

人材バンク利用方法&登録者名簿

★ 人材バンク利用方法 ★

- ① 生涯学習課に連絡し、学習したい内容や、紹介してほしい人材バンク登録者名をお伝えください。
- ② 生涯学習課から登録者に連絡し、登録者から学習希望者に連絡します。
(登録時に「連絡先を教えても構わない」としている登録者については電話番号をお伝えしますので、直接登録者に連絡してください。)
- ③ 登録者と学習活動の「日時」「会場」「費用」など、お互いに十分な理解が得られるように打ち合わせを行ってください。



最新の人材バンク登録情報は
こちらからご覧ください。

※政治・宗教・営利を目的とした利用はできません。
※市内・市外いずれの人も、ご利用いただけます。

表の見方

学習希望者が合流できる
サークルや教室の有無
しおりに掲載されている
場合はページを記載

地域活動講師を引き受け
られる方には○

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
例	教育	アタミ ハナコ 熱海 花子	-	○	女	○	英語・数学
内容の詳細	英検2級レベルの英語文法・英会話、高校レベルの数学						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生 【費用】交通費：要、指導報酬：1,000円/1時間						
学習者へのメッセージ	一緒に英語や数学をたのしく勉強してみましょう。						
備考欄	曜日時間指定あり：火・金 17時～ 関係する資格：あり						

学習希望者

興味のある
ことをさがす！



パソコンについて
勉強してみたい…

③

つながる！

①

生涯学習課へ

登録者について
問い合わせ



人材バンク登録者と

打ち合わせをし
て学習へ！



②

教育 No.1～4

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
1	教育	カナザキ トウコ 金崎 桐子	-	○	女	○	英語、子育て講座
内容の 詳細	幼児英語、3世代英語、子育て世代への英語						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：4,000～6,000円/1時間						
学習者への メッセージ	英語を通じて人と人をつなぐ活動をしたいです。高齢者と子育て親子と一緒に英語を楽しんでもらえたら嬉しいです。ぜひ楽しみましょう。						
備考欄	曜日時間指定あり：木・金、午前9：00～12：00 伊豆方面全般 関係する資格：あり						
2	教育	ヤマザキ アヤト 山崎 礼人	-	-	男	○	英語、数学、国語
内容の 詳細	英語：英検5級～1級、IELTS対策 数学：小～高校生のレベル 国語：小～中学生のレベル						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：1回1,000円						
学習者への メッセージ	年次問わず英会話はスタートできます。国際交流／留学をスムーズにしたい人、資格の取得をした人。お問い合わせください。						
備考欄	曜日・時間指定あり：月～金 8：00～16：00 オンライン、熱海市、その他もご相談ください						
3	教育	ホンマ ヤスト 本間 靖人	-	-	男	要相談	中学校社会科講座、 小学生学習全般
内容の 詳細	主に歴史学習を中心に学校とはまた違うアプローチで理解を深めます。小学生は苦手なところを中心にケアします。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生（学年別グループ） 【費用】交通費：要、教材費：入会1,100円、指導報酬：1回1,650～2,000円・月2回3,300～4,000円						
学習者への メッセージ	L☆MUSICコミュニティで学習。教員の経験を生かし楽しく学習し、理解ができるようにします。 中学生はテスト前の支援もします。（社会）						
備考欄	関する資格：小学校教員免許 熱海教室：月曜日（中学生）、木曜日（小学生）多賀教室：水曜日（希望者がいれば）						
4	教育	シライシ サチヨ 白石 幸代	-	-	女	○	源氏物語、古事記
内容の 詳細	紫式部の血脈と源氏物語（英語の語源も教えられます。）						
対象者・費用	【対象者】指定あり：中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要、指導報酬：1回1,000円						
学習者への メッセージ	紫式部の祖母は醍醐帝の従妹で、源氏物語の人物・時代設定が醍醐帝の時代に被せて構想されている。紫式部の血脈が源氏物語に投影されていることが特に興味深いです。ぜひ一緒に紐解いていきたいです。						
備考欄							

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
5	教育	オオコウチ クニコ 大河内 恭仁子	-	-	女	-	金色夜叉を読み解く
内容の 詳細	『金色夜叉』尾崎紅葉著新潮文庫版をテキストとして、明治時代の文語文を読み解く						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,000円（会場費・教材費含む）						
学習者への メッセージ	熱海と言えば貫一・お宮のカップルが有名ですが、「金色夜叉」は、尾崎紅葉も未完の小説です。明治の文語文を一章ずつ読んでみませんか。						
備考欄	関係する資格：あり 曜日時間場所レベル指定あり：水曜などの平日(応相談)、月1回2時間 いきいきプラザ又は近辺の建物(応相談) 高等学校の古文レベル						
6	教育	ウメツ タカハル 梅津 貴陽	-	-	男	-	食育生活講座
内容の 詳細	伝説の小児科医、故真弓定夫先生に学ぶ食育						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,500円						
学習者への メッセージ	食育界で伝説の小児科医、真弓定夫先生から直接学んだ梅津貴陽が、彼が本当に伝えたかった真実の食生活を講座形式でレクチャーします。						
備考欄	曜日指定あり：日、月、木 各回1時間、最少催行2名より。熱海駅や清水町周辺で開催します。						
7	語学	メーハー・ベニー	-	-	男	-	英語（ビジネス・観光）
内容の 詳細	English conversation(all levels) Business English , English for tourism						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】要相談						
学習者への メッセージ	米国人元大学の講師。中部大学女子短期大学、中京大学、南山大学など東海エリアの大学、企業で30年ビジネス英語を教えてきました。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等：要相談 30 years University teaching experience.						
8	語学	New! イトウ ヨシコ 伊藤 芳子	-	-	女	○	英語
内容の 詳細	海外旅行のための英会話など						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：要しない（※会場費が発生する場合は学習者負担）						
学習者への メッセージ	70ヶ国以上の海外の国々を旅してきました。ツアーだけではないので、体験話を聞くだけでも楽しいと思います。						
備考欄	中学英語一級免許、高校英語2級免許						

