

|                                        |  |                                               |  |        |           |     |     |     |           |           |    |      |    |      |                       |      |          |     |     |       |     |     |  |
|----------------------------------------|--|-----------------------------------------------|--|--------|-----------|-----|-----|-----|-----------|-----------|----|------|----|------|-----------------------|------|----------|-----|-----|-------|-----|-----|--|
| 登録番号 191                               |  | 1975 年生 女性 境町浦向                               |  | 対<br>象 | 幼児        | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生     | 高齢者       | 成人 | その他  | 時間 | 月    | 火                     | 水    | 木        | 金   | 土   | 日     | 祝   | 要相談 |  |
| 小分類 ウォータービクス                           |  | 「音楽に合わせ体を動かす。初級～上級エアロ指導。」                     |  |        | ○         | ○   |     |     |           | ○         | ○  |      |    | 講師料  | ( 1 回 1～2 時間) 5,000 円 | 費用   | 材料費(1 回) | 円   |     | テキスト代 | 円   |     |  |
| 経 歴：市民講座、「I70、77、78」ム体操(中・高年)、親子体操(幼児) |  | 資格等：エアロビクスインストラクター、AFFA                       |  |        | 指導者番号：131 |     | 無 料 |     |           | ボランティア相談可 | ○  |      |    | 要交通費 | ○                     | 交通手段 | 自家用車     | ○   | 自転車 |       | 徒歩  |     |  |
| 登録番号 17                                |  | 1968 年生 女性 古河市諸川                              |  | 対<br>象 | 幼児        | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生     | 高齢者       | 成人 | その他  | 時間 | 月    | 火                     | 水    | 木        | 金   | 土   | 日     | 祝   | 要相談 |  |
| 小分類 エアロビクス                             |  | 「リズムに合わせて体を動かし、エアロビクスの基本動作を教え楽しく動いてもらいます」     |  |        | ○         | ○   | ○   | ○   | ○         |           | ○  |      |    | 講師料  | ( 1 回 1 時間) 5,000 円   | 費用   | 材料費(1 回) | 円   |     | テキスト代 | 円   |     |  |
| 経 歴：公民館講座やふれあいセンターで指導、高校で非常勤講師         |  | 資格等：AFAA 認定インストラクター 指導者番号：12                  |  |        | 無 料       |     |     |     | ボランティア相談可 |           |    | 要交通費 |    |      | 交通手段                  | 自家用車 | ○        | 自転車 |     | 徒歩    |     |     |  |
| 登録番号 20                                |  | 1967 年生 女性 古河市東諸川                             |  | 対<br>象 | 幼児        | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生     | 高齢者       | 成人 | その他  | 時間 | 月    | 火                     | 水    | 木        | 金   | 土   | 日     | 祝   | 要相談 |  |
| 小分類 エアロビクス                             |  | 「成人エアロ、キッズジュニアエアロビク、親子ピクス、シニア体操               |  |        |           |     | ○   |     |           |           | ○  | ○    |    | 講師料  | ( 1 回 1～2 時間) 円       | 費用   | 材料費(1 回) | 円   |     | テキスト代 | 円   |     |  |
| 経 歴：古河市主催のエアロビクスや親子ピクスにて講師、小学校なども      |  | 資格等：公認エアロビクス指導員、技能検定員など                       |  |        | 指導者番号：15  |     | 無 料 |     |           | ボランティア相談可 | ○  |      |    | 要交通費 |                       | 交通手段 | 自家用車     | ○   | 自転車 |       | 徒歩  |     |  |
| 登録番号 188                               |  | 1975 年生 女性 境町浦向                               |  | 対<br>象 | 幼児        | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生     | 高齢者       | 成人 | その他  | 時間 | 月    | 火                     | 水    | 木        | 金   | 土   | 日     | 祝   | 要相談 |  |
| 小分類 エアロビクス(Hula 子供～大人)                 |  | 「音楽に合わせ体を動かす楽しさ又、エアロビクスの初心者～上級者までの指導。(フラダンス)」 |  |        | ○         | ○   |     |     |           |           | ○  | ○    |    | 講師料  | ( 1 回 1～2 時間) 5,000 円 | 費用   | 材料費(1 回) | 円   |     | テキスト代 | 円   |     |  |
| 経 歴：公民館講座、77、78、79 ム体操(中高年向)           |  | 資格等：エアロビクスインストラクター、AFFA 指導者番号：131             |  |        | 無 料       |     |     |     | ボランティア相談可 | ○         |    | 要交通費 |    | ○    | 交通手段                  | 自家用車 | ○        | 自転車 |     | 徒歩    |     |     |  |
| 登録番号 661                               |  | 1982 年生 女性 古河市東牛谷                             |  | 対<br>象 | 幼児        | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生     | 高齢者       | 成人 | その他  | 時間 | 月    | 火                     | 水    | 木        | 金   | 土   | 日     | 祝   | 要相談 |  |
| 小分類 親子ヨガ                               |  | 「親子で楽しくヨガ スキンシップで心も体も整えよう」                    |  |        | ○         | ○   | ○   |     |           |           |    |      |    | 講師料  | ( 1 回 1 時間) 円         | 費用   | 材料費(1 回) | 0 円 |     | テキスト代 | 0 円 |     |  |
| 経 歴：公民館で親子ヨガ スポーツジムで親子ヨガ               |  | 資格等：RYT200 RCYT95 (キッズヨガ)                     |  |        | 指導者番号：473 |     | 無 料 |     |           | ボランティア相談可 |    |      |    | 要交通費 |                       | 交通手段 | 自家用車     | ○   | 自転車 |       | 徒歩  |     |  |

|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|----------------------|-------|--|-------|----|-----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|------|---------------------------------|---|---|---|------|--------|---------|---|-----|----|---|---|---|---|---|--|--|---|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 登録番号 662                                                                                                              |  |  |  | 1982 年生 女性 古河市東牛谷    |       |  |       | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間   | 月                               | 火 | 水 | 木 | 金    | 土      | 日       | 祝 | 要相談 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 「楽しくキッズヨガ動物のマネやヨガのポーズ呼吸遊びで集中力、体幹力がUPします。」