗曲・三味線
登録番号	<2-103>
名称 (活動名)	よしき りじょう 嬉氣 利誠
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	小学生・中高生・大人・高齢者
内容	<p>演奏主体ではなく、三味線に触れてみたり、三味線の音を聴いてみたり、話を聞いてみたりと、身近に感じていただくワークショップ形式。 初歩的な演奏の指導も可能。 年齢問わず、気楽に気軽に庶民文化の端唄三味線に親しんでいただきたいと思ます。</p>

47	己書
登録番号	<2-104>
名称 (活動名)	はなゆ はなゆ悠々
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	中高生・大人・高齢者
内容	筆ペンをつかって味のある文字を絵を描くように書いて楽しむ書画です。初めは筆ペンの持ち方、書き方(描き方)、己書(おのれ書)特有の空感バランス、逆書きぐるぐるなどの練習を実演と実際の体験、ハガキや額に「ありがとう」を描きます。

48	盆踊り・民踊・新舞踊
登録番号	<2-105>
名称 (活動名)	せき だいき 関 大輝
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	南区音頭や音頭♪横濱歌絵巻をはじめ横浜盆踊り唄や日本各地の民謡にのせて輪になって踊ります。手軽に楽しめるレクリエーションです。ご要望に応じて舞台用の踊りも指導致します。

49	歌唱(昭和から令和まで何でも歌えます)
登録番号	<2-106>
名称 (活動名)	ゆづき ゆう 弓月 優
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	イベント会場、老人ホーム、公民館などの施設で歌披露も含め、みんなで歌いましょう。

50	マジックの実演と指導
登録番号	<2-107>
名称 (活動名)	ちかうち たかひろ 近内 孝博
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	依頼者のご要望に対応してマジックを現場で実演しています。

51	ギター、ウクレレ、 ウッドベースのレッスン
登録 番号	<2-108>
名称 (活動名)	こばやし たけひろ
	小林 健弘
活動 形式	指導・披露・講義
対象者の 程度	初心者向け・中級者向け
対象者の 年代	中高生・大人・高齢者
内容	楽しくウクレレ、ギター（ウッドベース） のレッスンとバンド活動（歌を入れて）で きます。

52	紙折りがみ
登録 番号	<2-109>
名称 (活動名)	おいかわ しげお
	及川 重雄
活動 形式	指導・披露
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	どなたでも
内容	不要紙（チラシ、コピー紙、他）を使って 兎、船等を簡単に完成する楽しさを味わっ てみませんか。

53	カメラ撮影（主にペット対象）
登録 番号	<2-110>
名称 (活動名)	あさみ さきこ
	浅見 咲子
活動 形式	指導
対象者の 程度	初心者向け
対象者の 年代	大人
内容	愛犬を可愛く撮るためのコツやカメラでの 撮り方の基礎を教えます。

54	犬服作り
登録 番号	<2-111>
名称 (活動名)	あさみ さきこ
	浅見 咲子
活動 形式	指導
対象者の 程度	初心者向け・中級者向け
対象者の 年代	大人
内容	主に小型犬の服作りを教えます。ワンちゃ んのお散歩で使う小物作り等

55	(陶芸) 西洋磁器人形
登録番号	<2-112>
名称 (活動名)	ふかや すみえ
	深谷 住江
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け・中級者向け・上級者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	磁器粘土(カラー粘土)で、可愛いお人形や花を造形し、その後高温焼成(1100度)します。制作回数は2時間×2~3回位(デザインによります)





### 3. 語学・国際交流

56	フィリピン料理
登録番号	<3-04>
名称 (活動名)	こじま ころぞん 小島 コラゾン
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人
内容	フィリピン料理を教えます。料理を食べながら、フィリピン文化の紹介もします。

57	英語・英会話
登録番号	<3-06>
名称 (活動名)	いしばし ひろこ 石橋 広子
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	公立中学校で使用している教科書で基本を学びながら、英会話を楽しんでいます。間違えることを恐れず、積極的に参加し、会話を進める中で英語表現などを学べます。

58	インドネシア語
登録番号	<3-10>
名称 (活動名)	さはら らてい 佐原 ラティ
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け・どなたでも
対象者の年代	小学生・大人
内容	インドネシア語の語学指導と文化の紹介をします。

59	韓国語
登録番号	<3-13>
名称 (活動名)	きむ よんじゃ 金 永子
活動形式	講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け・上級者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	ゆっくりなペースで日常会話や旅行で使える会話、文字を習います。ドラマの主題歌や歌謡曲などの歌詞を理解し、映像を見ながら聴いたりもします。自由な雰囲気の中でドラマ、旅行や社会、歴史、文化などの話をしたりもします。

60	タイダンス・料理・タイ語
登録番号	<3-14>
名称 (活動名)	みずの たねす 水野 タネス
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・どなたでも
内容	タイの文化紹介(ダンス・料理)

61	韓国語・韓国料理
登録番号	<3-17>
名称 (活動名)	ちえ みじゃ 崔 美子
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハングル(基本会話、旅行に役立つ会話)学習</li> <li>・韓ドラでおぼえるハングル</li> <li>・童謡やK-popで覚えるハングル</li> <li>・童話絵本の読み聞かせ</li> <li>・韓国料理教室など。</li> </ul>