語学、音楽 No.9～12

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
9	語学	オオノ セイジ 大野 晴治	-	-	男	-	フランス語
内容の 詳細	準二級保持						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 要しない						
学習者への メッセージ	語学のみならず、フランスの文化等知りたい方にもってこいの講座です。						
備考欄	レベル指定あり：初めてフランス語を学ぶ人						
10	語学	コマツ カツミ 小松 克実	-	-	男	-	英語、ポルトガル語
内容の 詳細	英語：初歩～ビジネス英語 ポルトガル語：初歩～日常ポルトガル語						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要、指導報酬・教材費：要相談						
学習者への メッセージ	語学の勉強は毎日少時間でも継続することが一番大切です。語学の基礎をしっかり身につけましょ う。						
備考欄	学習希望者の希望レベルに応じて 時間指定あり：週2～3日、1日2時間～4時間						
11	音楽	イワブチ サチオ 岩渕 祥夫	-	○	男	○	シャンソン、 ボイストレーニング
内容の 詳細	ことばをはっきりと素早く出す方法を基本にシャンソンを語る						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 教材費：1回500円、月4回2,000円						
学習者への メッセージ	現在人との会話が少なくなった方、声を出す機会が少なくなった方、ことばとリズムのボイスト レーニングを指導します。						
備考欄	曜日・時間・地域指定あり：第2、4水曜日 14時～ 熱海市にて						
12	音楽	ミカイ ユミコ 美海 ゆみ子	-	P25	女	-	ボイストレーニング、 シャンソン、カンツォーネ
内容の 詳細	自分の身体から自然に出る呼吸と発声で自分の声にあった高さで歌うためのボイストレーニングを行 います。（日本語でシャンソン、カンツォーネ、ポップスを歌います）						
対象者・費用	【対象者】 指定あり：社会人、高齢者 【費用】 教材費2ヶ月に1回2,000円 指導報酬：月2回3,000円						
学習者への メッセージ	声はトレーニングで良く出るようになります。歌の心を表現する事を目指して一人ずつ丁寧にレッ スンします。シャンソン・カンツォーネその他。						
備考欄	曜日・時間・地域指定あり：木曜、午前10：30～12：00 熱海市内						

音楽 No.13～16

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
13	音楽	タナカ ナオト 田中 直人 (たーなー先生)	-	-	男	-	ボイストレーニング
内容の詳細	歌の上達、ビジネスボイトレ、音痴克服、カラオケ高得点指導、オーディション対策、弾き語りシンガーソングライター、歌手デビュー、アニソンカラオケ、カラオケダイエット、モテ歌モテ声ハモリマスター、高齢者健康ボイトレ						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】要相談						
学習者へのメッセージ	劇団四季、宝塚歌劇団、紅白出場歌手等、30年で1万人以上を指導。レッスン生の声を大好きになって、良い所を褒め続けて伸ばし続けます。						
備考欄	レベル指定なし、誰でもOK						
14	音楽	テラダ ジュンコ 寺田 潤子	-	-	女	○	ピアノ
内容の詳細	ピアノ（初歩から）						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】教材費：1回2,000円						
学習者へのメッセージ	もう一度ピアノを習いたい方歓迎。						
備考欄	音大卒						
15	音楽	New! イトウ ヨシコ 伊藤 芳子	-	-	女	-	ピアノ、エレクトーン
内容の詳細	(ピアノ、エレクトーン) どちらもヤマハグレード指導者取得						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：要しない（※会場費が発生する場合は学習者負担）						
学習者へのメッセージ	初心者から教えます。ヤマハ音楽教室の幼児科から専門コースまで担当しました。						
備考欄	曜日・時間・会場等の指定なし						
16	音楽	ショウジ キョウコ 庄司 京子	-	○	女	-	ピアノ、リトミック
内容の詳細	3才～シニアまでピアノの個人指導、初心者～経験者まで教えます						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、教材費：初回4,000円～、指導報酬：1回5,000円（大人）月4回6,000円～						
学習者へのメッセージ	3才～大人まで個人レッスンです。幼児はリトミックを併用して楽しくレッスン。大人の初心者には、音符を読むことから丁寧にレッスン致します。						
備考欄	曜日、時間は要相談。個人レッスン 関係する資格：あり						

音楽 No.17～20

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
17	音楽	ヤマダ ミツコ 山田 充子	-	○	女	-	ピアノ・エレクトーン
内容の 詳細	演奏に必要な楽譜の読みから演奏テクニックを段階に応じてご指導いたします						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 指導報酬：月 4 回5,000円						
学習者への メッセージ	40年間地元熱海でピアノ・エレクトーンを指導してきました。（熱海市音楽講師連絡会所属） 幼児からシニアまで幅広い年代を対象に楽譜を読めない方でも、丁寧親切にご指導させていただきます。						
備考欄	曜日時間帯はご相談に応じます						
18	音楽	ナルセ ノリコ 成瀬 紀子	-	○	女	-	打楽器・マリンバ
内容の 詳細	個人のソロ演奏～グループ演奏 楽譜の読み方						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 指導報酬：1 回グループ1,000円、個人3,000円						
学習者への メッセージ	打楽器の経験が無くても、楽譜が読めなくてもOK。ご希望の打楽器・マリンバをレッスンします。 グループ・個人レッスンがあります。						
備考欄							
19	音楽	イングロ ヨウコ 石黒 葉子	-	○	女	-	お琴
内容の 詳細	箏曲山田流です。さくらさくらから現代曲や古典曲、1対1でお稽古いたします。						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要、指導報酬：月3回3,000円						
学習者への メッセージ	13本の糸で、楽譜は漢字で表されていますので、初心者の方でもすぐに慣れて演奏することができます。日本の楽器で落ち着いた音色を楽しんでみませんか。						
備考欄	ご希望の日時をお伺いいたします。 関係する資格：あり						
20	音楽	タカハシ ワカ 高橋 和香	-	P26	女	○	ウクレレ
内容の 詳細	ウクレレ入門～基礎～初級～中級 メロディ～コード～ソロ～アンサンブル						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要、教材費：1 回500円、指導報酬：1 回3,000～5,000円 月 2 回5,000円						
学習者への メッセージ	隠れた？名曲「熱海市歌」にもチャレンジ！ジャンル関係なくおしゃれで楽しいウクレレを弾きましょう。苦手な譜面も楽しく学びましょう。						
備考欄	グループレッスン、プライベートレッスン出張レッスンあり。全て要相談						

