

6 体育・スポーツ・レクリエーション分野講師団

	分野	小分類	氏名 (雅号・ペンネームなど)	指導内容	活動歴	PR事項	指導対象	指導人数	指導可能曜日・時間	活動希望区域
1	体育・スポーツ・レクリエーション一般、体操、レクリエーション・体力づくり・社交ダンス、その他	体育・スポーツ・レクリエーション1、2、9、10	イトウ ミカ 伊藤 美華 (みかりん)	ラフターヨガ 笑いヨガの呼吸法を組み合わせた新しいエクササイズ 呼吸法ヨガ ヨガの呼吸法を中心に全世代対象の心と身体にやさしいヨガ 心と身体に優しく美しく健康的に導きます。希望の内容、対象に合わせてプログラム指導対応いたします。 エクササイズだけでなく、講演、指導も対応可能。	秋田市女性活躍推進シンポジウム参加 秋田中央地域交流プラザ講師 秋田市生活研究グループ協議会実習指導 東北電力よりそうeネットイベント講師 箕郷町社会福祉協議会ふれあいサロン講師 自宅出張教室開催	各講習会、イベント、教室等詳細確認後すべて対応可能 個人、団体、グループ活動 お気軽に連絡、ご相談ください。	全世代	制限なし	全対応可	県内全域
2	乳幼児教育 体育・スポーツ・レクリエーション一般	教育一般6 体育・スポーツ・レクリエーション1	カトウ ミキ 加藤 未希	産後のママ向けフィットネス(ママフィット) 親子のふれあい(親子フィット)	秋田市の子育てで広場にてママフィットや親子フィットを開催 (カワベリア、いーばる、ウエスター、ユービス等)	私自身現在子育て中のママの立場で、産後の運動や親子でリフレッシュできる内容をたくさんの親子へ提供していきたいと思っています。	子ども(未就学児)	10組～20組	平日、日中	県内全域
3	生涯学習一般、学校教育、乳幼児教育、PTA・団体・クラブ活動 自然観察・環境問題 登山・野外活動・オリエンテーリング 余暇活動・レジャー	教育一般1、3、6、11 自然科学10 体育・スポーツ・レクリエーション8 市民生活・国際関係9	コンドウ チハル 近藤 千晴	自然体験活動(ネイチャーゲーム中心)	秋田県レクリエーション協会事業への協力 自主活動(全国一斉シェアリングネイチャーの日(10月)イベント	子どもから大人まで、いつでも誰でもどこでも自然と触れ合う楽しさを味わえます。知識だけでなくリラックス効果もあり。一人でも楽しめます。	全世代 男女問わず	何人でも (人数に応じて指導者派遣可)	土、日 (平日は要相談)	県内全域
4	人文・社会科学 体育・スポーツ・レクリエーション	人文・社会科学1 体育・スポーツ・レクリエーション5、10	コンドウ マサミ 近藤 正実	・平安古典文学のゆかりの地を紹介(特に「源氏物語」「枕草子」) ・中学校部活動として能代市バレーボール協会が設立した「能代市中学校バレーボールクラブ」(令和7年発足)の経緯と課題	・2023.9.9 能代市立図書館文学講座講師 ・2024.11.23 退職公務員連盟能代山本支部講演 ・2025.6.14 旭水会能代山本支部講演	2022年12月に「トオサン、カアサンが行く京都古典散歩～枕草子、源氏物語編～」を上梓し、2025年夏に英訳本出版予定。古典文学ゆかりの地をエピソードを交えながら紹介する。 能代市バレーボール協会は行政の動きを待たずに地域クラブを設立した。当時の協会長、現在の事務局、指導員としてその経緯、課題を紹介する。	成人 男女問わず	制限なし	月・水・金19:00～21:00以外	県内全域
5	体育・スポーツ・レクリエーション一般、武道・格技、レクリエーション・体力づくり・社交ダンス	体育・スポーツ・レクリエーション1、4、9	ササキ ユウコ 佐々木 祐子	太極拳に関するすべての理論及び技術について 「高齢者対象」講座の指導に工夫を重ねている	・各コミセンサークル指導 ・秋田市社会福祉協議会主催「けやき大学」講師 ・旭南小学校「地域ふれあいクラブ」 ・日新小学校講師	世代問わず健康増進の一助になればの思いで指導しています。	全世代	5人～30人	随時希望相談の上	県内全域
6	生涯学習一般、学校教育、家庭教育・カウンセリング、青少年教育、成人教育、高齢者教育、PTA・団体・クラブ活動 数学・計算、科学・化学・実験 球技(ミニテニス)、スキー コミュニティー・地域づくり、ボランティア、国際理解・国際協力	教育一般1、5、7、11 自然科学2、4 体育・スポーツ・レクリエーション5、7 市民生活・国際関係3、4、5	サトウ タモツ 佐藤 存 (RISE)	小中学生に夢や目標を持たせる志授業 大人の学びなおし講座 防災学習、進路学習	毎年、県内小中学校10校ほどで志授業実施	各学校の要望に応じた講演を行うことができます	全世代、子ども 男女問わず	50人	いつでも(調整必要)	県内全域
