釧　路　市　教　育　委　員　会

生涯学習人材バンク

目的

この制度は、豊富な知識や技術を持つ方々に生涯学習人材バンク登録をしていただき、地域の様々な学習の場で、市民からの要請に応じ、文化・スポーツ活動等の指導者として活動してもらうことで、市民の学習活動がより活性化することを目的としています。

登録方法

■登録を希望される方は、「生涯学習人材バンク登録票」に必要事項を記入し、個人情報が登録・公開されることに同意した上で、教育委員会へご提出ください。
　教育委員会は提出された「生涯学習人材バンク登録票」の内容を精査し、必要に応じて活動実績のわかる資料等の提出を求めることで登録の可否を判断します。
　※登録票の提出は原則として窓口で行っております。活動内容等お話をお伺いさせていただきます。

■「生涯学習人材バンク登録票」をもとに登録された情報は、「生涯学習人材バンク登録者名簿」として公開するほか、「釧路市生涯学習ハンドブック」等でも公開します。

■生涯学習人材バンクに登録した内容に変更が生じた場合は、速やかに連絡をお願いします。

■また、登録後は教育委員会が３～４月頃に行う生涯学習人材バンク活用状況等調査へご協力いただきます。

活用方法

釧路市生涯学習人材バンクに登録されている皆さんに習ってみたい場合は、「生涯学習人材バンク登録者名簿」で連絡先を確認し、登録者本人へ直接依頼等を行ってください。
また、依頼等の際は、内容や条件等についてよく確認し、お互いが了承した上で、指導を受けてください。

登録申し込み書類

■釧路市生涯学習人材バンク登録票（記入例を参考にご記入ください）
■活動実績のわかる資料等（必要に応じて提出）

釧路市教育委員会
生涯学習部　生涯学習課　生涯学習係
〒085-0016　釧路市錦町２丁目４番地

釧路フィッシャーマンズワーフMOO４階

TEL：31-4579　FAX：22-9096

釧路市生涯学習人材バンク（令和６年度）名簿

	区　分	指　導　分　野	氏　　名	ふりがな	電　　話
1	音楽	箏曲、三絃、胡弓	國　澤　秀　一	くにさわ　しゅういち	91-8985
2		大正琴	佐　藤　朋　行	さとう　ともゆき	51-3910
3		歌謡指導　他	桜　　祐　二	さくら　ゆうじ	23-0155
4		歌謡指導	桜　　美　香	さくら　みか	91-1668
5	音楽・舞踊	長唄、三味線、日本舞踊	櫻　庭　清　美	さくらば　きよみ	43-1380
6	演劇	演劇全般	片　桐　茂　貴	かたぎり　しげたか	42-4287
7	美術	銅版画技術指導	マシオン恵美香	ましおん　えみか	43-0697
8	茶道	茶道	尾　崎　久　子	おざき　ひさこ	22-3667
9	手工芸	トールペインティング、パッチワーク	佐　藤　早　苗	さとう　さなえ	41-6335
10		ペーパークラフト（湿原クラフト）	辻野　正	つじの　ただし	090-9088-4937
11	語学	中国文化、中国語	田　　野	でん　や	080-5694-8666
12	自然	自然観察（湿原、阿寒、海岸等）	大　西　英　一	おおにし　えいいち	91-6703
13	コーディネート	話し方、カラーコーディネート、マナー等	志　村　圭　子	しむら　けいこ	090-2051-9765
14	技術	建設機械についての指導	加　藤　耕　蔵	かとう　こうぞう	91-9167
15		デジタル通信による基本概念	飯　田　　勇	いいだ　いさむ	090-1524-5574
16	料理	パン、ケーキ	山　本　若　恵	やまもと　わかえ	090-3777-9187
17	健康	家庭でできる健康法、ツボ療法	須　藤　隆　昭	すどう　たかあき	39-2589
18		アロマテラピー	菊　地　明　子	きくち　あきこ	090-1387-5085
19		自分でできる健康法	中屋敷　正　英	なかやしき　まさひで	65-9811
20		ゆる体操、ゆらぎ体操	森　　明　美	もり　あけみ	090-3113-2223
21		水泳・水中ウォーキング・水中運動	境　　美　穂	さかい　みほ	090-1525-7556
		ダンス、ストレッチ、筋トレ			
22		美容、美姿勢、機能改善ストレッチ	大和田　秋秀	おおわだ　あきひで	090-1388-0757
	格闘技	カポエィラ　アンゴーラ　釧路			
23	生活	整理収納講座	金　田　ひとみ	かねた　ひとみ	080-1184-2642
24	体操	ストレッチ、太極拳	和　田　陽　子	わだ　ようこ	090-6263-0018
25		太極拳、気功、風水学、整体	斉　藤　政　道	さいとう　まさみち	090-3891-1726
26		太極拳、心意六合拳、長拳、気功	川　端　祥　央	かわばた　よしひさ	090-6696-3154
27		ヨーガ、花架拳（気功）	秋　山　洋　子	あきやま　ようこ	42-4077
28		健康体操、ｴｱﾛﾋﾞｯｸ技術、親子ﾋﾞｸｽ、背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ等	浦　瀬　純　子	うらせ　じゅんこ	46-3323
29	ダンス	ハワイアンエクササイズ、フラダンス	髙　岡　未　麻	たかおか　みお	080-4508-3390
30		アルゼンチンタンゴ、 女性のためのウォーキング指導	根　津　真　枝	ねづ　まき	090-6877-5400
31		フォークダンス	佐　藤　繁　美	さとう　しげみ	38-6124
32	コミュニケーション	ボードゲーム・カードゲームを通した知育・療育	内　田　雅　子	うちだ　まさこ	080-5576-1743
33		アンガーマネジメント入門講座	鎌　田　純　子	かまだ　じゅんこ	090-5952-9168
		アンガーマネジメント体験会～心の整理術～			

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
音楽	箏曲、三弦、胡弓	箏曲、三弦、胡弓に関する実技並びに合奏練習の指導をします