<br>経歴：スポーツジムでキッズヨガ 公民館で親子ヨガ<br>資格等：RCYT95（キッズヨガ） 指導者番号：473                  |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午前                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午後                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 夜間                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   | ○ |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | (1回 1時間) 円                      |   |   |   |      | 費用     | 材料費(1回) |   | 0 円 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 要相談                                                                                                                   |  |  |  |                      | テキスト代 |  | 0 円   |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 無料                                                                                                                    |  |  |  |                      | 道具 0  |  | その他 0 |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ボランティア相談可                                                                                                             |  |  |  |                      | 自家用車  |  | ○     |    | 自転車 |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費 |                                 |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関 |         |   |     | 徒歩 |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 31                                                                                                               |  |  |  | 1965 年生 女性 小山市横倉     |       |  |       | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間   | 月                               | 火 | 水 | 木 | 金    | 土      | 日       | 祝 | 要相談 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 「心地よく、体に優しい気功です。体調のすぐれない方、運動の苦手な方ぜひどうぞ！」<br>経歴：古河市公民館講座、小中学校 PTA 研修やサークルでの気功指導<br>資格等：気功療法師 指導者番号：20                  |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午前                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午後                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 夜間                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  | ○ |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | (1回 1.5 時間) 1人 2,000 円(資料代含む) 円 |   |   |   |      | 費用     | 材料費(1回) |   | 円   |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 要相談                                                                                                                   |  |  |  |                      | テキスト代 |  | 円     |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 無料                                                                                                                    |  |  |  |                      | 道具    |  | その他   |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ボランティア相談可                                                                                                             |  |  |  |                      | 自家用車  |  | ○     |    | 自転車 |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費 |                                 |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関 |         |   |     | 徒歩 |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 190                                                                                                              |  |  |  | 1975 年生 女性 境町浦向      |       |  |       | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間   | 月                               | 火 | 水 | 木 | 金    | 土      | 日       | 祝 | 要相談 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 「音楽に合わせて体を動かす。初級～上級エアロ指導。」<br>経歴：市民講座、「I70、77、X」体操(中高年)、親子体操(幼児)<br>資格等：エアロビクスインストラクター、AFFA<br>指導者番号：131              |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午前                              |   |   |   | ○    | ○      |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午後                              |   |   | ○ |      |        | ○       |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 夜間                              | ○ |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   | ○ |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | (1回 1～2 時間) 5,000 円             |   |   |   |      | 費用     | 材料費(1回) |   | 円   |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 要相談                                                                                                                   |  |  |  |                      | テキスト代 |  | 円     |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 無料                                                                                                                    |  |  |  |                      | 道具    |  | その他   |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ボランティア相談可                                                                                                             |  |  |  |                      | 自家用車  |  | ○     |    | 自転車 |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費 |                                 |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関 |         |   |     | 徒歩 |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 604                                                                                                              |  |  |  | 1949 年生 性 古河市鴻巣      |       |  |       | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間   | 月                               | 火 | 水 | 木 | 金    | 土      | 日       | 祝 | 要相談 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 「気軽に楽しく少しだけ太極拳を取り入れての健康・柔軟体操（丹田呼吸）」<br>経歴：楊名時太極拳指導<br>資格等：楊名時太極拳師範(平成)23年取得 指導者番号：47                                  |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午前                              | ○ | ○ | ○ | ○    | ○      | ○       | ○ | ○   | ○  | ○ | ○ | ○ |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午後                              | ○ | ○ | ○ | ○    | ○      | ○       | ○ | ○   | ○  | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 夜間                              |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   | ○ |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | (1回 1～2 時間) 円                   |   |   |   |      | 費用     | 材料費(1回) |   | 0 円 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 要相談                                                                                                                   |  |  |  |                      | テキスト代 |  | 0 円   |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 無料                                                                                                                    |  |  |  |                      | 道具 0  |  | その他 0 |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ボランティア相談可                                                                                                             |  |  |  |                      | 自家用車  |  | ○     |    | 自転車 |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費 |                                 |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関 |         |   |     | 徒歩 |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 559                                                                                                              |  |  |  | 1964 年生 男性 栃木県佐野市高萩町 |       |  |       | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間   | 月                               | 火 | 水 | 木 | 金    | 土      | 日       | 祝 | 要相談 |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 「こんにゃく体操。ユニークな動きで体をほぐす体操です。程よい筋トレ効果もあります」<br>経歴：桜美林大学、NHK 文化センター、タレント養成所、その他で講師<br>資格等：JSA ストレッチングトレーナー資格保有 指導者番号：398 |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午前                              | ○ | ○ |   |      |        | ○       |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 午後                              | ○ | ○ | ○ |      |        | ○       |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | 夜間                              | ○ | ○ | ○ |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      | (1回 2 時間) 10,000 円              |   |   |   |      | 費用     | 材料費(1回) |   | 円   |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 要相談                                                                                                                   |  |  |  |                      | テキスト代 |  | 円     |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 無料                                                                                                                    |  |  |  |                      | 道具    |  | その他   |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ボランティア相談可                                                                                                             |  |  |  |                      | 自家用車  |  | ○     |    | 自転車 |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費 |                                 |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関 |         | ○ |     | 徒歩 |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                                                                                                       |  |  |  |                      |       |  |       |    |     |     |     |     |       |     |    |     |      |                                 |   |   |   |      |        |         |   |     |    |   |   |   |   |   |  |  |   |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|                                       |  |                    |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |    |           |               |   |    |   |         |      |   |     |   |
|---------------------------------------|--|--------------------|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|----|-----------|---------------|---|----|---|---------|------|---|-----|---|
| 登録番号 460                              |  | 1947 年生 男性 古河市錦町   |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間 | 月         | 火             | 水 | 木  | 金 | 土       | 日    | 祝 | 要相談 |   |
| 小分類 シューフィッティング                        |  |                    |  |    | ○  |     |     |     |       |     | ○  | ○   |    | 午前        |               |   | ○  |   |         |      |   |     | ○ |
| 「靴のプロ（シューフィッター）が足と靴の悩みについてすべてお答えします。」 |  | 経歴：古河市ウォーキング講座にて講話 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |    | 講師料       | (1回 1.5 時間) 円 |   | 費用 |   | 材料費(1回) |      | 円 |     |   |
| 資格等：上級シューフィッター。シルバーリハビリ体操3級 指導者番号：311 |  |                    |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |    | 要相談       |               |   |    |   | テキスト代   | 円    |   |     |   |
|                                       |  |                    |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |    | 無料        |               |   | ○  |   | 道具      | その他  |   |     |   |
|                                       |  |                    |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |    | ボランティア相談可 |               |   |    |   | 交通手段    | 自家用車 | ○ | 自転車 |   |
|                                       |  |                    |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |    | 要交通費      |               |   |    |   | 公共交通機関  | 徒歩   |   |     |   |

