

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	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 東北電力よりその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		全対応可	県内全域
2	体育・スポーツ・レクリエーション一般	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)	秋田市の子育て広場にママフィットや親子フィットを開催 (カワベリア、イーぱる、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お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人～20人	平日、日中	県内全域
3	登山・野外活動・オリエンテーリング	ゴトウ ヒロユキ 後藤 博行	雄物川をカヌーによる自然観察会とクリーンアップ アウトドアキャンプ 震災復興支援活動と講演会	2019年度の主な実績：プラごみゼロ作戦クリーンアップ事業(雄物川河口右岸クリーンアップ)などクリーンアップ活動を3回(234名参加)。自然観察会を11回(83名参加)。震災支援イベントを4回(190名参加)。そのほか桜小学校、三間小学校カヌー体験授業、秋田県キャンプ協会親子カヌー体験会など学校・企業などから多数のイベントを要請され実施。平成15年のNPO設立からこれまで4万人近い方々が様々な活動に参加している。	カヌーやアウトドア体験をとおして雄物川の自然の素晴らしさを知り、環境を大事にする心を養ってほしい。	全世代	体験10～100人 講演は制限なし	要相談	県内全域
4	球技、レクリエーション・体力づくり・社交ダンス	コモリ カズアキ 小森 一昭	講義、実技(ポッチャ)	全国脊髄損傷者連合会全国大会 秋田県ポッチャ協会研修会 秋田県特別支援学校体育連盟ポッチャ研修会 横手市社会医療法人興正会職員ポッチャ講習会 秋田市南部市民サービスセンター生涯学習ポッチャ教室		全世代	20人くらい	いつでもよい スロープ、バリアフリートイレ必至	市内全域
5	登山・野外活動・オリエンテーリング	ヨンドウ チハル 近藤 千晴	ネイチャーゲームを中心とした自然体験活動	全国一斉シェアリングネイチャーの日の指導 ボイスカウト活動における指導 コロナ禍のため活動を自粛 今後は実施予定	ICTの時代だからこそ、五感を大切に直接体験が重要です。シェアリングネイチャーは、楽しみながら自然と触れ合うことで心を穏やかに豊かにすることができる活動です。	全世代	1人の場合20人程度 他の指導者と一緒だと50～60人まで	土、日、祝日	県内全域
6	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	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
7	ミニテニス	サトウ タモツ 佐藤 存	・志授業(小中高対象) 青少年キャリア教育 学習指導 まちづくり、ひとつづくり講話(終活、勤労、コミュニティ、地域作り、国際理解など)	・追分フェスタ 地域イベント創出、交流事業創出 ・立志塾RISE 学習指導、志授業、不登校支援 ・NPO団体にはかむ 家庭教育支援 ・あきたのファミリー ホストとして10人の外国人サポート ・株式会社カリスト 終活、起業、コミュニティ創出、石材販売、シェアハウスほか ・令和4年 関係人口創出事業(秋田県) ・令和元年 秋田地域振興局表彰	小中高を中心にキャリア教育が可能です。 You Tubeチャンネル「秋田RISEちゃんねる」有 大人対象の講座も数多く開講経験あります。	全世代		いつでも(調整必要)	県内全域
8	球技(グラウンド・ゴルフ)	サトウ テルミチ 佐藤 彰倫	○グラウンド・ゴルフ関係 コーチ1・1級普及指導員として「ルール」と「マナー」について親切丁寧な指導に心がけております。また、ルールについての質問も随時電話等で受け付けております。 ○アマチュア無線関係 無線を活用した大会運営にアドバイスできます。また、アマチュア無線の資格取得方法等についてアドバイスできます。	○グラウンド・ゴルフ 地域で同スポーツのサークルを立ち上げ実技及びルール説明会を定期的実施しております。 ○アマチュア無線関係 アマチュア無線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100名以上の無線技士が誕生し、無線ライフを楽しんでおられます。		全世代	1～10人		県内全域
9	スポーツ指導全般	サトウ リョウコ 佐藤 良子	0才から100才までのスポーツ指導全般 肩こり腰痛改善、体操の指導 食事と運動をとおして成人病予防の方法を指導	カルチャースクール講師 地域コミセンのサークル講師 飯島コミセン「あそびにけ」ボランティア(体操指導)	高齢者向けの簡単な体操を指導します。 食トレ入門講座を開催します。	全世代	1～30人	平日夜	市内および近隣市町村
10	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	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、メディテ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		一ヶ月以上前に連絡いただけるとうれい。不規則で決まりはありません。	県内全域
11	陸上競技	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	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	寺内小学校区