登録番号	氏名	くにさわ　しゅういち
1	氏名	國澤　秀一

連　絡　先　①	連　絡　先　②
(0154)91－8985	

資格等	宮城流宗家直門大師範		
対象	年齢、人数問いません	区域	(相談に応じます)
曜日時間	(相談に応じます)	経費等	有(教材費、交通費、謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】釧路市桜ケ岡8－2－13(自宅) 【持ち物】琴爪、楽譜 【指導の流れ】 1. 礼にはじまる 2. それぞれの稽古をする		
自己紹介	毎年演奏会を開きます。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th colspan="2">区　分</th><th>指導分野</th><th>内　容</th></tr>
<tr><td colspan="2">音楽</td><td>大正琴</td><td rowspan="3">大正琴の演奏指導をします</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>さとう　ともゆき</td></tr>
<tr><td>2</td><td>佐藤　朋行</td></tr>
<tr><td colspan="3">連　絡　先　①</td><td>連　絡　先　②</td></tr>
<tr><td colspan="3">(0154)51－3910</td><td></td></tr>
</table>

資格等	藤朋流大正琴宗家家元		
対象	年齢は問いません 2人～ (相談に応じます)	区域	市内全域、管内 (相談に応じます)
曜日 時間	月～金曜日(除祝日) (相談に応じます)	経費等	有(教材費、謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】 机、イス、または座卓のある部屋(相談に応じます) 【持ち物】 大正琴、教本、筆記用具(相談に応じます)		
自己紹介	初歩から上級者まで指導いたします。ご希望の方は、大正琴だけによるアンサンブルの指導もいたします。どなたでも必ず弾けるようになりますので、お気軽に連絡してください。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
音楽		歌唱指導、複式発声法、指導者講師育成講座及び歌謡セミナー	人生100年時代に向かい、発声練習で心を健康に。 「歌を楽しく覚え楽しく歌おう 歌は心の贈り物」の心で楽しく学んでいきます。
登録番号	氏名	さくら　ゆうじ	
3		桜　祐二	
連　絡　先　①			連　絡　先　②
(0154)23－0155			090－8908－0864

資格等	文科省認可(社)日本大衆音楽文化協会 歌謡師範 日本音楽歌謡指導協会 歌謡教授		
対象	3歳以上～成人まで 個人ﾚｯｽﾝ、ﾎﾟｲﾝﾄﾚｯｽﾝ、ｸﾞﾙｰﾌﾟﾚｯｽﾝ、出張ﾚｯｽﾝも可	区域	市内全域 (相談に応じます)
曜日時間	月・水・金・土曜日(10:00～16:00)(相談に応じます)	経費等	有(教材費) (相談に応じます)
指導事例・内容等	ピアノ、CD、DAMを使用して歌唱指導。 【会場】桜祐二歌謡学園釧路教室 【持ち物】歌われるCDと楽譜、筆記用具 【指導の流れ】(①個人ﾚｯｽﾝ45分②ｸﾞﾙｰﾌﾟﾚｯｽﾝ2時間30分) 1．自己紹介 2．桜祐二歌謡学園グループテーマ曲の愛唱 3．複式呼吸法の基本練習 4．グループレッスン課題曲と自由曲ポイント学習		
自己紹介	遠藤実歌謡塾講師会会長を務める。現在、日本音楽歌謡指導協会理事長に就任。桜祐二歌謡学園グループ代表・大人の歌謡学校さくら塾指導教授。桜祐二歌謡学園創立39年、歌手歌謡活動52年、慰問活動37年。道内各地の支部で歌謡セミナーを開催し、釧路での歌謡セミナー19年開催。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th>区　分</th><th colspan="2">指 導 分 野</th><th>内　　容</th></tr>
<tr><td>音楽</td><td colspan="2">歌謡指導</td><td rowspan="3">小学生～中高年まで、ポップスから演歌まで、腹式発声を中心に歌謡曲を楽しく覚えていきます。</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>さくら　みか</td></tr>
<tr><td>4</td><td>桜　美香</td></tr>
<tr><td colspan="2">連　　絡　　先　①</td><td colspan="2">連　　絡　　先　②</td></tr>
<tr><td colspan="2">(0154)91－1668</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>資格等</td><td colspan="3">日本音楽歌謡協会 歌謡教授</td></tr>
<tr><td>対象</td><td>子ども(5，6歳～)～
大人(年齢制限なし)</td><td>区域</td><td>市内全域</td></tr>
<tr><td>曜日
時間</td><td>(相談に応じます)</td><td>経費等</td><td>有</td></tr>
<tr><td>指導事例・内容等</td><td colspan="3">【会場】音楽室(カラオケ機材はなくてもOK！)
【持ち物】特になし
【指導の流れ】
(ひとり40分程)
1. 発声　20分
2. 歌唱指導　20分</td></tr>
<tr><td>自己紹介</td><td colspan="3">カラオケ＝中高年と思われがちですが、子どもにもカラオケ好きがいます。正しい発声法で楽しく歌う指導をモットーにしています。
釧路の街をカラオケで元気に！！</td></tr>
</table>

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
音楽・舞踊	長唄 三味線演奏 日本舞踊	長唄、三味線演奏、日本舞踊の指導をします

登録番号	氏名	
		さくらば　きよみ
5	氏名	櫻庭　清美

連　絡　先　①	連　絡　先　②
(0154)43－1380	

資格等	長唄杵屋流名取免許状(杵屋勝十喜 キネヤカツトキ) 日本舞踊花柳流名取免許状(花柳貞十喜 ハナヤギ゛サダトキ)		
対象	小学生以上 男女は問いません	区域	(相談に応じます)
曜日 時間	月・金曜日 (相談に応じます)	経費等	有(教材費、謝礼)
指導事例・内容等	【会場】自宅和室 【持ち物】できれば自分の三味線、扇、和服、譜本他 (相談に応じます) 【指導の流れ】 (長唄、三味線の場合) 1. 楽器、曲の説明 2. 音合わせ 3. 実技 4. 譜本写し (日本舞踊の場合) 1. 着替え等 (浴衣着付け指導) 2. 実技 3. 着替え等		
自己紹介	個人指導にて、初心者から経験者問わず習う方に合わせて指導いたします。古典芸能の基礎固めを中心に、現代音楽、創作舞踊へと進めていきます。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
演劇	演劇全般	学芸会・文化祭を含めた、演劇上演に関する演技、スタッフワークや技術等について指導をします