7	通信・放送 球技	産業・技術8 体育・スポーツ・レクリエーション5	サトウ テルミチ 佐藤 彰倫	球技:グラウンド・ゴルフ 通信:アマチュア無線	○グラウンド・ゴルフ 同スポーツサークルへの「実技指導」及び「ルール説明会」時の講師を務めています。 ○アマチュア無線 アマチュア無線技士養成課程講師として、県内で開催された講習会の講師を担当しています。	グラウンド・ゴルフは、「いつでも」「どこでも」「だれでも」できる生涯スポーツです。また、審判員がいないのが大きな特徴です。時々ルール改定があります。そのためルールを学び直してみませんか。	全世代	1～30名	曜日の制限なし 指導時間は1時間半くらい	県内全域
8	スポーツ指導全般 食生活	体育・スポーツ・レクリエーション1、9 家庭生活・趣味5	サトウ リョウコ 佐藤 良子	肩こり・腰痛の予防改善、姿勢改善、足まわり筋力向上、食事指導による各種病氣(高血圧、糖尿、ばね指、アレルギー性鼻炎等)の改善 フレイル予防体操の指導、運動後のストレッチによるケガ予防・改善	飯島地区コミセンサークル指導、「あそびにけ」講師 北部市民サービスセンターサークル指導 港北地区コミセンサークル指導	催事のミニ体験、パーソナル指導、筋トレ指導 事業所の福利厚生の一環となる80キロカロリーによる食事指導	全世代 男女問わず	催事100人～200人 グループ10人～20人	第1・第3火曜の午前中 土・日	市内および近隣市町村(天王、大潟、男鹿)
9	乳幼児教育、男女共同参画、女性活躍推進 法律 体育・スポーツレクリエーション	教育等一般6、8、12 人文・社会科学6 体育・スポーツ・レクリエーション1、2、9、10	シゲヒサ イツミ 重久 愛	ヨガや健康体操、また、ITに関することも教えてあげられると思います。 ヨガは体が硬くてもOKです。認知症や集中力UP、いろいろな用途に合わせることが出来ます。また、メディケーションやオフィスの合間で企業様に指導も行います。	ヨガフェスタを秋田で初めて開催、ヨガを活用した交流会、キッズヨガ、企業様向けヨガ、チェリッシュカフェでのマヨガ、マタニティヨガ、シニアヨガ、チェリッシュカフェでのヨガ、アジア最大級の5万人が来るヨガフェスタに出演等々	心と身体を健やかに、そして情操教育や秋田の抱える社会問題にフィックスして指導することができます。まずはご相談ください。	全世代	何人でも	一ヶ月以上前に連絡いただけると幸いです。不規則で決まりはありません。	県内全域
10	・生涯学習一般、社会教育、学校教育、家庭教育・カウンセリング、青少年教育、男女共同参画、成人教育、高齢者教育、PTA・団体・クラブ、その他 ・政治・経済・時事問題、財政・統計、社会学 ・体育・スポーツ・レクリエーション一般、レクリエーション・体力づくり・社交ダンス、その他 ・家庭生活・趣味一般、生活科学、その他 ・市民生活・国際関係一般、コミュニティ・地域づくり、ボランティア、余暇活動・レジャー	教育等一般1、2、3、5、7、8、9、10、11、12 人文・社会科学5、7、9 体育・スポーツ・レクリエーション1、9、10 家庭生活・趣味1、2、12 市民生活・国際関係1、3、4、9	ショウジ タカトシ 庄司 隆敏	(1)FP(ファイナンシャルプランナー)としてお金に関する、生活改善・収支見直し・資産形成をわかり易く体系的に教えます。また、お金の視点でみた経済の仕組みや子育て・教育・家族のあり方も楽しく話せます。 (2)モルック、ボードゲーム、ボルダリングでの地域活性活動について、各団体に所属しておりイベント企画・運営・指導の提案が可能です。ていねいに分かりやすく指導します。	(1)FPIに関する節約・貯蓄・投資・節税・等に関するイベントを隔月で開催。資産形成に関する相談ボランティア活動等。 (2)モルック、ボードゲーム、ボルダリング関連の地域イベント支援、毎週実施。イベント企画や指導およびスタッフ活動等。	(1)難しいことをわかり易く、わかり易いことを面白く講義します。マクロ経済や国の指導に沿った学生向け金融教育の対応も可能です。(X:@LifePlan_sg) (2)地域のチームと連系して興味が沸く指導・運営が可能です。	全世代 男性女性問わず	2～10人程度	平日18:00以降 ・土日休日	