音楽、芸術・工芸 No.21～24

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
21	音楽	ホンマ ヤスト 本間 靖人	-	-	男	要相談	アコースティックギター
内容の 詳細	自作のレッスンブックを使い、初めてギターをさわる方でも力に合わせて、ギター伴奏ができるようになります						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】教材費：下記へ記載、指導報酬：1回2,200～4,400円 月2回4,400～8,800円						
学習者への メッセージ	L☆MUSICコミュニティで活動。初めてでも楽しく弾けるようになります。詳しくはホームページをご覧ください。月に2回レッスン						
備考欄	主に初心者の方・ギターを買ったけどそのままになっている方・興味のある方 熱海教室（月曜日）多賀教室（水曜日）時間及びグループ・個人相談 （教材費：レッスンブック・事務手数料各1,100円）						
22	音楽	New! マチタ アキラ 町田 晃	-	○	男	○	サックスの初心者無償指導 （ソプラノ アルト テナー）
内容の 詳細	サックス本体もレッスン料も高額なため断念されている方へ、少しでもサックスと触れ合えて、新たな音楽仲間と楽しく明るい人生を過ごせればと思い「憧れのサックス無償レッスン」を行っています。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】指導報酬：要しない						
学習者への メッセージ	音楽は心を豊かにし人とつながる大切なもの。サックスもレッスン料も高額で断念しているあなたへ憧れのサックスを無償で学べる教室を開催しています。						
備考欄	初心者（対象者とヒヤリングを行い諸条件を決定）						
23	美術 工芸	タナカ トシミツ 田中 俊光	-	○	男	-	絵画全般
内容の 詳細	油絵、水彩画、パステル画、デッサン、色鉛筆画						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】指導報酬：1か月4回6,000円						
学習者への メッセージ	描くことを楽しみながら水彩・油絵など素材への興味を伸び伸びと描き表現していただければと思います。						
備考欄	初心者から上級者 曜日指定あり：火、水曜日						
24	美術 工芸	オオタニ マヤ 大谷 まや	-	P29	女	-	水彩画・日本画
内容の 詳細	サークル活動では画材全般のレクチャー、水彩画にソフトパステル・オイルパステル・色鉛筆など併用する指導も行っています。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】指導報酬：月2回3,500円						
学習者への メッセージ	“絵を描く”というのは絵の中で自由に遊ぶ事です。自分と描いている絵が対話することによって新たな発見があり描く喜びに繋がるのです。						
備考欄	曜日指定あり：水曜クラス、木曜クラス 共に第1、第3 9：30～11：30 福祉センター（泉クラスは休講中） 関係する資格：あり						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
25	美術 工芸	アサガ ヨシコ 浅賀 良子	-	○	女	○	カリグラフィー
内容の詳細	カリグラフィーの基本の書体の書き方を学んで作品を作ります（カードなど）						
対象者・費用	【対象者】指定あり：中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要、教材費・指導報酬：要相談						
学習者へのメッセージ	カリグラフィーは専用のペンを使って手書きで美しく英字を綴ります。気持ちを伝えるお祝いやお礼の素敵なカードを送ってみてはいかがでしょうか						
備考欄	レベル・曜日時間など要相談 関係する資格：あり						
26	美術 工芸	ワタナベ ユカリ 渡部 柚香里	-	-	女	-	クラフトテープ雑貨
内容の詳細	クラフトテープを裂いて切ったり貼ったりして雑貨や、編んでバックなどが作れます。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】教材費：1回1,500円くらい 指導報酬：月4回6,000円						
学習者へのメッセージ	クラフトテープを編んでカゴやバッグが作れます。扱いやすい材料なので幅広い年齢層の方に楽しんでいただけたと思います。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域指定あり：初心者～中級者 月・水・金 午前9：00～午後3：00 熱海市内						
27	美術 工芸	リョウザンガマ ウバタ リョウソウ 良山窯 宇畑 良三	-	○	男	-	陶芸作品
内容の詳細	手びねりには大人になっても楽しめる粘土遊びです。ひも作り、玉作り、たたら作り等、机の上で手口クロを回し、オリジナルの陶芸作品を作れます。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】教材費：1回粘土1kg 2,000円（1kgを超えた場合100g 200円）						
学習者へのメッセージ	粘土であなただけの逸品を作ってみませんか。机を囲んで作陶するので、参加者の皆さんと気軽に会話をしながら作れるのも楽しみの一つです。						
備考欄	初心者～経験者、曜日は問いません。時間指定あり：午前10：00～最終午後3：00 収容人数は8人まで、駐車場完備。必ず事前に電話をお願いします。						
28	美術 工芸	カマダ カツヒコ 鎌田 勝彦	-	-	男	-	ミシンによる刺しゅう画
内容の詳細	家庭用ミシンのジグザグ縫いによる刺しゅう画制作						
対象者・費用	【対象者】指定あり：ミシンの使える方 【費用】交通費：要、教材費及び指導報酬：要相談						
学習者へのメッセージ	布や革に直接絵をぬいつけて洋服や持ち物を自分好みのオンリーワンに仕上げましょう。似顔絵やペットの絵をかざりましょう。						
備考欄	家庭用ミシンをお持ちの方						

美術・工芸、伝統芸能 No.29～32

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
29	美術 工芸	イワサキ ヨウガイ 岩崎 幼凱	-	○	男	○	手描きバティック
内容の詳細	溶かした蠟で絵柄の輪郭を布に描き、染料を浸透させ様々な絵に仕上げていく手法です。絵心がなくてもできます。自宅でも制作できるようにサポートしていきます。						
対象者・費用	【対象者】指定なし 【費用】交通費：要しない、教材費：初回のみ5,000円、指導報酬：毎回500円（教材費込み）						
学習者へのメッセージ	バティックはろうけつ染めの一種。楽しみながら花・動物・風景・図案など描きましょう。絵心不要で、手工芸品等に応用することもできます。						
備考欄	基本は初心者が対象。経験者も可。曜日・時間指定あり：月or水 午後1：00～3：00						
30	美術 工芸	タツミ マサヨ 立見 雅代	-	P 31	女	○	押し花
内容の詳細	簡単な押し花の作り方、押し花を使った小物やミニ額などの作り方						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、教材費：月1回2,000円、指導報酬：月1回5,000円						
学習者へのメッセージ	身近なお花を押して押し花を作り、できあがった押し花で作品を作る楽しみ、それを飾ったり贈ったりすると楽しみがたくさんあります。						
備考欄	初心者、曜日時間場所については応相談 関係する資格：あり						
31	美術 工芸	アサガ ヨシコ 浅賀 良子	-	P 30	女	○	パッチワークキルト
内容の詳細	パッチワークキルトの基本から応用作品作り（バッグ、タペストリー、小物など）						
対象者・費用	【対象者】指定あり：中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要、教材費及び指導報酬：要相談						
学習者へのメッセージ	パッチワークキルトの作品作りを通して基本を学びます。作品作りの幅を広げましょう。そして作品を感性させる楽しさを味わいましょう。						
備考欄	レベル・曜日・時間・場所については要相談 関係する資格：あり						
32	伝統 芸能	オオコウチ クニコ 大河内 恭仁子	-	-	女	○	百人一首
内容の詳細	百人一首の解釈と歌留多の遊び方、百人一首をもとにした投扇興を楽しむ						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,000円（会場費・教材費含む）						
学習者へのメッセージ	熱海に縁の深い「金色夜叉」が百人一首の場面から始まるのをご存知でしょうか。百人一首を解釈し、味わい、歌留多や投扇興で遊びましょう。						
備考欄	曜日・時間・場所指定あり：平日（水曜など要相談）、月2回2時間 熱海市内 個人授業も可 場所については応相談 関係する資格：あり						