登録番号	氏名	かたぎり　しげたか
6	氏名	片桐　茂貴

連　絡　先　①	連　絡　先　②
(0154)42－4287	

資格等	釧路演劇協議会会長 劇団東風代表 釧路市文化団体連絡協議会副会長 (一社)日本劇場技術者連盟　第一種劇場技術者 (公社)日本照明家協会　北海道支部運営委員		
対象	小学生以上 人数は問いません	区域	市内全域、釧路管内 (相談に応じます)
曜日時間	(相談に応じます)	経費等	有(教材費、交通費、謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】体育館、視聴覚教室等 【持ち物】軍手等 【指導の流れ】 1. 演劇制作についてのノウハウ 2. 劇遊び等 3. 台詞の指導 4. 表現教育・コミュニケーション		
自己紹介	平成14年　北海道文化財団主催 舞台技術講座講師(清里町・斜里町) 平成14年～　釧路市まなぼっと市民学園講座演劇講座講師 平成22年～　くしろ市民大学 芸術文化講座講師 平成28年度　釧新郷土芸術賞(演劇・企画演出)受賞 平成30年度　釧路教育局　教育実践表彰 令和2年度　釧路市文化奨励賞　受賞 令和3年　釧路文学賞　受賞 令和5年～　北海道教育大学釧路校　演劇サークル　常任顧問		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th>区　分</th><th colspan="2">指導分野</th><th>内　容</th></tr>
<tr><td>美術</td><td colspan="2">銅版画技術指導</td><td rowspan="3">植物細密画、版画技術講習、釧路周辺地域の植物に関する講話をします</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>ましおん　えみか</td></tr>
<tr><td>7</td><td>マシオン恵美香</td></tr>
<tr><th colspan="3">連　絡　先　①</th><th>連　絡　先　②</th></tr>
<tr><td colspan="3">(0154)43－0697</td><td></td></tr>
</table>

資格等	日本植物画倶楽部会員、北海道植物画協会会員、釧路ボタニカルアートの会会長、釧路版画協会事務局長		
対象	小学生～一般 5～30名 (相談に応じます)	区域	(相談に応じます)
曜日時間	水曜日以外 (相談に応じます)	経費等	有(教材費、交通費、謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	＜植物細密画講習＞ 【会場】机、人数分の広さの部屋(相談に応じます) 【持ち物】水彩絵の具セット、筆記用具、花等(相談に応じます) 【指導の流れ】 1．スケッチ→水彩画紙に鉛筆でデッサン 2．彩色(下塗り→中塗り→上塗り→陰影をつける→かきしめる) →完成 3．まとめ ＜水彩画法と色相関＞ 水彩絵の具、カラーチャート表、彩色他		
自己紹介	私は銅版画家ですので、植物細密画他、ドライポイント、植物版画等の講習が可能です。花ぬり絵等、手軽に体験できる方法も提案できます。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
茶道	茶道	茶の心、作法、歴史、道具の説明等

登録番号	氏名	おざき　ひさこ
8	氏名	尾崎　久子

連　絡　先　①	連　絡　先　②
(0154)22－3667	

資格等	表千家教授		
対象	興味のある方ならどなたでも	区域	市内全域
曜日時間	1～3時間 (相談に応じます)	経費等	有(教材費)
指導事例・内容等	茶道、作法(点前)		
自己紹介	伝統文化である茶道を通して、茶の心、歴史、季節感、お道具の鑑賞を学んでいただきたいと思います。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
手工芸	トールペインティング パッチワーク	≪トールペインティング≫ 木製品や紙・布等に絵を描きます。下絵がありますので、ぬり絵と同じです。 ≪パッチワーク≫ 布地を縫い合わせて作品を仕上げていきます。

登録番号	氏名	さとう　さなえ
9	氏名	佐藤　早苗 (アトリエシュガー)

連　絡　先　①	連　絡　先　②
(0154)41－6335	

資格等	手芸講師、日本手芸普及協会ペイント講師		
対象	≪トールペインティング≫ 小学生以上　数人～15名 ≪パッチワーク≫ 数人～10名	区域	市内全域
曜日 時間	月～日曜日 (10:00～21:00)	経費等	有(教材費)
指導事例・内容等	≪トールペインティング≫ 【会場】机・椅子、コンセント、水洗い場のある部屋 【持ち物】エプロン、キッチンペーパー(トール) 【指導の流れ】 1. 完成品を見て、教材の点検説明、教材の使い方等 2. 描き方の説明、それぞれで描き始める 3. 最後の仕上げ点検 ≪パッチワーク≫ 【会場】机・椅子、アイロン 【持ち物】糸、針、ハサミ等 【指導の流れ】 布を順番に縫い合わせていきます。		
自己紹介	全く絵ごころがなく、絵が描けなかった私でしたが、ぬり絵と同じでぬり絵でない絵「トールペイント」に出会い、描く楽しさを知りました。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
手工芸	ペーパークラフト（湿原クラフト）	ペーパークラフト（簡易キット）から完成までを指導します。
登録番号 / 10	氏名 / つじの　ただし / 辻野　正	
連　絡　先　①		連　絡　先　②
090-9088-4937		

資格等	湿原クラフトの商標登録		
対象	小学生～大人（年齢制限なし）	区域	釧路管内
曜日時間	相談に応じます	経費等	有（教材費等）
指導事例・内容等	【持ち物】はさみ 【指導時間】60分程度 【指導の流れ】簡易キットを使用し、完成までを指導します。		
自己紹介	釧路湿原に生息する動物のペーパークラフトのボランティアをしております。 簡易キットから完成まで楽しんで作業していただきたいと思っております。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
語学	中国語の指導	発音記号をしっかり習得させ、日常生活でよく使われる簡単会話・文章を読み取る中国語の力を養う

登録番号	氏名	でん　や
11	氏名	田　野

連　絡　先　①	連　絡　先　②
080－5694－8666	

資格等	日本語能力1級		
対象	大学生	区域	市内全域 (相談に応じます)
曜日 時間	水曜日、木・金(午後)以外 (相談に応じます)	経費等	有(教材費、交通費、謝礼)
指導事例・内容等	1．中国語基礎 2．発音 3．会話 4．中国文化、中国事情 5．中国経済、国際企業 観光についての中国語訳、医療、商談、法廷、貿易などの通訳		
自己紹介	16年前に中国から日本に留学し、日本語学校、大学、大学院を卒業しました。現在、高専、公立大学、短期大学で講義を行っています。中国語の勉強は非常に重要です。発音よければ全てよしと言われるほどです。日本語にない音節が多数あり、日本人には難しいと思われる発音を正しく教えていきます。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th>区　分</th><th colspan="2">指導分野</th><th>内　容</th></tr>
<tr><td>自然</td><td colspan="2">自然観察
(湿原、阿寒、海岸)</td><td rowspan="3">自然散策をしながら、生物や植物に関する知識や歴史を学びます。また、自然や環境に関する講演や講義をします。</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>おおにし　えいいち</td></tr>
<tr><td>12</td><td>大西　英一</td></tr>
<tr><td colspan="2">連　絡　先　①</td><td colspan="2">連　絡　先　②</td></tr>
<tr><td colspan="2">(0154)91－6703</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