62	インドネシア料理・文化紹介
登録番号	<3-19>
名称 (活動名)	なかざき さんに 中崎 サンニ
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	インドネシア料理やインドネシアの文化や舞踊について紹介します。

63	幼児向け英語
登録番号	<3-23>
名称 (活動名)	つきじ ともこ 築地 智子
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	乳幼児(親子)・小学生
内容	アルファベット・数・挨拶・天気・体の名称などをカード・ポスター・本を使い、幼児の興味に沿って楽しく英語になじんでもらい、歌・ゲーム・TPR(動作をしながら習得)の手法で、海外の幼児と一緒に遊び、交流できるように活動しています。

64	ベトナム料理・ベトナムの文化紹介
登録番号	<3-24>
名称 (活動名)	ふあん ぐあん とうい ファン ヴァン トウイ
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	ベトナム料理やベトナムの文化について紹介します。

65	タイ料理・タイの文化紹介
登録番号	<3-25>
名称 (活動名)	よしもと くわんちゃのつく 由元 クワンチャノック
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	タイ料理の本場の味や文化について紹介します。

66	ブラジル料理・文化紹介・ポルトガル語
登録番号	<3-26>
名称 (活動名)	とよむら ねるそん ゆきお 豊村 ネルソン 由紀夫
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	ブラジル料理やブラジルの文化について紹介します。ポルトガル語も教えます。

67	大人のやり直し英語 (プレママからシニアまで)
登録番号	<3-27>
名称 (活動名)	なんば ともこ 南波 知子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	プレママ・大人・高齢者
内容	64枚の英語カルタを使って中学英語基本構文を唱えながらカードゲームをします。遊びながら何度も繰り返し唱えることで構文が口になじみ、頭に染み込みます。応用が効かせられるまで上達すると、簡単なことが英語で話せるようになります。



## 4.産業・IT

68	パソコン操作
登録番号	<4-04>
名称 (活動名)	おざわ ふさえ
	小澤 房枝
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	高齢者
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>•パソコン(windows)研修、オフィスを使い、文書作りや表計算など。</li> <li>•写真(デジタル画像の取り込み等も)</li> <li>•スマホ(アンドロイド)シニア向け講習会も開催</li> </ul>

69	パソコンボランティア
登録番号	<4-05>
名称 (活動名)	すずき としお
	鈴木 捷夫
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>•パソコン講座講師 Edgeの使い方パソコン設定</li> <li>•スマホ講座講師 初めてのスマホ</li> <li>•LINE講座 Googleマップなど</li> </ul> <p>(パソコン、スマホ何でも相談室相談員)</p>

70	パソコン操作の指導
登録番号	<4-06>
名称 (活動名)	とがし しゅうご
	冨樫 修吾
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>•生成AIを活用した、文章やスピーチの原稿の作成</li> <li>•EXCELの活用例、支払の金額の種類別集計(現金、Paypay、pasmo等)</li> <li>•スマホとパソコンの共有</li> </ul>

71	楽しくはじめるプログラミング入門
登録番号	<4-12>
名称 (活動名)	いしかわ かつみ
	石川 克己
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	中高生・大人・高齢者
内容	チュートリアルの対訳版を使って、一とおりSwiftの文法を学ぶとともに、この中にあるコード例(の一部)を、付随のオンラインコンパイラを利用して実際に動かすことにより、学習の効果が上がります。

72	パソコン・スマホ相談、ICT講習、電子回路の設計相談
登録番号	<4-14>
名称 (活動名)	よこやま たもつ ..... 横山 保
活動形式	講義
対象者の程度	初心者向け、中級者向け
対象者の年代	どなたでも
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>•パソコン・タブレット・スマホの相談</li> <li>•ワード・エクセル・パワーポイントの基礎講習</li> <li>•インターネット検索・メール・LINEなどの基礎講習</li> <li>•名刺作成・年賀状・案内状・チラシの作成</li> <li>•写真の撮り方・整理・加工・保存</li> </ul>

73	中高年に“やさしい”AI教室
登録番号	<4-15>
名称 (活動名)	ねもと じゅんのすけ ..... ねもと じゅんのすけ (中高年向けAI伴走パートナー)
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	タブレットでAIを使い、絵や音楽、旅行計画づくりなど、生活に役立つ講座。ご自宅で、お孫さんと楽しめる実践的な内容を簡単にやさしくお伝えします。



## 5. スポーツ・レクリエーション

74	ダンス・ストレッチ全般
登録番号	<5-04>
名称 (活動名)	ひらた ちえみ ..... 平田 ちえみ
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	例) 小学生対象ダンス講座 ①ストレッチ・柔軟 ②リズム・ステップ練習 ③振り付け ④披露 ⑤感想を聞きます

75	ピラティス
登録番号	<5-05>
名称 (活動名)	きのした えいこ ..... 木下 英子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	体幹を使って手足を動かす、または関節を動かす運動。体を正しく動かす事を目的としている為普段の姿勢や使い方が変わってきます。

76	ベビー&ママヨガ
登録番号	<5-06>
名称 (活動名)	きのした えいこ ..... 木下 英子
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け・中級者向け・上級者向け
対象者の年代	乳幼児・大人
内容	クビすわりの頃からスタート。ベビーちゃんには体の発達をうながすヨガ。ママは産後のリカバリーヨガ。歩き初めの頃は、リトミック的要素の動きに変わっていきます。