伝統芸能、文化 No.33～36

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
33	伝統 芸能	テラダ ジュンコ 寺田 潤子	-	-	女	○	詩吟
内容の 詳細	詩吟、歌謡吟（歌謡曲の中に吟が入ったもの）詩舞（詩吟にあわせた踊り）						
対象者・費用	【対象者】指定なし 【費用】指導報酬：1回2,000円						
学習者への メッセージ	詩の内容を理解し、声で表現したり体で表現したりと。大きな声をお腹から出すことにより健康にもとても良いですよ。						
備考欄	個人指導 関係する資格：あり						
34	文化	タカヤナギ アキコ 高柳 亜希子	-	○	女	-	己書道
内容の 詳細	筆ペンで描く書道。絵のような字、字のような絵で自分を表す書です。作品により絵も描きます。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】指導報酬：初回1,500円、2回目から2,500円						
学習者への メッセージ	白い紙に向かい描く、それだけで楽しくなり、世界に一つだけの作品が出来上がります。一緒に描く時間を楽しみませんか。						
備考欄	曜日指定あり：木、日曜日 関係する資格：あり						
35	文化	ナカジマ ユキコ 中島 由紀子	-	○	女	-	己書道（筆ペン習字）
内容の 詳細	己書とは読んで字のごとく自分だけの書です。オンリーワンの書、心のままに描く書で自分が思うがまま自由に筆を走らせ自分の世界観を表現する新感覚の書です。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：高校生、社会人、高齢者 【費用】要相談						
学習者への メッセージ	筆ペンで描くだけで、固定観念にしばられた自分を解き放つ。自己肯定感に包まれ、自分に自信が持てる。右脳スイッチをオンにして楽しもう。						
備考欄	関係する資格：あり						
36	文化	オンモリ エイコウ 御守 映光	-	P28	女	○	書道、絵手紙、墨画
内容の 詳細	書道（毛筆、硬筆、仮名、実用漢字）絵手紙、墨画						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生、高齢者 【費用】教材費：コピー代程度、指導報酬：1回2,000円、月2回4,000円						
学習者への メッセージ	初めて書道を習う方から、既に経験がある方まで応じています。墨を使い書画まで幅広く日本文字を楽しんでいただけますようにご指導させていただきます。						
備考欄	関係する資格：あり						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
37	文化	サトウ ヨシコ 佐藤 良子	-	P 28	女	-	毛筆、ボールペン等の書道
内容の 詳細	大筆、小筆、ボールペンなどによる書の指導。宛名・手紙文などの実用書道、小さな作品作り指導						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】指導報酬：1回750円						
学習者への メッセージ	楽しく気軽に書くことが好きであれば、いつからでも始めてください。						
備考欄	曜日時間場所指定あり：いきいきプラザ 第4木曜日9：30～11：30 第4金曜日13：30～15：30 関係する資格：あり						
38	文化	イトウ タクマ 伊藤 琢磨	-	P 30	男	○	日本茶について全般
内容の 詳細	お茶の淹れ方 お茶の歴史 お茶の種類 お茶の健康効果 など						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、教材費：1回1,000円、指導報酬：1回500円						
学習者への メッセージ	日頃飲まれている日本茶について、美味しい淹れ方、お茶の歴史、健康効果など詳しくお話しします。						
備考欄	レベル・曜日・時間指定なし 関係する資格：あり						
39	文化	ハヤミ イヅミ 早見 いづみ	-	P 30	女	○	茶道 裏千家
内容の 詳細	茶道 裏千家						
対象者・費用	【対象者】指定しない（初心者から経験者まで） 【費用】要相談						
学習者への メッセージ	茶道を始めてみたい方、お気軽にいらしてください。洋服でも着物でも大丈夫です。正座のできない方にはイスをご用意いたします。						
備考欄	関係する資格：あり						
40	文化	カラサワ シズオ 唐沢 静男	-	○	男	-	俳句
内容の 詳細	有季定型						
対象者・費用	【対象者】指定しない（初心者～） 【費用】要しない						
学習者への メッセージ	エンピツと紙があれば楽しめます。						
備考欄							

ダンス No.41～44

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
41	ダンス	イケヤ マサヒサ 池谷 昌久	-	○	男	○	社交ダンス
内容の 詳細	ジルバ、ブルース等のパーティーダンス、スタンダード5種、ラテン5種						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回3,800～4,200円						
学習者への メッセージ	素敵な音楽に合わせて楽しく正しく踊ってみませんか？初心者から上級者、そして90歳代の方も一緒に楽しんでいます。						
備考欄	初心者～上級者 曜日・時間・地域等お問い合わせください 関係する資格：あり						
42	ダンス	ヨコヤマ ミサコ 横山 美砂子	-	○	女	-	社交ダンス
内容の 詳細	マンボ・ルンバ・ジルバ・ブルース・サンバ・ワルツ・タンゴ・スローフォックストロット・クイックステップ						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、教材費：1回520円						
学習者への メッセージ	初心者も簡単に踊れてしかも健康増進・認知症予防効果も。心も体も若々しく楽しく運動しましょう。						
備考欄	関係する資格：あり						
43	ダンス	イシイ ルミカ 石井 るみか	-	○	女	○	フラダンス・社交ダンス
内容の 詳細	ハワイアンミュージックに合わせて踊るフラ、社交ダンスのステップで健康ダンス						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、教材費：月1回500円、指導報酬：1回3,000円・月2回3,000円						
学習者への メッセージ	踊りを通して健康と喜びを感じてもらいたいと思っています。簡単に楽しく身体を動かしましょう！						
備考欄	関係する資格：あり						
44	ダンス	イシイ ヨシコ 石井 淑子	-	○	女	○	フラダンス・社交ダンス
内容の 詳細	フラダンス・社交ダンス・健康ダンス						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、教材費：1回500円・月2,000円、指導報酬：1回500円・月2,000円						
学習者への メッセージ	楽しく体を動かしましょう						
備考欄	関係する資格：あり						