<table>
<tr><td>資格等</td><td colspan="3">教員免許状(中学理科、高校生物他)
北海道マスターガイド(ネイチャー部門)
樹医、釧路市環境審議委員</td></tr>
<tr><td>対象</td><td>小学生以上
40人位
(相談に応じます)</td><td>区域</td><td>釧路湿原、武佐の森、春採湖、阿寒、海岸線等</td></tr>
<tr><td>曜日
時間</td><td>(相談に応じます)</td><td>経費等</td><td>無</td></tr>
<tr><td>指導事例・内容等</td><td colspan="3">＜春採湖の自然観察＞
【会場】春採湖周辺＜相談に応じます＞
【持ち物】ルーペ、望遠鏡など＜相談に応じます＞
【指導の流れ】(90分程度)
1. 自己紹介、春採湖の概要⇒資料を配布して説明
2. 活動⇒博物館(スタート)、ロックガーデン(北海道の岩石の概要を知る)、マガモ湾(水鳥、魚の解説)、ゴマツリ岬(岬の意味、鉄道、炭鉱の話)、樹林散策(森林、草木、花の解説)、ネイチャーセンター(ヒブナ観察)、チャランケチャシ(春採湖とアイヌの話)、トンボの池(由来)、科学館、西洋庭園(公園の歴史と施設)
3. 春採湖の疑問点、他</td></tr>
<tr><td>自己紹介</td><td colspan="3">道内外、小・中・高校湿原巡検指導、市民対象の自然観察会、小・中・高校での講演、老人・市民大学、各団体での講演ほか実績有り</td></tr>
</table>

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
コーディネート	話し方、カラーコーディネート、コミュニケーション、心理学、マナー	話し方のコツやマナー、敬語の使い方などを学習します。また、色の歴史、心理的効果など、色で気持ちを表現したり、似合う色を探したりします(相談に応じます)

登録番号	氏名	しむら　けいこ
13	氏名	志村　圭子

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090－2051－9765	

資格等	カラーアナリスト、AFT1級、フリーアナウンサー、認定心理士、カラーセラピスト、コミュニケーショントレーナー		
対象	高校生以上 数人～300名 (相談に応じます)	区域	(相談に応じます)
曜日時間	(相談に応じます)	経費等	有(教材費、交通費、謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	＜話し方＞ 【会場】4～5名が集まれる部屋、白板、机、椅子　【持ち物】ペン、ノート、のり 【指導の流れ】(90～120分程) 1. 話し方のコツ　2. 敬語について(うっかり間違える敬語の盲点) 3. 話し方の基本とマナー　4. 説得力を身につける話し方 5. 人前でのスピーチのコツ　6. 感想 ＜カラー＞ 【会場】上記に同じ　【持ち物】ペン、ノート、のり、はさみ 【指導の流れ】(90～120分程) 1. カラーの歴史について　2. 色の心理的効果 3. 色のイメージ　4. 人に及ぼす影響 5. 似合う色の分析(芸能人を例に分析)　6. 感想		
自己紹介	夫が1人、息子が2人、私の持っている資格の数が43です。色の資格が10、心理学関係の資格が16、マナー・コミュニケーション・話し方の資格が17です。よろしくお願いします。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th>区　分</th><th colspan="2">指導分野</th><th>内　容</th></tr>
<tr><td>技術</td><td colspan="2">建設機械についての指導</td><td rowspan="3">初心者に、基礎から本格的な技術まで指導します</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>かとう　こうぞう</td></tr>
<tr><td>14</td><td>加藤　耕蔵</td></tr>
<tr><td colspan="2">連　絡　先　①</td><td colspan="2">連　絡　先　②</td></tr>
<tr><td colspan="2">(0154)91－9167</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

資格等	建設機械職業訓練指導員 1級建設機械施工技師 1級土木施工管理技師		
対象	18歳以上 (相談に応じます)	区域	市内及び道東地域 (相談に応じます)
曜日 時間	(相談に応じます) 3時間程度	経費等	有(教材費、交通費)
指導事例・内容等	建設機械の概論・手法・実技 建設機械での除雪の手法など		
自己紹介			

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
技術		デジタル通信による基本概念	全世界のGMDSS設備による海上の救助方法について
登録番号	氏名	いいだ　いさむ	
15		飯田　勇	

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090－1524－5574	

資格等	GMDSS救命設備整備技術者証1号、日本船舶電装整備士 第1種電気工事士、各種通信士		
対象	小学生以上	区域	市内全域及び他地域
曜日 時間	(相談に応じます) 60～90分	経費等	無
指導事例・内容等	デジタル通信によるGMDSS設備により、全世界の海上における救助要請のありかたをお知らせします。		
自己紹介	40年間海上の救命設備を整備、その間事業所の責任者を務め現在も資格を保有。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
料理	パン、ケーキ	家庭で手軽に焼けるパン、ケーキの指導をします。

登録番号	氏名	やまもと　わかえ
16	氏名	山本　若恵

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090－3777－9187	

資格等	製菓衛生師、JHBパン準師範資格、NHKパンコンテスト優秀賞受賞		
対象	小学校高学年以上 8～20名程 (相談に応じます)	区域	市内全域
曜日 時間	曜日は問いません (9:00～15:00) (相談に応じます)	経費等	有(教材費) (相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】オーブンを含む、台所設備が整っているキッチン (相談に応じます) 【持ち物】エプロン、筆記用具、使用器具を拭くための布巾 【指導の流れ】(90分程度) 1．自己紹介、メニューの説明、材料・道具準備 2．1次発酵の終わっているパン生地を分割し、丸める 3．ケーキのデモンストレーション(生地を休ませる間) 4．パンの成形をする 5．パン、ケーキを焼く 6．試食、質疑応答、後片付け		
自己紹介	パン、ケーキ教室をはじめて30年以上になります。教室を卒業した生徒も多数おり、皆手造りのパン、ケーキでお子さんの心をつないでいるようです。心をつかむには胃袋を!!　美味しく、無添加で、安心して食べられるをモットーにしています。笑顔を向けて下さると「もっと楽しく、もっと美味しく」と40年に向けて進みます。裏話としては、ケーキにどんなカロリーがあるのかもわかるので、むやみやたらに食べなくなります。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
健康		家庭でできる健康法 ツボ療法	家庭で自分自身でできる健康法を紹介します
登録番号	氏名	すどう　たかあき	
17		須藤　隆昭	
連　絡　先　①			連　絡　先　②
(0154)39－2589			