77	骨盤調整ヨガ
登録番号	<5-07>
名称 (活動名)	きのした えいこ ..... 木下 英子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	骨盤周りを中心に整える事により、体全体のゆがみにアプローチ。軽くて動かしやすい身体作りを目指します。イスに座っての体操が可能です。

78	骨盤底筋体操 (ピフィラティス)
登録番号	<5-08>
名称 (活動名)	きのした えいこ ..... 木下 英子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	年々弱くなる骨盤底筋をきたえたり、ゆるめる事で機能回復を目指します。難しいとされる底筋の使い方を連動する筋肉を使って使いこなせる様にレッスンをしております。

79	ヨガ
登録番号	<5-10>
名称 (活動名)	きく ..... Kiku
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	小学生・中学生・大人・高齢者
内容	リラックスヨガ・整体ヨガ・骨盤調整ヨガ・ご年配向けの椅子ヨガ等をサークルさんやケアプラザ、スポーツセンターなどで教えています。また、オリジナルプログラムの音楽に合わせてヨガもやっています。

80	フラダンス
登録番号	<5-32>
名称 (活動名)	まつだ なおみ ..... 松田 奈緒美
活動形式	指導・披露
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	3才から100才までの方が楽しくフラを踊っています。単発レッスンもOKです。

81	フィットネスボクシング
登録番号	<5-40>
名称 (活動名)	えびな たかこ ..... 蛸名 貴子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者(70代まで)
内容	音楽に合わせてパンチをうちわけて、頭と体を使いながら、効果的にエクササイズをしていきます。初心者の方も気軽に参加でき、筋力維持や向上、ストレス発散、バランスのとれた体づくりを目指し、安全に楽しく行います。

スポーツ・レクリエーション

82	フィットネス全般
登録番号	<5-43>
名称 (活動名)	はら ゆきえ 原 雪江
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	子育て中のお母さん達から70代、80代の高齢者クラスまで、体力、年齢に応じたフィットネスクラスを指導。エアロビクス(リズム体操)やヨガ、ストレッチ、筋力トレーニングなども教えます。

83	合気道
登録番号	<5-45>
名称 (活動名)	あおき きよし 青木 清
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け・上級者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	試合の無い合気道は、老若男女を問わず年齢・体力に応じた稽古ができます。又、合気道の技を利用した護身法も身に付けられます。特に、シニア層の方々には、合気道の技を通して、体幹を鍛え、体のバランスが良くなる動作を修得していただきます。

84	バランスボールを使った運動指導
登録番号	<5-46>
名称 (活動名)	おおの くにこ 大野 くにこ
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	バランスボールを使用した運動指導で、毎日ラクにスムーズに動くことができる身体と体力づくりをしています。全身をバランスよく動かすことで血流を促進し、肩こりや腰痛などの不調の改善もしていきます。

85	初めての社交ダンス
登録番号	<5-49>
名称 (活動名)	ながつか まさひで 長塚 政秀
活動形式	指導
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	できるだけ、社交ダンスを習ったことの無い方を対象に社交ダンスの発展をめざしています。

86	オリジナル作品を使って 脳トレ紙芝居
登録 番号	<5-52>
名称 (活動名)	かみしばいきゆうじょたいたいちよう たちつて☆とみー  紙芝居救助隊隊長 たちつて☆トミー
活動 形式	指導・披露
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	小学生・中高生・大人・高齢者
内容	紙芝居救助隊隊長たちつて☆トミーです。 笑えていない方には笑いの紙芝居。ポケた かな？そう思う方には脳トレ紙芝居。全て オリジナル紙芝居です。

87	幼児体育・体操
登録 番号	<5-53>
名称 (活動名)	ふくはら なおや  福原 直哉
活動 形式	指導・講義
対象者の 程度	どなたでも
対象者の 年代	乳幼児（親子）・小学生
内容	3才児～5才児を中心に10名前後～30名 程度を目安に体操教室を実施可能です。子 ども達の体操へのきっかけ創り導入を目的 とした体育遊びが中心となります。





## 6. 生活・福祉・健康

88	そば打ち
登録番号	<6-07>
名称 (活動名)	むらた ひでお
	村田 秀雄
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	蕎麦・うどん・ラーメン・パスタの打ち方の基本を指導。自ら打った後茹でて食べる楽しさを味わってもらう事。高齢になっても生涯の趣味として続ける事で脳の活性化や老化防止にもなり、楽しい雰囲気での蕎麦打ちを楽しむ仲間作りも応援しています。

89	コミュニケーションのヒント
登録番号	<6-09>
名称 (活動名)	あいうら やよい
	相浦 やよい
活動形式	講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	講演テーマ) ・思春期の子どもと向き合うために ・我が子とおだやかに話すコミュニケーションの2つのヒント ・我が子の寝顔に向かって明日は優しいママになるからねとつぶやくあなたに贈るヒント など、年齢に応じたテーマ事例を打合せお届けします。

90	東洋式リハビリ、介護予防体操
登録番号	<6-19>
名称 (活動名)	おう たてまつ
	王 立松
活動形式	講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	気功・太極拳・練功十八法（気功体操）などを教えます。東洋式リハビリ実務・実技を行っています。地域交流・まちづくり等も兼ねた教室を目指します。