ダンス、健康・スポーツ No.45～48

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
45	ダンス	ノムラ カズコ 野村 和子	-	○	女	○	フラメンコ
内容の 詳細	ストレッチ～舞踊の為の身体の使い方～フラメンコの基礎 など						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】要相談						
学習者への メッセージ	フラメンコは年齢、性別問わず生涯学ぶ事の出来る芸術です。リズムに合わせ楽しく踊りましょう。ていねいなレッスンで初めての方も安心です。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等：応相談 関係する資格：あり						
46	ダンス	コヤマ ヒロコ 小山 裕子	-	○	女	-	ベリーダンス エジプトフォークロアダンス
内容の 詳細	エジプトやトルコに代表されるベリーダンスとエジプトの地方色豊かな民族舞踊						
対象者・費用	【対象者】指定あり：中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,000円						
学習者への メッセージ	若い方から年配の方まで、及び体の固い方でも始められる女性らしい美しいダンスです。忙しい日常を忘れ、一時の夢の世界に浸ってみませんか？						
備考欄	入門・初級から経験者まで						
47	健康 スポーツ	スズキ タキコ 鈴木 多希子	-	○	女	○	笑いヨガ (ラフターヨガ)
内容の 詳細	インドの内科医が考案した健康体操。笑う呼吸で体内に新鮮な酸素を沢山取り込みます。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：一人1回500円又は全体1回5,000円～						
学習者への メッセージ	笑いの健康効果や脳のしくみを解説しながら、初めてでも楽しく行えます。難しいポーズはとらず、座ったままでもできます。						
備考欄	所要時間1～2時間 希望に応じます 関係する資格：あり						
48	健康 スポーツ	ホリ ジンマル 堀 仁丸	-	○	男	○	医療体操（健康体操）
内容の 詳細	国内唯一の医療効果を求められる体操です						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】要する（金額は要相談）						
学習者への メッセージ	高齢者（男女）の健康維持及び健康回復を目的とする。漢方治療の〈ツボ〉を刺激し医療効果を求める。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域など要相談						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
49	健康 スポーツ	シオヤ ヒサコ 塩谷 陽向思	-	○	女	-	ヨガ・ストレッチ・ 健康体操
内容の 詳細	肩こり、腰痛予防ヨガ、シニアヨガ、椅子ヨガ、姿勢改善ヨガ、美ボディメイクヨガ、美脚ヨガ ダイエットヨガ、初めての瞑想、肩甲骨体操、骨盤体操、身体が硬い人の為の優しいストレッチ						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、教材費：要しない、指導報酬：1回5,000円、月4回20,000円						
学習者への メッセージ	27年以上運動指導をしてきた学びと経験、知識と方法で「ムリなく楽しく、効果的」なレッスンを します。皆さまの健康と輝く笑顔をサポートします。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等指定あり：初級～中級 日～木曜日8：00～20：00 熱海市内 金、土曜日は応相談						
50	健康 スポーツ	サガ マキ 嵯峨 真起	-	-	女	○	ボールを使ったストレッチ、 ピラティス、ヨガ、歩行指導
内容の 詳細	凝り固まった筋肉にボールを当て、体重をかけて密着させ、ボールのはね返す力で全身をほぐします。 代謝UP、機能向上、姿勢改善が期待できます。						
対象者・費用	【対象者】指定なし（各自ヨガマットが必要、専用のボールは講師が所有し購入可） 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回3,000円、月4回11,000円（応相談）						
学習者への メッセージ	ボールを使った筋肉筋膜リリース。ご自身の体重をいかして無理なく、安全に行っていただけます。 姿勢改善、ダイエット、リラックスに最適です。						
備考欄	曜日・時間指定あり：月～金曜日、8～17時のうちの60～90分 （上記以外はお相談ください）						
51	健康 スポーツ	オオタ イチロウ 太田 一郎	-	-	男	○	筋力トレーニング ストレッチ
内容の 詳細	百歳まで歩ける筋力づくり、ストレッチから始め、筋力トレーニング・リズム体操						
対象者・費用	【対象者】指定なし 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,000円						
学習者への メッセージ	東海医療学園専門学校で地域の皆様の健康をサポートしてきました。すがすがしい毎日を送れる体 を一緒に目指しましょう。						
備考欄	関係する資格：あり						
52	健康 スポーツ	アサマ ヨウコ 浅沼 陽子	-	-	女	○	東洋医学・ツボ押し お灸のセルフケア
内容の 詳細	東洋医学の基本から自宅でできるツボ押し、ストレッチ、お灸などのセルフケア						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、教材費：1回500～1,500円、指導報酬：1回1,000円						
学習者への メッセージ	なんとなく調子が悪い、スッキリしない、そんな方に！！自分でできるケアを学び、毎日を元気に 楽しく過ごしましょう。						
備考欄	曜日・時間指定あり：月曜日 9：00～17：00 その他曜日は要相談 関係する資格：あり						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
53	健康 スポーツ	スズキ ナオミ 鈴木 尚美 (マイケルCスミス)	-	-	女	○	ストレッチ・筋力アップ 体幹を鍛えるエクササイズ
内容の 詳細	年齢、レベル、目的に合わせオリジナルプログラムで楽しく2名で指導 (スマイル・スマートトレーニング)						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費：要する、指導報酬：1回5,000円、月4回20,000円						
学習者への メッセージ	スマイルスマートトレーニング、年齢に負けない身体づくり、ストレッチ筋力UPのエクササイズで スッキリ快適な毎日を過ごすためのお手伝い						
備考欄	関係する資格：ウェイトトレーニング、ストレッチング、栄養指導						
54	健康 スポーツ	イチミヤ ジュンコ 一宮 順子	-	○	女	-	関節トレーニング
内容の 詳細	将来も痛みのない体で過ごしたいと思う方に、協会認定のインストラクターの私より丁寧に指導いた します。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：1回1,000～3,000円						
学習者への メッセージ	全身にある12個のサボリ筋をトレーニングしますが、キツくはなくシニアの方でも楽に行えます。 気になった方は一度体験してみてください。						
備考欄	曜日・時間・地域指定あり：木曜・金曜（午前・午後）、90～120分、伊東市・熱海市（要相談）						
55	健康 スポーツ	モリノ ミツハル 森野 光晴	-	○	男	○	太極拳・ヨーガ
内容の 詳細	太極拳・ヨーガ						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：月4回4,000円						
学習者への メッセージ	高齢化社会を迎え健康の重要性が求められます。太極拳を健康法として確立した陳微明系の太極拳 です。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域指定あり：初級～上級 休日以外、10：00～20：00 熱海・伊東市内 関係する資格：あり						
56	健康 スポーツ	オオシマ チカコ 大島 千加子	-	○	女	○	太極拳・練功十八法（前段）
内容の 詳細	太極拳の基本姿勢や基本動作と『入門8式』『簡化24式』などの套路の指導。練功十八法（前段）の 動作上のポイントや注意点の解説と指導。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,000円、月4回3,500円						
学習者への メッセージ	太極拳は生涯続けられる心と体と脳の運動です。大切な事は余計な力を使わずリラックスする事。 基礎を身に付け健康維持に役立ててください。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等：応相談 関係する資格：あり						