資格等	鍼灸師、あんずの種院長		
対象	小学生以上 数人～100人 (相談に応じます)	区域	市内全域、全道 (相談に応じます)
曜日 時間	(相談に応じます)	経費等	(相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】机・椅子がある教室程度の部屋(相談に応じます) 【持ち物】ペン、ノート 【指導の流れ】(90分程度) 1．自己紹介、鍼灸治療の説明 ⇒プリントかパソコンにより説明 2．簡単なツボ刺激の方法を実習 ⇒アイロン、ドライヤーなど家にあるものを使用 3．目の体操、食事療法などの紹介 4．質疑応答、健康相談 ※詳しくは「あんずの種」のホームページをご覧下さい。		
自己紹介	看護学校や老人大学などでも講演しています。気軽に声をかけてください。詳しくはあんずの種のホームページ(http://anzu946.com/)をご覧下さい。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
健康	アロマテラピー	精油を用いて美と健康を増進させるアロマテラピーについて、アロマテラピーのメカニズムや精油の正しい使用方法のお話、アロマクラフトの作製などを行います。

登録番号	氏名	きくち　あきこ
18	氏名	菊地　明子

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090-1387-5085	

資格等	公益社団法人　日本アロマ環境協会認定 アロマテラピー　インストラクター		
対象	中学生以上	区域	市内全域、他地域 (相談に応じます)
曜日 時間	(60～90分程度) (相談に応じます)	経費等	有(教材費、講師料)
指導事例・内容等	【会場】机・椅子等がある部屋(相談に応じます) 【持ち物】 筆記用具など 【指導の流れ】(60～90分程度) 1. アロマテラピーって何？ 2. アロマテラピーのメカニズム 3. 精油の正しい使用方法、精油の選び方 4. アロマテラピーの楽しみ方 5. ルームスプレーやバスソルトなどのアロマクラフトの作製		
自己紹介	一緒にアロマの楽しさを勉強しましょう！		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
健康	自分でできる 健康法	首肩こりや腰痛のセルフケアと簡単にできる小顔法を紹介します。

登録番号	氏名	なかやしき　まさひで
19	氏名	中屋敷　正英

連　絡　先　①	連　絡　先　②
整体院トポス 0154－65－9811	

資格等	健康管理士一般指導員、整体師		
対象	中学生以上	区域	市内全域
曜日 時間	基本は日曜日・祝日 (相談に応じます)	経費等	無(資料代のみ実費)
指導事例・内容等	【会場】特に問いませんが和室だとよい 【持ち物】筆記用具 【指導の流れ】 1. 身体を壊している生活習慣 2. 人体への影響 3. その解消方法 4. 簡単な健康体操(60分程度)		
自己紹介			

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
健康	ゆる体操 ゆらぎ体操	どちらの体操も、体をゆすったり、さすったりするなど大変簡単な体操です。副交感神経が優位になり、大変高いリラックス効果があります。体のコリやゆがみが取れ、健康・ダイエットに高い効果があります。マスメディア等でも多数紹介されています。「ゆらぎ体操」は寝たまま揺らすだけで骨盤調整のできる体操です。

登録番号	氏名	
		もり　あけみ
20	氏名	森　明美

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090－3113－2223	

資格等	日本ゆる協会公認 ゆる体操正指導員初級 4th Grede 日本ゆらぎ体操セラピー協会認定インストラクター		
対象	小学生以上	区域	市内全域、他地区
曜日時間	(相談に応じます)	経費等	(相談に応じます) ※ボランティアも可
指導事例・内容等	＜指導事例＞ まなぼっと幣舞、コア鳥取、桜ヶ岡中央会館、交流プラザさいわいで教室を開いています。福祉施設で地域住民向けのボランティア講座を開催いたしました。 ＜内容＞ 【会場】体験の場合、できればカーペット敷きの部屋 （畳・フローリングも可） 【持ち物】会場がフローリングの場合はヨガマット又は大判のバスタオル 【時間】ゆる体操の説明をしながらゆっくりと体を動かします(60～90分程度)		
自己紹介	普段の教室では「体が楽になる」「動きやすくなる」と言ってもらえることを励みにしています。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th>区　分</th><th colspan="2">指 導 分 野</th><th>内　　容</th></tr>
<tr><td>健康</td><td colspan="2">水泳
水中ウォーキング
水中運動</td><td rowspan="3">初心者から上級者まで、水慣れから本格的な技術まで指導します。</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>さかい　みほ</td></tr>
<tr><td>21</td><td>境　美穂</td></tr>
<tr><th colspan="2">連　絡　先　①</th><th colspan="2">連　絡　先　②</th></tr>
<tr><td colspan="2">090－1525－7556</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

資格等	中学校保健体育教諭、日本スイミングクラブ協会泳力認定員		
対象	ベビー6ヶ月以上の親子・幼児から大人まで	区域	市内全域、他地区 (相談に応じます)
曜日 時間	(相談に応じます) ※1レッスン60分程度	経費等	有(プールコース貸切料等)
指導事例・内容等	【持ち物】 水着、スイミングキャップ、ゴーグル、タオル 【指導の流れ】 1. 水中で準備運動 2. ドリル練習 3. メインメニュー 4. リラックス		
自己紹介	約25年間スイミングスクールで水泳指導を行っておりました。全くの初心者から上級者の方まで分かりやすく指導いたします。また、泳がない水中運動も可能です。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
健康		ダンス ストレッチ 筋トレ 安眠ヨガ	音楽に合わせて楽しく体を動かします。1種目のみ、2、3種目組み合わせ可能です。
登録番号	氏名	さかい　みほ	
21		境　美穂	