91	ライフプラン（家計）相談
登録番号	<6-23>
名称 (活動名)	たきた ともかず
	滝田 知一
活動形式	講義
対象者の程度	初心者向け、中級者向け、上級者向け
対象者の年代	大人・高齢者
内容	①セミナー開催：NISAによる資産運用・終活・家族信託など ②個別相談：遺言書の書き方・おひとり様が準備すること ③ライフプラン相談：日頃お困りなこと・悩んでいることへのFPからのアドバイス

92	朗読・話し方・アナウンス
登録番号	<6-24>
名称(活動名)	おの さとし 小野 智史
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け・上級者向け
対象者の年代	中高生・大人・高齢者
内容	本を読むのが楽しくなる「朗読」を目標に掲げて活動。書かれている内容をどうとらえ、それをどう音声で伝えていくのか。個性を大事にした朗読を教えています。

93	ソーラークッキング
登録番号	<6-25>
名称(活動名)	たなべ ふみ 田辺 芙弥
活動形式	披露・講義
対象者の程度	初心者向け
対象者の年代	どなたでも
内容	太陽熱調理器(ソーラークッカー)の展示と、実際に作った料理の写真を見せながら、ソーラークッキングの説明をします。

94	アロマセラピー
登録番号	<6-32>
名称(活動名)	まつい ともみ 松井 友美
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	どなたでも
内容	プログラムの一例) はじめてのアロマセラピー(全4回) 定員: 20人、所要時間: 60-90分 ①香りを楽しんでみよう; アロマセラピー、エッセンシャルオイルについての話 香りのイメージ(実習 アロマスプレー作り) ②香りを健康に取り入れてみよう; 芳香部室の役割、エッセンシャルのプロフィールなど(実習 アロマ石けん作り) ③香りを生活に取り入れてみよう; アロマセラピーの楽しみ方、エッセンシャルオイルのプロフィールなど(実習 アロマバスソルト作り) ④香りを美容に取り入れてみよう; エッセンシャルオイル成分が心身へ働くルーツ、植物油についての話など(実習トリートメントオイル作り+セルフトリートメント)

95	メディカルハーブ
登録番号	<6-33>
名称(活動名)	まつい ともみ 松井 友美
活動形式	指導・講義
対象者の程度	初心者向け・中級者向け
対象者の年代	どなたでも
内容	具体的なプログラムの一例) タイトル: 生活に役立つメディカルハーブを学ぼう(全4回) 定員: 15名 所要時間: 60-90分 内容: ①ハーブティーを学ぶ(薬とメディカルハーブの違い/ハーブティーの入れ方・試飲) ②ハーブティー以外の活用法(浸出油・チンキ・ハーバルバス・湿布・パウダー等/チンキ剤作りの実習) ③アロマセラピーを学ぶ(エッセンシャルオイルを使用する時の約束/アロマスプレー作りの実習) ④お悩み別ハーブ&精油プロフィールと使い方(認知症・不眠・更年期障害・ダイエット・肉体的疲労・アレルギー等/バスソルト作りの実習) ※季節に応じた単発講座も可能(例) 花粉の季節にハーブを学ぼう

96	街のシニアを元気にする講座 (認知症予防)
登録番号	<6-34>
名称 (活動名)	かわぐち ただし 川口 整
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	講演60~120分 事前説明 「生きがいのあるシニアライフ」「脳トレ・座談会」 健康寿命の延伸、脳機能低下の防止、認知症疾患の予防を経験・実践と心理学知見

97	終活講座
登録番号	<6-39>
名称 (活動名)	つのかわ しゅういち 角川 衆一
活動形式	講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	高齢者
内容	・終活セミナー・おひとりさまの終活セミナー ・エンディングノート・相続・遺言・成年後見 ・お片付け・生前整理

98	脳トレ・認知症予防・フレイル予防
登録番号	<6-41>
名称 (活動名)	つのかわ しゅういち 角川 衆一
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	高齢者
内容	・脳トレ ・認知症予防 ・フレイル予防 ・認知症サポーター養成講座など

99	背骨コンディショニング
登録番号	<6-42>
名称 (活動名)	きのした えいこ 木下 英子
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	体の不調は背骨のゆがみから、骨格自体にアプローチしてズレを調える事で全身が楽になってきます。

100	ベビーヨガ・ベビーマッサージ・赤ちゃんダンス・パステルアート
登録番号	<6-43>
名称(活動名)	さいとう あきこ 齋藤 あき子
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	乳幼児(親子)・小学生・中高生・大人・高齢者
内容	親子教室を主宰、“大人が輝くことで子供が輝き伸び伸び育つ” ・ベビーマッサージ・パステルアート・赤ちゃんサイン・子育てお役立ち講座 ・保護者、保育者へのコーチング、メンタルサポート

101	背骨コンディショニング
登録番号	<6-44>
名称(活動名)	すどう たかし 須藤 孝
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	背骨の歪みを整えることにより、肩こり・腰痛をはじめ関節痛や手足のしびれ、偏疼痛などあらゆる体の不調を改善・緩和する体操プログラムです。70%が横になって行える運動ですので、高齢者の方でも無理なく参加いただけ、グループで行う体操を指導します。