健康・スポーツ No.57～60

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
57	健康 スポーツ	カワグチ シノブ 川口 しのぶ	-	P27	女	-	健身気功
内容の 詳細	健身気功9功法他、中国伝来の気功ストレッチ体操						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,000円、月3回2,000円						
学習者への メッセージ	伝統気功を現代科学の理論と方法で再編した心と体の健康法です。体質改善、ストレス解消・体力に自信が付き全身の気血の巡りも良くなります。						
備考欄	曜日・時間・地域等指定あり：月。木曜日は教室あり それ以外は応相談 熱海市内 関係する資格：あり						
58	健康 スポーツ	チバ ナオコ 千葉 直子	-	-	女	-	気功エクササイズ
内容の 詳細	呼吸と動きと瞑想で体を整えていきます。椅子に座っても行えるエクササイズもあり、運動が苦手な方、足腰の弱い方も取り組みます。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要、指導報酬：要相談						
学習者への メッセージ	呼吸と動き、瞑想で心身を整えていきます。脚を強化するエクササイズもおこないます。椅子に座っても取り組むことができます。						
備考欄	初心者、気功を行ったことのない方～ 曜日指定あり：火曜日以外、時間・曜日は相談可						
59	健康 スポーツ	ヤナギダ タカコ 柳田 貴子	-	-	女	○	骨盤体操・健康講座 (小中学生の国・英・数)
内容の 詳細	骨盤を整える運動、骨盤底筋運動、健康（予防）についての知識 (英検・数検の学習指導もできます。)						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生、社会人、高齢者 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回0～1,000円						
学習者への メッセージ	人生百年時代。健康でいるためには、「予防」の意識が大切です。自分の体を知り、自分で「健康」を手に入れましょう。						
備考欄	レベル・曜日・時間・場所応相談						
60	健康 スポーツ	イイノ ノリコ 飯野 教子	-	○	女	○	自彊術（じきょうじゅつ）
内容の 詳細	治療家中井房五郎が創案し、近藤芳朗医学博士によって医学的に解明された健康体操です。31の動作を順番に行うことで身体全体をほぐします。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回/年3,000円、月4回3,000円						
学習者への メッセージ	治療法を土台に作られているため、病弱な方にもお勧めです。血流が良くなり、自己免疫力も高まります。自身の力で心と身体を整えましょう。						
備考欄	曜日・時間・地域等指定あり：毎週月曜日10：00～11：30 熱海市YMCAセンター						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
61	健康スポーツ	サガ マキ 嵯峨 眞起	-	-	女	○	水泳指導、水中歩行のレッスン
内容の詳細	幼児～高齢者まで、指導歴15年。水慣れから基礎、4泳法の完泳まで目標に合わせて指導いたします						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：会場により相談、指導報酬：1回3,000円、月4回11,000円						
学習者へのメッセージ	初めての方もご安心ください。呼吸からゆっくり始めていきます。ブランクのある方も運動とリフレッシュをかねて、楽しんでいただけるようご指導いたします。						
備考欄	曜日・時間指定あり：月～金曜日、8～18時のうちの60分間 (上記以外はお相談ください)						
62	健康スポーツ	アリイズミ ミエコ 有泉 美枝子	-	-	女	○	ノルディック・ウォーク、ポールエクササイズ、水中ポールウォーク
内容の詳細	ポールを使うことで転倒防止になります。膝や腰の負担を軽減でき、上半身を使うことで全身運動となり、筋力アップにもなります。膝腰の痛みのある方にはプールで水中ポールウォークがおすすめです						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費：要する、教材費：1回500円（レンタルポール代）						
学習者へのメッセージ	両手にポールを持って歩くスタイルをノルディックウォークといいます。これまで運動していなかった方もその方のレベルに合わせて指導していきます。ポールを使って歩くことで全身運動となり消費カロリーが通常より20～30%アップします。体幹が鍛えられ姿勢を改善する効果もあります。是非、一緒に始めてみませんか。						
備考欄	曜日・時間指定：要相談 地域のイベントに参加する形でも可能です。						
63	健康スポーツ	ヤマダ タダシ 山田 忠	-	-	男	○	①高齢者健康講座・体操 ②成人運動教室
内容の詳細	高齢者の方にはロコモ・フレイル予防のストレッチ・筋トレ指導、フェイスタオル等のツールを使用した健康体操指導、成人の方には生活習慣病予防のストレッチ・筋トレ・体幹トレーニング						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人、高齢者 【費用】交通費・教材費：要しない、指導報酬：5,000～10,000円						
学習者へのメッセージ	高齢化率も高く、少しでも元気に明るく健康寿命を延ばすよう体を動かして行きましょう。						
備考欄	曜日指定あり：月、火、土、日（午前・午後）※要相談 熱海市全域 関連する資格：あり						
64	健康スポーツ	New! ルイケ ツトム 類家 勉	-	-	男	○	卓球バレー
内容の詳細	卓球バレー						
対象者・費用	【対象者】指定あり：小学生、中学生、高校生、社会人、高齢者、障がい者 【費用】交通費：要相談、指導報酬：要相談						
学習者へのメッセージ	障がいの有無、性別、年齢に関わらず誰でも一緒に楽しめます。気象条件に関係なく室内の狭い場所で座って出来るスポーツです。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等指定あり：特になし 関係する資格：日本卓球バレー連盟 公認指導者3級審判員						