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090－1525－7556	

資格等	中学校保健体育教諭 一般社団法人ダンス教育振興連盟 JDAC　ダンス教育指導士		
対象	幼児から大人まで。 個人レッスンから、幼稚園、小中高等学校、介護施設、カルチャー教室等の団体まで指導致します。	区域	市内全域および他地域 (相談に応じます)
曜日 時間	(相談に応じます) ※1レッスン60分程度	経費等	有(場所により貸切料等)
指導事例・内容等	【持ち物】タオル、水分補給飲料、(上靴)(ヨガマット) 【レッスンの流れ】ウォームアップ、説明、練習、ドリル、メイン、クールダウン		
自己紹介	約25年間フィットネスクラブでインストラクターを務めておりました。初級～中級程度でレベルに合わせて指導致します。どうぞよろしくお願い致します。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
健康	美容、美姿勢、 機能改善ストレッチ	ストレッチ 体幹トレーニング 呼吸指導

登録番号	氏名	
		オオワダ　アキヒデ
22	氏名	大和田　秋秀

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090－1388－0757	

資格等	PNF協会会員 国際姿勢矯正セラピスト カポエイラ アンゴーラ インストラクター		
対象	小学生以上	区域	市内
曜日 時間	相談に応じます （90分～120分）	経費等	なし
指導事例・内容等	【会場】屋内スペース（広さは人数による） 【持ち物】上靴、飲み物 【指導の流れ】解剖学の説明→呼吸→ストレッチ		
自己紹介	機能向上を目的としたコンテンツの提案 身体のネガティブ改善		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
格闘技		カポエィラ アンゴーラ 釧路	ブラジルの無形文化遺産であるカポエィラ。ブラジルの民族楽器を演奏し、格闘技のレッスンをします。アフリカのアニマルフローを多く取り入れています。
登録番号	氏名	オオワダ　アキヒデ	
22		大和田　秋秀	
連　絡　先　①			連　絡　先　②
090－1388－0757			

資格等	カポエィラ指導20年		
対象	小学生以上	区域	市内
曜日時間	相談に応じます （120分程度）	経費等	なし
指導事例・内容等	市内にて毎週3クラス指導 こどもクラス、大人クラス、鶴居村にて指導中		
自己紹介	身体の機能向上を目的とした 日々ポジティブな日常につなげます。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
生活	整理収納講座	整理収納の基礎から収納術まで指導します。
登録番号 / 23	氏名 / かねた　ひとみ / 金田　ひとみ	
連　絡　先　①	連　絡　先　②	
080－1184－2642		

資格等	整理収納アドバイザー 整理収納教育士 親・子の片づけアンバサダー		
対象	小学生以上	区域	市内全域および他地域 (相談に応じます)
曜日 時間	(相談に応じます) ※90分程度	経費等	有(教材費等)
指導事例・内容等	【会場】 地区会館、コミュニティーセンター、視聴覚室 【指導の流れ】 ・整理収納の基本ルール ・仕組みづくり 7つのステップ＆6つのポイント ・整理にかかせない「分別」のスキル・定位置決め ・子どもの年代別関わり方の基本とポイント		
自己紹介	知識や経験を活かし、「空間と時間と心を整え、リバウンドしない整理収納術」を楽しく分かりやすくお伝え致します。親・子や家庭とモノとの関わり方を見直すきっかけになれたらと思います。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
体操	ストレッチ 太極拳	初心者に、基礎から本格的な技術まで
登録番号 / 氏名	わだ　ようこ	
24	和田　陽子	
連　絡　先　①		連　絡　先　②
090－6263－0018		

資格等	社団法人日本武術太極拳連盟公認太極拳普及指導員一級		
対象	老若男女 初心者	区域	市内、町内会
曜日 時間	(相談に応じます) ※90分程度	経費等	有(教材費等)
指導事例・内容等	【指導の流れ】(60分程) 1. ストレッチ 2. 太極拳の基礎 3. 太極拳入門　など		
自己紹介	体を動かすことが好きで、体操、ヨサコイをしていました。今は、太極拳の奥深いやりがいを教え出来ることを楽しみにしています。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
体操		太極拳　気功 風水学　整体	太極拳、気功の指導、及び風水の講義などを行います。
登録番号	氏名	さいとう　まさみち	
25		斉藤　政道	
連　絡　先　①			連　絡　先　②
090－3891－1726			

資格等	太極拳、気功法講師、整体師		
対象	小学生以上 数人～50人 (相談に応じます)	区域	市内全域、釧路管内 (相談に応じます)
曜日時間	水曜日(19:00～20:00) 土曜日(13:00～14:00) (相談に応じます)	経費等	有(謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】教室程度の部屋(相談に応じます) 【持ち物】運動靴(相談に応じます) 【指導の流れ】(60分程度) 1. 準備運動 2. 太極拳の形の指導(細部個別指導) 3. 風水学大話や太極拳、気功法の講義 4. 気の交流の形		
自己紹介	運命から好転する、風水学的根底にある運動ですので、楽しい雰囲気の中で心と体の健康を維持し、特に生活習慣病の予防、治療と寿命を延ばします。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

<table>
<tr><th>区　分</th><th colspan="2">指導分野</th><th>内　容</th></tr>
<tr><td>体操</td><td colspan="2">太極拳
心意六合拳
長拳　気功</td><td rowspan="3">太極拳、心意六合拳、弾腿、長拳、気功、などを指導します。</td></tr>
<tr><td>登録番号</td><td rowspan="2">氏名</td><td>かわばた　よしひさ</td></tr>
<tr><td>26</td><td>川端　祥央</td></tr>
<tr><th colspan="2">連　絡　先　①</th><th colspan="2">連　絡　先　②</th></tr>
<tr><td colspan="2">090－6696－3154</td><td colspan="2"></td></tr>
</table>