102	たのしい気功
登録番号	<6-45>
名称(活動名)	おかがわ しょうた 岡川 昇太
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	高齢者・どなたでも
内容	ゆるやかな体操や呼吸法を通じて、美しい姿勢、深い呼吸が自然とできる身体をつくる方法を伝えていきます。若返り効果があり、身体の力が抜けて日常生活が楽に過ごせるようになります。

103	骨格ドック®、骨格整体®によるきれいな姿勢づくり
登録番号	<6-46>
名称(活動名)	すぎはら ひろあき 杉原 宏昭
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	・親子の姿勢改善について ・骨格ドックで姿勢改善 ・セルフ姿勢改善 ・骨格ドックでみる歪み探し

104	食育
登録番号	<6-48>
名称 (活動名)	あらい かずこ 新井 和子
活動形式	指導・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・介護予防教室 (高齢者が気をつけたい、低栄養、筋肉、栄養密度の話)</li> <li>・食育教室 (年4回くらいで、栄養の話と簡単調理)</li> </ul>

105	お金のはなし
登録番号	<6-49>
名称 (活動名)	かとう あきひこ 加藤 明彦
活動形式	講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	中高生・大人・高齢者
内容	お金のはなし ①人生の3大資産 ②お金の寿命 ③特殊詐欺 ④悪質商法

106	遺言書普及活動(遺言書の実践的書き方とおひとりさま支援)
登録番号	<6-50>
名称 (活動名)	あおき しんぞう 青木 信三 (円満爽族あおじい)
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	幸せをつかむ遺言書の書き方のテキストを使い、講義の中で実際に遺言書を作成します。遺言書を書くのは難しいと思っていたがわりと簡単に作成できたと皆さん言われます。おひとりさまの不安を解消する(おひとりさま支援)講座もできます。

107	自分でできる相続
登録番号	<6-51>
名称 (活動名)	たしろ たかよし 田代 貴祥
活動形式	披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	相続に迷った経験、ありませんか？基本知識と手続きの方法を伝え、誰もが自分で相続できる社会を目指します。

108	健康歌唱
登録番号	<6-52>
名称 (活動名)	たにがみ やすたか 谷上 鎮隆
活動形式	指導・披露・講義
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	大人・高齢者
内容	若き日にうつ病で精神病院で長期入院闘病生活の後、社会復帰しイソジンうがい薬等の製剤開発を担当。楽しい健康講座やハーモニカでの懐かしの歌声喫茶を展開中です。

109	100歳まで歩くフットケア
登録番号	<6-53>
名称 (活動名)	おおの くにこ 大野 くにこ
活動形式	指導
対象者の程度	どなたでも
対象者の年代	どなたでも
内容	100歳まで歩くことができる足づくりセルフケアをお伝えしています。足元から筋バランスを整え、脚の歪みや痛みの軽減・解消はもちろん、肩こり・腰痛など脚以外の身体の不調も解消していきます。



—50音 索引—

五十音	よみがな	氏名(活動名)	No.	内容	ページ
あ	あいうら やよい	相浦 やよい	<6-09>	コミュニケーションのヒント	p.25
	あおき きよし	青木 清	<5-45>	合気道	p.23
	あおき しんぞう	青木 信三	<6-50>	遺言書普及活動(遺言書の実践的書き方とおひとりさま支援)	p.29
	あさみ さきこ	浅見 咲子	<2-110>	カメラ撮影(主にペット対象)	p.14
	あさみ さきこ	浅見 咲子	<2-111>	犬服作り	p.14
	あらい かずこ	新井 和子	<6-48>	食育	p.29
	あらい きくえ	荒井 喜久江	<2-82>	絵手紙	p.9
い	いしかわ かつみ	石川 克己	<4-12>	楽しくはじめるプログラミング入門	p.19
	いしばし ひろこ	石橋 広子	<3-06>	英語・英会話	p.16
	いのうえ てるよ	井上 照代	<2-37>	書道	p.5
	いわさわ えみこ	岩澤 恵美子	<2-13>	二胡の演奏	p.3
え	えびな たかこ	蛸名 貴子	<5-40>	フィットネスボクシング	p.22
お	おいかわ しげお	及川 重雄	<2-109>	紙折りがみ	p.14
	おいかわ しげお	及川 重雄(及川菱城)	<2-87>	一般教育書道	p.10
	おう たてまつ	王 立松	<6-19>	東洋式リハビリ、介護予防体操	p.25
	おおの くにこ	大野 くにこ	<5-46>	バランスボールを使った運動指導	p.23
	おおの くにこ	大野 くにこ	<6-53>	100歳まで歩くフットケア	p.30
	おかがわ しょうた	岡川 昇太	<6-45>	たのしい気功	p.28
	おぎやま かずみ	荻山 和美	<2-65>	編み物	p.8
	おざわ ふさえ	小澤 房枝	<4-04>	パソコン操作	p.19
	おの さとし	小野 智史	<6-24>	朗読・話し方・アナウンス	p.26
か	かとう あきひこ	加藤 明彦	<6-49>	お金のはなし	p.29
	かとう あきひこ	加藤 明彦	<1-05>	横浜近代化の歴史を辿る	p.1
	かとう さちこ	加藤 幸子	<2-06>	トールペイント・フェイスペイント	p.3
	かみしばいきゆう じよたいたいちよう たちつて☆とみー	紙芝居救助隊隊長 たちつて☆トミー	<5-52>	オリジナル作品を使って脳トレ紙芝居	p.24
	かわきた ただはる	河北 直治	<1-07>	大岡川流域全般の歴史とまち歩き	p.2
	かわぐち ただし	川口 整	<2-71>	(元気)絵手紙	p.8
	かわぐち ただし	川口 整	<6-34>	街のシニアを元気にする講座 (認知症予防)	p.27
き	きく	Kiku	<5-10>	ヨガ	p.22
	きのした えいこ	木下 英子	<5-05>	ピラティス	p.21
	きのした えいこ	木下 英子	<5-06>	ベビー&ママヨガ	p.21
	きのした えいこ	木下 英子	<5-07>	骨盤調整ヨガ	p.21
	きのした えいこ	木下 英子	<5-08>	骨盤底筋体操(ピフイラティス)	p.22
	きのした えいこ	木下 英子	<6-42>	背骨コンディショニング	p.27
	きむ よんじゃ	金 永子	<3-13>	金 永子(中高年のためのスローで楽しい韓国語講座)	p.16
	きらくじん・ゆき	奇楽人・YUKI	<2-57>	マジック・マジックネタ作り	p.7