料理、電子機器 No.65～68

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
65	料理	スギヤマ チカコ 杉山 千香子	-	-	女	-	料理
内容の 詳細	日本料理、西洋料理、中華料理						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回5,000円（材料費込み）						
学習者への メッセージ	一汁三菜の献立を基本に旬の材料を心ゆたかなおもてなし料理に美しくおいしく作る心はひとつです。心でお教えしたいと思います。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等指定あり：水、土、日曜日 所要時間3時間30分 関係する資格：あり						
66	料理	ウチヤマ エイジ 内山 栄二	-	-	男	○	料理
内容の 詳細	日本料理（健康料理）						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】要相談						
学習者への メッセージ	料理を通じて社会へどう貢献できるのかを考え、市民の皆様の健康意識の向上へと尽力したいです！						
備考欄	曜日指定あり：基本水曜日（それ以外は応相談） 関係する資格：あり						
67	料理	サクマ ケイコ 佐久間 啓子	-	-	女	-	ワインやチーズの楽しみ方 はちみつの利用方法
内容の 詳細	ワインを少しでも勉強すると豪華な気分で食生活が楽しめます。全く難しくありません。まずは基本を学びましょう。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費・教材費・指導報酬：要相談						
学習者への メッセージ	ワイン・チーズ・はちみつについて知ってるのと知らないのでは楽しみ方に大きな違いがあります。基本を学んで人生を楽しみましょう。						
備考欄	曜日指定あり：金・土・日 場所は生涯学習センター・レストランなど						
68	電子機器	オグラ タカヨ 小倉 高代	-	○	女	-	パソコン・スマホ・ICT全 般・インターネット環境設置
内容の 詳細	パソコン・スマホ・ICT全般・インターネット環境設置・デジタル終活など						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：要相談						
学習者への メッセージ	個人レッスンも承っております。お気軽にお問合せください。						
備考欄	パソコン教室：毎週火・水・金（土日可）要予約 スマホ教室（集合型）：毎週水 13：30～15：00 関係する資格：あり						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
69	生活	マエダ ジュンコ 前田 潤子	-	○	女	○	手作り石けん・ナチュラルコスメ
内容の詳細	廃油石けんから高級石けんまでオリジナル石けん作りを環境と肌に優しい石けんをご一緒に！ナチュラルコスメは、自然素材化学品を使わない安心材料で作ります。						
対象者・費用	【対象者】指定あり 乳幼児以外可 【費用】交通費：要、教材費：1回500～4,000円、指導報酬：1回500円						
学習者へのメッセージ	安心安全な材料で作る手作り石けんの良さを肌で感じて頂きたい。季節の肌に合わせたオリジナル石けんをご一緒に！自然派コスメ作りも講習します。						
備考欄	曜日：要相談。小学生低学年は保護者同伴。所要時間に2時間。 地域：熱海市内及び近郊の市町 関係する資格：あり						
70	生活	オグラ イクエ 小倉 育恵	-	○	女	○	エッセンシャルオイル（ママ・ベビー&キッズ・介護）
内容の詳細	大切な家族のためのエッセンシャルオイル（ママ・ベビー&キッズ・介護）。忙しいビギナーさんやママでもできる簡単な活用法クラス。子育てと介護のダブルケアサポートのコツも。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、教材費：1回1,500～3,000円（内容により変動、要相談）						
学習者へのメッセージ	40代子育て中。在宅介護看取り経験あり。活用歴10年超。知識と実践によるレクチャー。あなたとご家族のための香りある暮らしをサポート！						
備考欄	ビギナーOK。オンライン対応可能。録画配信+レポート要相談。						
71	生活	カミヤマ ミドリ 神山 みどり	-	P30	女	○	手作りキャンドル・せっけん 薬膳講座
内容の詳細	例）夏…虫よけキャンドル、冬…クリスマスキャンドル						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】教材費：1回2,000円						
学習者へのメッセージ	初めての方も安心して参加できます。季節を感じる手作りキャンドルを一緒に楽しみながら作りましょう。						
備考欄	関係する資格：あり 初心者向け、年4回程度（お子様、ご高齢者も参加可能）						
72	生活	コバヤシ ノボル 小林 昇	-	-	男	○	自分史の書き方・文章講座・ 本を作るには
内容の詳細	自分の家族や子供、孫に今まで生きてきた歴史を伝えたいと思った時、どのような形でそれをまとめたら良いのか。そのお手伝いをします。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：社会人・高齢者 【費用】交通費：要する、教材費：500円 指導報酬：1回1,500円						
学習者へのメッセージ	ご自身の半生をまとめたい。そういったご希望のお手伝いをします。最終的にどのように成果物をまとめるのかまでご指導します。						
備考欄	地域：熱海市内。日中の指導を希望。						

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
73	生活	セキグチ タケシ 関口 武	-	-	男	○	エンディングノート
内容の詳細	エンディングノートの事はわかっていても、いざ書くとなるとどうかいて良いのか、何をどこまで書いたら良いのか？多数の参加では質問できなくても個別相談なら安心です。						
対象者・費用	【対象者】 指定あり：高齢者 【費用】 交通費：要、教材費：1回のみ300円、指導報酬：1回1,500円						
学習者へのメッセージ	自分の為に、自分史を振りかえり前向きにこれからの自分をどうしたいか、どうしたら良いのか、一緒に考えてエンディングノートを作りましょう。						
備考欄	関係する資格：有 1回1時間30分（回数は応相談）。熱海駅起点で30分以内の地域。						
74	生活	マツシマ ユキコ 松島 由紀子	-	-	女	○	終活セミナー、エンディングノート、 認知症予防デジタルワーク
内容の詳細	グループや1対1で開催。熱海だいたいノートをはじめ、スクラップブック×エンディングノート講座や、認知症予防デジタル講座。脳の健康度診断テストをご希望者受診可能。						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要、教材費：グループ月2回3,000円						
学習者へのメッセージ	「未来の不安を明確化して、今の時間を愉しむ」書き出すことや喋ること、聞くことで自分の想いや持っているものを引き出すことができます。						
備考欄	関係する資格：あり 金・土・日中心に日時相談。清水町・熱海市全域活動中、御自宅訪問も可能						
75	生活	ヤマザキ ユキエ 山崎 雪絵	-	-	女	○	働く人の心理面からの支援サポート
内容の詳細	組織が抱えている問題など自ら解決できるよう、心理的な面から支援するカウンセラーです。						
対象者・費用	【対象者】 指定あり：社会人 【費用】 要しない						
学習者へのメッセージ	所属する組織での人間関係や、職場環境に関し、心理面からサポート致します。						
備考欄	関係する資格：あり 土・日、オンライン（Teams、Zoomなど）面談が主 1回30分（要事前予約）						
76	生活	マツノ アツコ 松野 敦子	-	○	女	○	認知症予防の講座および実績
内容の詳細	認知症の基礎知識、認知症予防の必要性・認知症のリスク要因と低減の方法、認知症予防の実践（運動、コグニサイズ、知的活動、社会活動のあり方）						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：場所によっては要、教材費：コピー代等、指導報酬：要相談						
学習者へのメッセージ	認知症は予防可能な病気であることを知り、発症や進行を遅らせいつまでも住み慣れた地域で過ごすことが出来るよう一緒に勉強しましょう。						
備考欄	関係する資格：あり（看護師・キャラバンメイト） 場所（熱海近郊）、時間、日程調整可能						