資格等	整体師(健友館日本整体療術師協会)、釧路市太極拳協会公認導員、北海道心意六合拳連盟公認指導員		
対象	6歳以上	区域	市内全域
曜日時間	平日、土・日・祝日	経費等	無料
指導事例・内容等	【会場】軽運動の可能な部屋 【持ち物】運動しやすい服装、靴(施設によっては裸足) 【指導の流れ】(90分程度) 1．自己紹介、講習内容の説明 2．手法、身法、歩法、眼法、腿法、呼吸法等 3．複合動作 4．套路(型)練習 5．相対練習 6．まとめ		
自己紹介	【講師歴】くしろ市民学園「気功」、鶴居村生涯学習講座「太極拳」、「気功」、旧音別町社会教育講座「太極拳」、旧音別町保健福祉講座「太極拳」、釧路市生涯学習フェスティバル体験講座「太極拳」、「心意六合拳」、「気功」、「親子で楽しむカンフー」、「すこやかキッズカンフー」等、市内公立小中学校PTA研修講座「太極拳」、市内社会福祉施設太極拳講座、市内民間団体体験講座「太極拳」、市外太極拳団体出張講習等。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
体操	ヨーガ 花架拳(気功)	ヨーガ、花架拳(気功)に関する講義及び実技指導を行います。

登録番号	氏名	
		あきやま　ようこ
27	氏名	秋山　洋子

連　絡　先　①	連　絡　先　②
(0154)42－4077	

資格等	日本ヨーガ学会会員、日本花架拳学会専任講師、東京瑜伽大学教授		
対象	高校生、成人、高齢者 10～40名 (相談に応じます)	区域	市内全域 (相談に応じます)
曜日時間	(相談に応じます)	経費等	有(交通費、謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	＜ヨーガ＞ 【会場】相談に応じます 【持ち物】ゆったりとした動きやすい服装 【指導の流れ】 1．ねどこのムドラー ⇒首、ねこ、あおむけ、ねじり、アンテナ、合唱のポーズ 2．月ごとのテーマ(毎月変わります)⇒マハー、足に顔、背中、手と足、しあわせなどのポーズ 3．リラックス⇒しかばねのポーズ 4．呼吸法(プラーナヤーナ)	＜花架拳＞ 【会場】相談に応じます 【持ち物】ゆったりとした動きやすい服装 【指導の流れ】 1．ヨーガでストレッチ 2．気功 3．呼吸法 4．ツボの自己指圧とマッサージ 5．練功十八法(前段、後段、益気功)⇒基本の型、呼吸に合わせ十八の型 6．花架拳⇒基本の型、1～37の型 7．リラックス	
自己紹介	活動歴30年以上、まなぼっと市民学園講師、生き生き女性講座、フェスティバル講座、お母さんのためのリフレッシュ講座、道新文化センター花架拳講師、コア大空ヨーガ講師、サンライフ釧路ヨーガ講師など、釧路市のサークル、文化教室、健康教室で指導中。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指　導　分　野	内　　容
体操		健康体操　リズム体操 エアロビック技術 親子ビクス スローエアロビクス 背骨コンディショニング	健康体操、リズム運動、高齢者の健康運動体操、エアロビクス(スローエアロビクス、一般ビクス、親子ビクス、キッズビクス)、トランポリン(からだジャンプ®)
登録番号	氏名	うらせ　じゅんこ	
28		浦瀬　純子	
連　絡　先　①			連　絡　先　②
(0154)46－3323			

資格等	(社)日本エアロビック連盟公認 指導専門員 (社)スローエアロビック指導員 一般社団法人日本からだワーク®協会からだジャンプ1級 背骨コンディショニング協会認定		
対象	年齢は問いません 数人～100人 (相談に応じます)	区域	道東地区
曜日 時間	(相談に応じます)	経費等	有(謝礼) (相談に応じます)
指導事例・内容等	＜トランポリン以外の運動＞ 【会場】運動しやすい床、のびのび動ける場所 【持ち物】シューズ、タオル、動きやすい服装 【指導時間】1時間程度 ＜ﾄﾗﾝﾎﾟﾘﾝ(からだｼﾞｬﾝﾌﾟ®)＞ ・ﾄﾗﾝﾎﾟﾘﾝは当方で用意(20台まで) ・一人用のﾄﾗﾝﾎﾟﾘﾝ(からだｼﾞｬﾝﾌﾟ®)でﾘｽﾞﾑに乗って楽しむ ＜内容＞ ﾘｽﾞﾑ運動/ｴｱﾛﾋﾞｸｽ/ｽﾛｰｴｱﾛ/ﾄﾗﾝﾎﾟﾘﾝ(からだｼﾞｬﾝﾌﾟ®) ・音楽に合わせて楽しく動く ・ﾘｽﾞﾑ運動を行って筋力の衰えや老化を予防 ・体と脳を同時に使い脳のﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ(認知症予防) ・高齢者に無理のない優しい運動(健康体操/ｽﾛｰｴｱﾛ) ・心肺機能を向上し代謝を上げ体調を改善	＜背骨ｺﾝﾃﾞｨｼｮﾆﾝｸﾞ＞ 【持ち物等】動きやすい服装、タオル(ﾊﾞｽﾀｵﾙやｽﾎﾟｰﾂﾀｵﾙ)または背骨枕、ｾﾗﾊﾞﾝﾄﾞ ＜内容＞ ・腰痛改善(ゆるめ/矯正/筋力強化) 歪みによる神経の伝達異常を改善 ・こり固まった関節をやわらげ、 背骨の歪みを整える	
自己紹介	公益財団法人日本エアロビック連盟(北海道連盟)道東支部支部長 ジュンコスタジオエアロビックアカデミー代表 エアロビック普及活動を行い一般愛好者・高齢者が健康でいられる様、健康体操・スローエアロビックを通してリズムに合わせ楽しく動く喜びを伝えます。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
ダンス	ハワイアンエクササイズ フラダンス	ハワイアンミュージックを聴きながら、ストレッチやエクササイズを行います。 フラダンスのステップやハンドモーションを指導します。
登録番号 / 29	氏名：たかおか　みお 髙岡　未麻	
連　絡　先　①	連　絡　先　②	
080－4508－3390		

資格等			
対象	ケイキ(子ども)クラス 大人クラス	区域	市内全域及び他地域 (相談に応じます)
曜日 時間	相談に応じます。 (クラスによって時間が異なります)	経費等	有
指導事例・内容等	【会場】イツミヤ・ダンス・カンパニー(相談に応じます) 【持ち物】筆記用具・飲み物・動きやすい服装 【指導の流れ】 ・大人クラス(90分) ①ストレッチ・エクササイズ②フラステップ・ハンドモーション③フラ曲練習・ハワイ語の訳 ・子どもクラス(90分) ①ストレッチ②フラステップ・ハンドモーション③フラ曲練習		
自己紹介	釧路で初のハワイアンエクササイズを行っています。呼吸法を大切にしながらストレッチ、体幹トレーニングを行い、フラダンスも行います。 癒されながら、楽しみながら気持ちよく運動し、汗を流しましょう。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
ダンス	アルゼンチンタンゴ 女性のためのウォーキング指導	初心者からのダンス、ウォーキングを基本から指導します。
登録番号	ねづ　まき	
30	根津　真枝	
連　絡　先　①	連　絡　先　②	
090－6877－5400		