|                            |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     |           |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|----------------------------|--|--------------------------|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|-----|-----------|---|----|---|---------|--------|------|---|-----|---|
| 登録番号 476                   |  | 1958 年生 女性 常総市上蛇町        |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間  | 月         | 火 | 水  | 木 | 金       | 土      | 日    | 祝 | 要相談 |   |
| 小分類 自力整体                   |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午前        |   |    |   |         |        |      | ○ |     | ○ |
| 「健康づくりの話と、脱力と呼吸法による整体体操」   |  | 経歴：県西地区の公民館等で5年以上の講師経験あり |  |    |    |     |     | ○   | ○     |     | ○  | ○   |     | 午後        |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
| 資格等：予防医学研究 矢上裕先生からのリゲーター資格 |  | 指導者番号：327                |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 夜間  |           |   |    |   |         | ○      |      |   |     |   |
|                            |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 講師料 | (1回 時間) 円 |   | 費用 |   | 材料費(1回) |        | 円    |   |     |   |
|                            |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要相談       |   |    | ○ |         | テキスト代  | 円    |   |     |   |
|                            |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 無料        |   |    |   |         | 道具     | その他  |   |     |   |
|                            |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | ボランティア相談可 |   |    | ○ |         | 交通手段   | 自家用車 | ○ | 自転車 |   |
|                            |  |                          |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要交通費      |   |    |   |         | 公共交通機関 | 徒歩   |   |     |   |

|                                           |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     |             |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|-------------------------------------------|--|------------------|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|-----|-------------|---|----|---|---------|--------|------|---|-----|---|
| 登録番号 683                                  |  | 1998 年生 女性 下野市柴  |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間  | 月           | 火 | 水  | 木 | 金       | 土      | 日    | 祝 | 要相談 |   |
| 小分類 ZUMBA 骨盤調整                            |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午前          |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
| 「ダンスエクササイズまたは体の歪みやこりを整える調整系のレッスンをしております。」 |  | 経歴：公民館講座、スポーツクラブ |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午後          |   |    |   |         |        |      |   |     | ○ |
| 資格等：ZUMBA 骨盤調整                            |  | 指導者番号：490        |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 夜間  |             |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|                                           |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 講師料 | (1回 1 時間) 円 |   | 費用 |   | 材料費(1回) |        | 0 円  |   |     |   |
|                                           |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要相談         |   |    | ○ |         | テキスト代  | 0 円  |   |     |   |
|                                           |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 無料          |   |    |   |         | 道具 0   | その他  |   |     |   |
|                                           |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | ボランティア相談可   |   |    |   |         | 交通手段   | 自家用車 | ○ | 自転車 |   |
|                                           |  |                  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要交通費        |   |    |   |         | 公共交通機関 | 徒歩   |   |     |   |

|                                           |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     |           |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|-------------------------------------------|--|---------------------------------|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|-----|-----------|---|----|---|---------|--------|------|---|-----|---|
| 登録番号 646                                  |  | 1959 年生 女性 古河市中田                |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間  | 月         | 火 | 水  | 木 | 金       | 土      | 日    | 祝 | 要相談 |   |
| 小分類 スクエアステップ                              |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午前        |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
| 「健康長寿の為に考案された歩行に役立つスクエアステップ、脳トレのマットスの指導。」 |  | 経歴：各市町村主催講座、自治会、シニアクラブ、各サロンでの指導 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午後        |   |    |   |         |        |      |   |     | ○ |
| 資格等：スクエアステップ、マットス、日レク NS.リハ（1 級）指導員       |  | 指導者番号：462                       |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 夜間  |           |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|                                           |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 講師料 | (1回 時間) 円 |   | 費用 |   | 材料費(1回) |        | 円    |   |     |   |
|                                           |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要相談       |   |    | ○ |         | テキスト代  | 円    |   |     |   |
|                                           |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 無料        |   |    |   |         | 道具     | その他  |   |     |   |