13	体操	タカハシ シズコ 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、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」	コミュニケーション講師として ①秋田市内小学校②市内小学校PTA・教師③町内会④看護学校⑤医療系専門学校⑥職場(病院、一般)⑦家庭教育(なんびあ)⑧男女共同参画センター⑨秋田市シンポジウム⑩手話通訳者⑪盛岡アサーティブの会設立支援および講座⑫ATカフェ	ワークショップ形式 アサーティブトレーニングで「より良い人間関係を身につける」	全世代	6～100人		県内全域
14	球技(バスケットボール)	タチカ ヒデノリ 田近 英敬	バスケットボール競技全般	平成30年度御所野女子ミニバス 県大会出場(ヘッドコーチ)	女子の競技指導が主でしたので、そちらでご希望があれば、親も仲間に一緒になってチーム作ります。	子ども、成人女性のみ		平日18:00～(水曜日以外)土、日、祝日	県内全域
15	登山・野外活動	ナラ カズナリ 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 ・野外料理・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 ・野外料理教室		全世代			県内全域
16	体育	ノナカ ワロウ 野中 和郎	・過去200～300以上は行っている。(県外も含む) ・令和3年は年10回程度(市内のみならず、市外も) ・指導分野で参照ください。	主なテーマとして ①「世相雑感」としてその時の世界・日本の動きなど ②「映画で観る20世紀」 ③「楽しい老後」を考えるetc.	眠い話はいたしません！	成人、高齢者			県内全域

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
17	武道・格技	体育・スポーツ・レクリエーション4	ハタケヤマ ツギオ 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
18	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 ミエ 原田 三枝	運動指導	大仙市、仙北市、湯上市、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
19	登山・野外活動・オリエンテーリング	体育・スポーツ・レクリエーション8	ホリエ ヒロシ 堀井 弘	小学生に対する自然観察会 ほか	マンタラメの登山(太平山前岳、妙見 山) 小学校の自然クラブに対する指導		小学生	10人くらい	時間があいてい れば	市内および近隣 市町村
20	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 アヤコ 靱山 綾子	・エアロビクス ・ボクシングフィットネス ・美ヨガ ・親子ふれあい遊び ・ZUMBA ・健康体操	・フィットネスクラブ(秋田アスレチック クラブ、セントラルフィットネスクラブ秋 田) ・西部市民サービスセンター ・中央市民サービスセンター ・北部市民サービスセンター ・河辺市民サービスセンター ・天王みどり学園・保育園(運動遊 び)・子育て支援サポーター-CHERISH	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	要相談	市内および近隣 市町村
21	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、その他	体育・スポーツ・レクリエーション1、2、9、10	モリオカ キエ 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		応相談	県内全域
22	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	体育・スポーツ・レクリエーション1、2、9	ヤスダ エミ 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	要相談	県内全域
23	・体育・スポーツ・ レクリエーション一 般、レクリエーシ ョン・体カづくり・社 交ダンス、その他 (モルック、ボルダ リング)	体育・スポーツ・レクリエーション1、9、10	ショウジ タカシ 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)FP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)地域のチームと連携して 興味が湧く指導・運営が可 能です。	全世代	2～10人程度	平日18:00以降 ・土日休日	市内および近隣 市町村
24	スポーツメンタル コーチング	体育・スポーツ・レクリエーション10(スポーツ メンタルコーチング)	サイトウ ミツコ 齊藤 光子 (心葉)	1. 地域の物語発掘、読み聞か せ、口伝伝承、地域の魅力、お 宝発見、絵本製作等。 2. 割著で書くジャーナリング (書く瞑想)で、普段からのセル フケアで心身の健康づくり、願 望実現の方法。 3. カウンセリングや心理療法、 コミュニケーションスキル、ス ポーツメンタルコーチング、メン タルケア、セルフケアの指導。	1. 観光ルートづくり実践(地域文化、 歴史の情報収集および地域の映像制 作、秋田弁の読み聞かせ等) 2. 割著書画(能代市社協)、詩歌展 示(秋田銀行本店毎月3月)、市民おもし る塾「心を励ます言葉の力と・・・」 3. 豊かに生きるための「思考健康 法」思考を可視化する健康づくりの方 法を指導、講演、ワークショップ他、 被災地支援活動では、秋田県内社 会福祉協議会や県内厚生病院を通じ てカレンダー寄贈と展示活動等	起業から40年のキャリアを 持ち、人材育成や人材派 遣業の経験から、下記内 容のスキルや知識を活か し、総合的な指導が可能で す。 ○多様な働き方や職業の 選び方、○社会人マナー、 ○割著で書く瞑想(ジャー ナリング)、○セルフケアを 中心としたヘルスケア、○ しなやかで強かな心の健 康法、○洞察力と創造力 の活用法、○地域の魅力、 自分の魅力、みんなの魅 力の発見方法、○コミュニ ケーションのための表現ス キル	全世代	分野と講座内容 により異なるが ZOOMの活用で、 場所や人数は相 談可	要相談	県内全域