資格等			
対象	中学生以上	区域	市内全域及び他地域 (相談に応じます)
曜日 時間	相談に応じます。	経費等	会場使用料など実費分負担あり (相談に応じます)
指導事例・内容等	【会場】ダンススタジオや会議室等(床がフローリング、またはリノリウムの場所) 【持ち物】スニーカーやダンスシューズ(滑りやすい靴底のもの) 【指導の流れ】(90分程度) ①アルゼンチンタンゴについて(ウォーキングの基礎) ②基本ステップの説明・指導(またはウォーキングの説明・指導) ③音楽に合わせて踊る(ウォーキング実践)		
自己紹介	幼少期からクラシック・バレエを習い、2001年よりアルゼンチンタンゴを始め、2004年にアルゼンチンに渡り、半年間のダンス留学、オーストラリアでも2ヶ月間学んできました。 白糠町では2013年よりダンスサークルでの指導を続けており、2018年にはまなぼっとでの体験レッスンも開催しました。楽しく踊っていただくために明るい指導を心がけています。 癒されながら、楽しみながら気持ちよく運動し、汗を流しましょう。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指 導 分 野	内　　容
ダンス	フォークダンス	世界各国の曲に合わせて、決められたステップを踏み踊りを楽しみます。
登録番号 / 31	氏名	さとう　しげみ 佐藤　繁美
連　絡　先　①		連　絡　先　②
38-6124		

資格等	日本フォークダンス連盟3級公認指導者		
対象	年齢・性別区別なし	区域	釧路市内
曜日 時間	要相談	経費等	会場費・交通費
指導事例・内容等	【指導者】(代表者)佐藤繁美　、他3名 【会場】　体育館等 【内容】　曲に合わせて決められたステップを踏み、踊りを楽しみます。		
自己紹介	高年齢ではありますが、楽しく過ごしてもらえるよう指導いたします。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分	指導分野	内　容
コミュニケーション	ボードゲーム・カードゲームを通した知育・療育	海外製・国産のボードゲーム・カードゲームを年齢に合わせて提案し、遊び方を教えます。
登録番号 32	氏名 うちだ　まさこ 内田　雅子	
連　絡　先　①		連　絡　先　②
080－5576－1743		

資格等	養護学校教育教員免許　1種		
対象	年少児(親子)～高齢者まで1回に20名(10組)程度	区域	市内全域及び他地域(相談に応じます)
曜日時間	主に土曜・祝日及び平日の午前中(相談に応じます)	経費等	無
指導事例・内容等	4歳～70歳代まで幅広い年齢の方が「脳トレ」として、「知育」として、「親子のコミュニケーションのきっかけ作り」として楽しんでいます。 勤務先の障害児童デイサービスでも「療育」のアイテムの一つとして活用しています。 ネイパル厚岸やチューリップ＆花フェアなどのイベントにて体験コーナーを出展しています。 学校ボランティアとして、小学校のクラブ活動や特別支援学級の自立活動の授業に参加させていただいています。		
自己紹介	月1回、交流プラザさいわいにて親子を対象としたボードゲームの集まりを開催しています。大人もこどもも楽しむ会を目標に活動を続けて5年目に入りました。		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指 導 分 野	内　　容
コミュニケーション		アンガーマネジメント入門講座	アンガーマネジメント入門講座
登録番号	氏名	かまだ　じゅんこ	
33	氏名	鎌田　純子	
連　絡　先　①			連　絡　先　②
090-5952-9168			

資格等	・一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 アンガーマネジメントコンサルタント、アンガーマネジメントファシリテーター、アンガーマネジメントキッズインストラクター、アンガーマネジメントティーンズインストラクター		
対象	・18歳以上 ・5歳～小学生（一部講座）	区域	釧路管内 （他相談に応じます）
曜日時間	相談に応じます	経費等	有（講師料2，200円／人）
指導事例・内容等	・一般社団法人アンガーマネジメント協会 「アンガーマネジメント入門講座」の開催（60分） ※5歳から小学生までのお子さまの「子どものためのアンガーマネジメント（「アンガーマネジメントキッズ講座」の範囲内30～60分程度）開催も可能		
自己紹介	「心の豊かさ」は「生きること」に大切なことです。 心に優しい、ちょっとしたポイントを知って、今の生活より少しだけ「過ごしやすい生活」を目指して、健康的な暮らしをしていきませんか？		

人　材　バ　ン　ク　登　録　票

区　分		指導分野	内　容
コミュニケーション		アンガーマネジメント体験会～心の整理術	心や気持ちの整理に有効で、健康的に生きていくための大切なポイントを学びます。
登録番号	氏名	かまだ　じゅんこ	
33		鎌田　純子	

連　絡　先　①	連　絡　先　②
090-5952-9168	

資格等	・一般社団法人日本アンガーマネジメント協会 アンガーマネジメントコンサルタント、アンガーマネジメントファシリテーター、アンガーマネジメントキッズインストラクター、アンガーマネジメントティーンズインストラクター ・企画型ジョブコーチ ・全日本自閉症支援者協会 発達障害支援者ファシリテーション（アドバイス） ・一般社団法人看護師パートナー協会 シングルマザー支援者研修　履修		
対象	・健康的に過ごしたい方 ・自分自身について考えたい方（年齢不問）	区域	釧路管内 （他相談に応じます）
曜日時間	相談に応じます	経費等	有（交通費、謝礼）
指導事例・内容等	・自己紹介 ・「アンガーマネジメント」の説明等 ・ご希望の内容に合わせ実施 （時間幅、内容等相談に応じます） （入門講座よりも簡単な内容です）		
自己紹介	「心の豊かさ」は「生きること」に大切なことです。 心に優しい、ちょっとしたポイントを知って、今の生活より少しだけ「過ごしやすい生活」を目指して、健康的な暮らしをしていきませんか？		