11	商業・経営・簿記 陸上競技	産業・技術4 体育・スポーツ・レクリエーション3	スズキ ヨシノリ 鈴木 義則	・会社の設立、就業規則の作成等指導 ・陸上競技を通しての人生の生き方講演	市内企業の講演5回	・青梅マラソン連続34回出場 ・マラソン通算350回出場 ・講演会は好評を得ています	全世代	10～20人	要相談	市内および近隣市町村
12	ヤートセ踊り	体育・スポーツ・レクリエーション10	ストッカーひろみ	ヤートセ踊り	寺内こまち はやて組の指導 総踊り、オリジナル曲の指導	子どもの健全育成	全世代(小学生・成人・高齢者)	11人	要相談	寺内小学校校区

6体育・スポーツ・レクリエーション分野講師団名簿

	分野	小分類	氏名 (雅号・ペンネームなど)	指導内容	活動歴	PR事項	指導対象	指導人数	指導可能曜日・時間	活動希望区域
13	家庭教育・カウンセリング・乳幼児教育、青少年教育、男女共同参画、成人教育、高齢者教育、PTA・団体・クラブ活動 体操	教育一般5、6、7、8、9、10、11 体育・スポーツ・レクリエーション2	タカハシ 高橋 静子	参加型ワークショップ形式、講義やワークやロールプレイの組み合わせ 「自分も相手も大切にし、より良い人間関係構築のためアサーティブの手法を学び実践することができる」	・中通高等看護学院非常勤講師 ・秋田県新規採用職員研修 ・秋田県厚生協会 ・ヤマト運輸労組 ・秋田県秋田市男女共同参画登録講師、企業、社教 ・病院等のスタッフ研修 ・コミュニケーションカフェ実施	職場、家庭、学校、町内会等、また、幼児から高齢者まで自分も相手も尊重したコミュニケーションを身につけることができます。	全世代	問わない	指定なし	県内全域
14	植物学 農林 登山・野外活動 料理、園芸	自然科学7 産業・技術2 体育・スポーツ・レクリエーション8 家庭生活・趣味5、10	ナラ 奈良 一也	・花と緑の相談員・園芸入門講座 ・家庭菜園講座・庭作り入門 ・花壇づくり・洋ラン栽培 ・観葉植物栽培 ・野外科理・男の料理 ・お菓子作り(洋菓子、和菓子、秋田のお菓子) ・災害時の料理(ビニール袋炊飯、サバイバル飯)	・初任者の園芸教室・市民農園栽培教室 ・寄せ植え教室・観葉植物栽培教室 ・洋ラン栽培教室・夏休み子ども理科教室 ・災害時の炊飯教室 ・被災者の男の料理教室 ・野外科理教室		全世代	制限なし	指定なし	県内全域
15	武道・格技	体育・スポーツ・レクリエーション4	ハタケヤマ 畠山 次男	銃剣道・短剣道およびその審判	小・中・高生の指導、強化 全日本大会、国体の審判 東北総体・選手権大会の審判	日体協公認上級スポーツ指導員 JOC強化スタッフ	子ども～成人	1～何人でも	週3～4日	市内および近隣市町村近隣市町村
16	体育・スポーツ・レクリエーション一般、球技、レクリエーション・体カづくり・社交ダンス、その他	体育・スポーツ・レクリエーション1、5、9、10	ハラタ 原田 三枝	運動指導	大仙市、仙北市、潟上市、男鹿市、県スポ・シルバーエリア等において高齢者を対象とした健康づくり、介護予防のための運動の提供		成人・高齢者			県内全域
17	体育・スポーツ・レクリエーション一般	体育・スポーツ・レクリエーション1	モミヤマ 粂山 綾子	・エアロビクス ・ボクシングフィットネス ・ヨガ ・ダンス系フィットネス ・健康体操 ・親子ふれあい遊び	・秋田市内フィットネスクラブ ・秋田市内市民サービスセンター ・保育園指導	子供や親子、高齢者の方など幅広い方々への健康づくり、体力作りに貢献できるよう指導させていただきます。	全世代	スペースにより何名でも	相談に応じます	市内および近隣市町村
18	体育・スポーツ・レクリエーション一般、体操	体育・スポーツ・レクリエーション1、2	モリオカ 盛岡 希絵	・本場アメリカのピラティス指導 ・タイ式ヨガ(ルーシーダットン)の指導	病院のデイケアでの指導 文化保健センター、秋田市シエルでの指導	解剖学に基づいたレッスンを行っていますので、本格的に学びたい方に適しています。男性でも気軽にレッスンに参加できます。	全世代	何人でも	応相談	県内全域
19	舞踊・民謡 体育・スポーツ・レクリエーション一般 体操 レクリエーション・体カづくり・社交ダンス	芸術・文化5 体育・スポーツ・レクリエーション1、2、9	ヤスダ 安田 恵海	・ピラティス ・ヨガ ・シニア体操 ・ストレッチ ・バレエ ・ダンス ・筋トレ ※運動全般	健康運動指導士として、企業、カルチャースクールやスポーツクラブ、学校、障がいのある方々への運動を担当させていただいております。	身体が動く喜びを味わいましょう。楽しい時間になりますように頑張ります。ご相談ください。	全世代	何人でも可	要相談	県内全域