生活、体験 No.77～80

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動 講師	内容
77	生活	カツキ ヤスヒロ 香月 恭弘	-	-	男	○	中高年の生活習慣の改善法
内容の 詳細	私の初老期うつ病（激越うつ病）の闘病体験を中心に、人生100年を楽しく生きるためのノウハウをお話しします。						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要する、指導報酬：1回10,000円						
学習者への メッセージ	この講演はあくまで、うつ病の苦悩や不安から「まず、一步を踏み出す、きっかけをお話しさせて頂き何事も無駄ではない。」ことをお伝えし、それが縁で新たな人生が開き、より健康になることが出来ることを内容にしたものです。（詳細は香月恭弘の講師サイトをご覧ください。）						
備考欄	関係する資格：あり 原則はオンラインにて						
78	生活	カドノ ハルコ 門野 晴子	-	-	女	-	自分史の書き方
内容の 詳細	この世への別れの前に言い残したこと、言っておきたいこと						
対象者・費用	【対象者】 指定あり：高齢者 【費用】 交通費：要しない、教材費：なし、指導報酬：1回1,000円						
学習者への メッセージ	家族は普段、多忙で大切なことを話し合っていないと思います。人生100年時代を迎えて、自分が生きたこと、分かったことなどを大きくなった子や、孫に伝えたいと願います						
備考欄	ノンフィクション作家 曜日・時間指定あり：平日の午前か午後						
79	体験	ナカヤマ トモミチ 中山 智道	-	-	男	○	①文章の書き方 ②新聞記事の読み方 など
内容の 詳細	①文章を書きたい時に必要な要素、表現方法とネット情報利用、著作権など注意すべき事柄 ②新聞記事がどのような過程をたどって作成されているかと、記事の行間に潜む取材努力など						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要、教材費：場合によって著作権使用料実費、指導報酬：要						
学習者への メッセージ	①文章に必要な要素と適切な表現、発表手段に応じた注意事項を説明します。 ②伊豆山土石流などを例に報道や取材の実情などを解説します。						
備考欄							
80	体験	クリスタルボイス クリスタルボイス	-	○	-	○	話し方、ボイスレッスン等
内容の 詳細	話し方（現代日本語）、生き方、コミュニケーション術、ボイスレッスン等						
対象者・費用	【対象者】 指定しない 【費用】 交通費：要、指導報酬：1回3,000円						
学習者への メッセージ	男女ペアの講師コンビ「クリスタルボイス」と一緒に、話し方、コミュニケーション術等、生き生きと人生を送るコツを学んでいきましょう！						
備考欄	関係する資格：有 月曜日か木曜日の午後（但し、第一月曜日を除く。）						

体験 No.81～84

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
81	体験	スズキ タキコ 鈴木 多希子	-	-	女	○	筆ペン遊び
内容の詳細	笑って心と身体をほぐし、筆ペンを使って遊ぶように作品作りをします。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、教材費：1回500円、指導報酬：1回1人500円、全体1回5,000円～						
学習者へのメッセージ	笑い遊び心を取り入れた、どなたにも楽しめる筆文字アートです。書くことが苦手だという方に新しい体験をしていただきたいです。						
備考欄	所要時間：1時間～1時間半						
82	体験	ヤマガタ ヒロトモ 山縣 博朋	-	-	男	-	演劇
内容の詳細	観客の爽やかな感動体験のための・台本の作り方・演技の基本・演出の方法						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：要しない						
学習者へのメッセージ	毎回楽しく寸劇（コント）作りと発表をし、それを基に1本～2本の演劇作品を仕上げ最終日に舞台で公演します。						
備考欄							
83	体験	オカザキ シズエ 岡崎 静恵	-	-	女	-	発声・音読・朗読
内容の詳細	美しい日本語を自分の体を通して発生して、自分の好きな世界を表現できるように、楽しみながら学習、体験して行く。音読から朗読へ。笑顔になれる時を共有しましょう。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、教材費：1回約100円、指導報酬：要しない						
学習者へのメッセージ	自分の声は、世界で1つだけ。嬉しい時も、楽しい時も、いろいろな世界がある事、体験してみましょう。そして、自分の大好きな世界を表現してみましょう！						
備考欄	初心者の方、朗読をこれからやってみたいと思う方、あまり人前で声を発生することのない方など 曜日・時間指定あり：月～水 10:00～12:00、13:00～14:30						
84	体験	ムラキ カホル 村木 薫	-	-	女	-	朗読
内容の詳細	本の朗読						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：月2回2,000円						
学習者へのメッセージ	FM熱海で毎週木曜日に夜8時半からかほろの聴く読書を放送しております。ご一緒に声を出して、本を読んでみませんか。意外な自分が発見できますよ。						
備考欄	曜日・時間・会場指定あり：金、土、日の午後、南熱海マリンホール会議室にて (YouTubeにも「かほろの聴く読書」で動画を掲載しています。参考にしてください。)						

体験 No.85～87

お問い合わせ先
社会教育室
0557-86-6573

No.	分野	氏名	生年	サークル	性別	地域活動講師	内容
85	体験	セキグチ タケシ 関口 武	-	-	男	○	初心者麻雀教室
内容の詳細	初めて麻雀を始めたい方々への個別（1～4名）・団体をご指定場所に出向きお教えします。麻雀とはから実践まで学びます。その他スキルにより点数計算・役作り実践方法も学べます。						
対象者・費用	【対象者】指定あり：高齢者 【費用】交通費：要、教材費：1回300円、指導報酬：1回、1人2,500円						
学習者へのメッセージ	麻雀は認知症予防に効果有りとされ、趣味同志とのコミュニケーションがとれ、少数だと習得格差なく、皆で楽しみ学ぶことが出来ます。						
備考欄	基本1回2時間（回数・学習内容は応相談）。熱海駅を起点として30分以内の地域。 関係する資格：あり						
86	体験	ウメツ タカハル 梅津 貴陽	-	-	男	-	都市伝説
内容の詳細	テレビでは聞けない都市伝説を開講し、玉石混淆の情報から自分で考え選ぶ目を養う講座です。質疑応答も仲間感覚で楽しく、毎回テーマも異なり、何回でも参加可能です。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要しない、指導報酬：1回1,500円						
学習者へのメッセージ	TVで人気の都市伝説。医療界やメディア界に人脈を持ち、6冊の著書を発行する講師が語ります。毎回異なる内容で質疑応答も楽しいセミナー。						
備考欄	曜日指定あり：日・月・木の朝から夕方までの時間 各回1時間、最少催行2名より。熱海駅や清水町周辺での開催。						
87	体験	スズキ ツトム 鈴木 勉	-	-	男	-	ファイナンシャルプランニング
内容の詳細	ファイナンシャルプランニング（お金にまつわる知識全般）生活する上で大切なお金にまつわる知識をご要望に即した項目で解りやすく解説します。						
対象者・費用	【対象者】指定しない 【費用】交通費：要、指導報酬：要相談						
学習者へのメッセージ	生活する上で役に立つお金の知識（資産形成・税金・社会保険・住宅取得・節約術等）について対象者のご要望やレベルに合わせて解説します。						
備考欄	レベル・曜日・時間・地域等：応相談						