—50音 索引—

五十音	よみがな	氏名(活動名)	No.	内容	ページ
く	くぼ まさのぶ	久保 雅信	<2-62>	化学教室(こども化学講座)	p.7
	くぼ まさのぶ	久保 雅信	<2-63>	瓢箪工芸	p.8
	くぼ まさのぶ	久保 雅信	<2-84>	簡単な警察指紋捜査体験 (こども科学捜査体験講座)	p.9
こ	こじま こらぞん	小島 コラゾン	<3-04>	フィリピン料理	p.16
	こたなぎ えみこ	小棚木 恵美子	<2-45>	オカリナ指導	p.5
	ごとう まゆみ	後藤 まゆみ	<2-42>	絵手紙	p.5
	こばやし たけひろ	小林 健弘	<2-108>	ギター、ウクレレ、ウッドベースのレッスン	p.14
	こまつ はちろう	小松 八郎	<2-04>	クラリネット・リコーダー他教育楽器・吹奏楽・管弦 楽指導	p.3
さ	さいとう あきこ	齋藤 あき子	<6-43>	ベビーヨガ・ベビーマッサージ・赤ちゃんダンス・パ ステルアート	p.28
	さくま よしゆき	佐久間 善行	<2-85>	水彩画	p.10
	ささき すいほう	佐々木 翠鵬	<2-19>	詩吟	p.4
	さとみ みき	里見 美季	<2-99>	俳句・句会・吟行	p.11
	さはら らてい	佐原 ラティ	<3-10>	インドネシア語	p.16
し	しむら みずお	志村 瑞雄	<1-03>	横浜大空襲の語部	p.1
	しむら みずお	志村 瑞雄	<2-100>	音楽療法師	p.12
	しゅうふうてい しやつきん	秋風亭借金	<2-52>	落語	p.6
	しらいわ ひでかつ	白岩 秀勝	<2-96>	パステルシャインアート	p.11
	しらいわ ひでかつ	白岩 秀勝	<2-97>	バルーンアート	p.11
す	すぎはら ひろあき	杉原 宏昭	<6-46>	骨格ドック®、骨格整体®によるきれいな姿勢づく り	p.28
	すずき としお	鈴木 捷夫	<4-05>	パソコンボランティア	p.19
	すずき やすこ	鈴木 泰子	<2-15>	ペン習字	p.4
	すどう たかし	須藤 孝	<6-44>	背骨コンディショニング	p.28
せ	せき だいき	関 大輝	<2-105>	盆踊り・民踊・新舞踊	p.13
た	たかい よしお	高井 義夫	<2-47>	俳句	p.6
	たかい よしお	高井 義夫	<2-48>	ハーモニカ・歌声	p.6
	たかちよ けい	高千代 景	<2-18>	日本舞踊	p.4
	たかはし さきこ	高橋 咲子	<2-81>	アルパの演奏	p.9
	たかふじ まさあき	高藤 正明	<2-98>	似顔絵・イラスト	p.11
	たきた ともかず	滝田 知一	<6-23>	ライフプラン(家計)相談	p.25
	たしろ たかよし	田代 貴祥	<6-51>	自分でできる相続	p.29
	たなべ ふみ	田辺 芙弥	<6-25>	ソーラークッキング	p.26
	たにがみ やすたか	谷上 鎮隆	<6-52>	健康歌唱	p.30
ち	ちえ みじや	崔 美子	<3-17>	韓国語・韓国料理	p.17
	ちえるしーまこと	チェルシーまこと	<2-95>	コメディーマジック(手品)	p.10

—50音 索引—

五十音	よみがな	氏名(活動名)	No.	内容	ページ
ち	ちかうち たかひろ	近内 孝博	<2-107>	マジックの実演と指導	p.13
つ	つきじ ともこ	築地 智子	<3-23>	幼児向け英語	p.17
	つのかわ しゅういち	角川 衆一	<6-39>	終活講座	p.27
	つのかわ しゅういち	角川 衆一	<6-41>	脳トレ・認知症予防・フレイル予防	p.27
て	てろう かずこ	手老 和子	<2-77>	フラワーアレンジ	p.8
と	とがし しゅうご	富樫 修吾	<4-06>	パソコン操作の指導	p.19
	とよむら ねるそん ゆきお	豊村 ネルソン 由 紀夫	<3-26>	ブラジル料理・文化紹介・ポルトガル語	p.18
な	なかざき さんに	中崎 サンニ	<3-19>	インドネシア料理・文化紹介	p.17
	ながつか まさひで	長塚 政秀	<5-49>	初めての社交ダンス	p.23
	なかむら しずえ	中村 静枝	<1-06>	南区における戦時中の語り部	p.2
	なんば ともこ	南波 知子	<3-27>	大人のやり直し英語 (プレママからシニアまで)	p.18
ね	ねもと じゅんのすけ	ねもと じゅんのすけ	<4-15>	中高年に“やさしい”AI教室	p.20
は	はなゆ	はなゆ悠々	<2-104>	己書	p.13
	はら ゆきえ	原 雪江	<5-43>	フィットネス全般	p.23
ひ	ひらた ちえみ	平田 ちえみ	<5-04>	ダンス・ストレッチ全般	p.21
ふ	ふあん づあん とうい	ファン ヴァン トウイ	<3-24>	ベトナム料理・ベトナムの文化紹介	p.18
	ふかや すみえ	深谷 住江	<2-53>	マイ・食器づくり	p.6
	ふかや すみえ	深谷 住江	<2-54>	手作りアクセサリー	p.7
	ふかや すみえ	深谷 住江	<2-112>	(陶芸)西洋磁器人形	p.15
	ふくはら なおや	福原 直哉	<5-53>	幼児体育・体操	p.24
	ふじやま ちづえ	藤山 千鶴江	<1-04>	環境教育	p.1
	ふじやま ちづえ	藤山 千鶴江	<2-102>	環境教育に優しい植物雑貨を作ろう	p.12
ま	まつい ともみ	松井 友美	<6-32>	アロマテラピー	p.26
	まつい ともみ	松井 友美	<6-33>	メディカルハーブ	p.26
	まつだ なおみ	松田 奈緒美	<5-32>	フラダンス	p.22
み	みずの たねす	水野 タネス	<3-14>	タイダンス・料理・タイ語	p.17
	みなみたに そうこう	南谷 宗江	<2-11>	裏千家茶道	p.3
む	むらい あきら	村井 彰	<2-93>	スマホでポートレート撮影等遺影撮影	p.10
	むらかみ ただし	村上 正	<1-02>	読書法の解説・読書会の立ち上げ支援	p.1
	むらた ひでお	村田 秀雄	<6-07>	そば打ち	p.25
や	やまだ しずお	山田 静夫	<2-80>	マジック	p.9
	やまだ ひろみ	山田 ひろみ	<2-101>	グルーデコ・アクセサリー	p.12
	やまだ れいこ	山田 玲子	<2-40>	韓国茶会(arugatea)	p.5
ゆ	ゆづき ゆう	弓月 優	<2-106>	歌唱(昭和から令和まで何でも歌えます)	p.13
よ	よこやま たもつ	横山 保	<4-14>	パソコン・スマホ相談、ICT講習、 電子回路の設計相談	p.20

—50音 索引—

五十音	よみがな	氏名(活動名)	No.	内容	ページ
よ	よしき りじょう	嬉気 利誠	<2-103>	端唄・俗曲・三味線	p.12
	よしもと くわん ちやのつく	由元 クワンチャノツク	<3-25>	タイ料理・タイの文化紹介	p.18
わ	わたなべ かつよ	渡邊 勝代	<2-60>	箏・十七弦	p.7
	わたなべ ひとみ	渡辺 日登美	<2-35>	絵手紙	p.4

整理番号	—
------	---

受付日 年 月 日

### 南区「街の先生」派遣依頼書

[申請者] 団体名  
氏名  
住所 〒  
  
電話  
Mail

次のとおり、派遣依頼します。

実施期間	年 月 日 ( ) ~ 年 月 日 ( ) 時 分 ~ 時 分 回数 回
実施場所	
交通機関	最寄り駅： 徒歩 駐車場 (有・無)
街の先生	氏名： 登録番号：
依頼内容	
学習形態	講義 話し合い 見学 実技・実習 出演・発表 その他 ( )
参加者概要	( ~ ) 才 ・ 小学校 ( ) 年生 ・ 中学校 ( ) 年生
	10代 ・ 20代 ・ 30代 ・ 40代 ・ 50代以上
	女性 ・ 男性 ・ 男女
	人
予算	謝金として 円、材料費等 円

【みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ記入欄】

受付日： 月 日	ファイル日： 月 日
備考	受付印

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ  
Mail: minami.shimin.act.c@jcom.home.ne.jp

FAX: 045-242-0897

整理番号	—
------	---

記入日 年 月 日

南区「街の先生」事業終了報告書（依頼者用）

[申請者] 団体名 \_\_\_\_\_  
氏名 \_\_\_\_\_  
住所 〒 \_\_\_\_\_  
電話 \_\_\_\_\_

事業が終了したので次のとおり報告します。

事業名	
街の先生	
実施期間	年 月 日 ( ) ~ 月 日 ( ) 時 分 ~ 時 分 回
実施場所	
学習内容	
学習形態	講義 話し合い 見学 実技・実習 出演・発表 その他 ( )
対象者	
参加人数	人
費用	謝礼 交通費 材料費  円
意見・感想	

【みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ記入欄】

受付日： 月 日	ファイル日： 月 日
備考	受付印

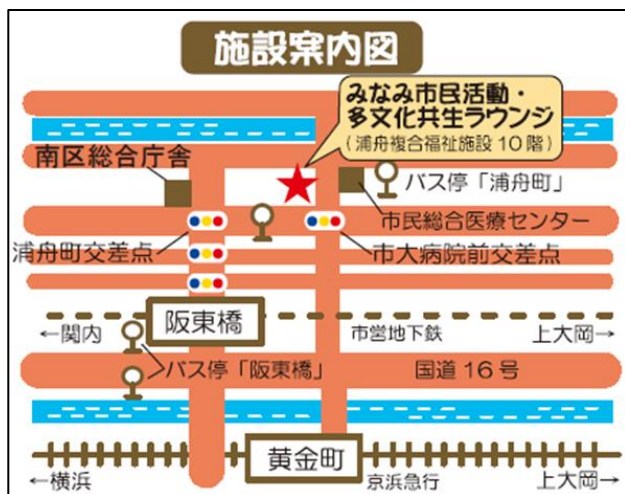
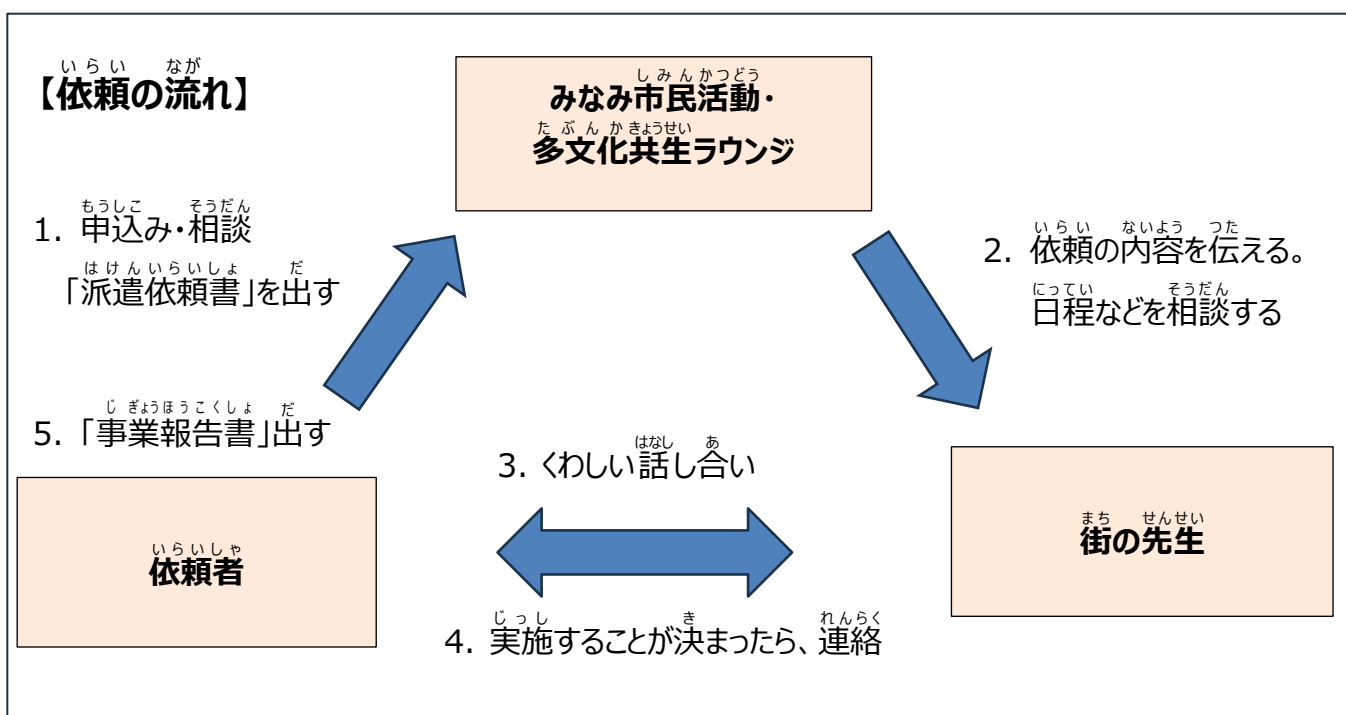
みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ

Mail: minami.shimin.act.c@jcom.home.ne.jp

FAX: 045-242-0897

# 「街の先生」 にお問い合わせするには？

1. 「派遣依頼書」に必要なことを書いて、みなみラウンジに連絡してください。
  2. ラウンジが「街の先生」と相談して、結果をお知らせします。
  3. 紹介のあと、くわしい相談は、依頼した人と「街の先生」で行ってください。
  4. 活動ができるかどうか決まったら、ラウンジにも知らせてください。
  5. 活動が終わったら、「事業報告書」をラウンジに出してください。
- ※ 「派遣依頼書」は、みなみラウンジのホームページ（街の先生）からダウンロードできます。  
印刷して、必要なことを書いてから出してください。



発行者：

みなみ市民活動・多文化共生ラウンジ  
(通称：みなみラウンジ)

[所在地]

〒232-0024  
横浜市南区浦舟町3-46  
浦舟複合福祉施設10階  
TEL: 045-232-9544