|                                           |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | ボランティア相談可 |   |    |   |         | 交通手段   | 自家用車 | ○ | 自転車 |   |
|                                           |  |                                 |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要交通費      |   |    |   |         | 公共交通機関 | 徒歩   |   |     |   |

|                                        |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     |           |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|----------------------------------------|--|---------------------|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|-----|-----------|---|----|---|---------|--------|------|---|-----|---|
| 登録番号 651                               |  | 1956 年生 女性 古河市常盤町   |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間  | 月         | 火 | 水  | 木 | 金       | 土      | 日    | 祝 | 要相談 |   |
| 小分類 スクエアステップ                           |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午前        |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
| 「楽しみながら健康寿命（転倒予防・認知機能向上）を延ばす新しいエクササイズ」 |  | 経歴：公民館講座、自治会、シニアクラブ |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 午後        |   |    |   |         |        |      |   |     | ○ |
| 資格等：スクエアステップ指導員・マットス指導員                |  | 指導者番号：465           |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 夜間  |           |   |    |   |         |        |      |   |     |   |
|                                        |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 講師料 | (1回 時間) 円 |   | 費用 |   | 材料費(1回) |        | 円    |   |     |   |
|                                        |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要相談       |   |    | ○ |         | テキスト代  | 円    |   |     |   |
|                                        |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 無料        |   |    |   |         | 道具     | その他  |   |     |   |
|                                        |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | ボランティア相談可 |   |    |   |         | 交通手段   | 自家用車 | ○ | 自転車 |   |
|                                        |  |                     |  |    |    |     |     |     |       |     |    |     |     | 要交通費      |   |    |   |         | 公共交通機関 | 徒歩   |   |     |   |

|                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    |     |                     |    |      |        |    |         |     |     |   |   |  |  |
|--------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----------|----|-----|---------------------|----|------|--------|----|---------|-----|-----|---|---|--|--|
| 登録番号 189 1975年生 女性 境町浦向              |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他       | 時間 | 月   | 火                   | 水  | 木    | 金      | 土  | 日       | 祝   | 要相談 |   |   |  |  |
| 小分類 ストレッチ                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午前  |                     |    |      | ○      | ○  |         |     |     |   |   |  |  |
| 「音楽に合わせ体を動かす楽しさ。エアロ初心者～上級者までの指導。」    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午後  |                     | ○  |      |        | ○  |         |     |     |   | ○ |  |  |
| 経歴：市民講座、「I70、77、77」ム体操(中高校)、親子体操(幼児) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    | ○  | ○   |     |     |       |     | ○  | ○         |    |     |                     | 夜間 | ○    |        |    |         |     |     |   |   |  |  |
| 資格等：エアロピクスインストラクター、AFFA 指導者番号：131    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 講師料 | (1回 1～2 時間) 5,000 円 |    |      |        | 費用 | 材料費(1回) |     |     | 円 |   |  |  |
|                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 要相談 |                     |    | ○    |        |    | テキスト代   |     |     | 円 |   |  |  |
|                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 無料        |    |     |                     |    | 道具   |        |    | その他     |     |     |   |   |  |  |
|                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | ボランティア相談可 |    |     | ○                   |    | 交通手段 | 自家用車   |    | ○       | 自転車 |     |   |   |  |  |
|                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 要交通費      |    |     | ○                   |    |      | 公共交通機関 |    | 徒歩      |     |     |   |   |  |  |

|                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    |     |     |                   |      |        |       |    |         |     |   |   |  |  |  |
|-------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----------|----|-----|-----|-------------------|------|--------|-------|----|---------|-----|---|---|--|--|--|
| 登録番号 293 1967年生 女性 古河市中田                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他       | 時間 | 月   | 火   | 水                 | 木    | 金      | 土     | 日  | 祝       | 要相談 |   |   |  |  |  |
| 小分類 ストレッチ                                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午前  |     |                   | ○    |        | ○     |    |         |     |   |   |  |  |  |
| 「エアロピクス、ヨガ、ピラティスなど、初心者から丁寧に指導致します。」                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午後  |     |                   | ○    |        | ○     |    |         |     |   |   |  |  |  |
| 経歴：ｽﾎｰﾂﾗﾌﾞ ﾍﾞｽﾄﾗｸﾀｰ、体育協会のｽﾎｰﾂ講座にて講師                               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 夜間  |     |                   |      | ○      | ○     |    | ○       |     |   | ○ |  |  |  |
| 資格等：AFAA 認定、ｲﾂﾅｶﾞ ﾍﾞｽﾄﾗｸﾀｰ、RYT200,RYT500,美姿勢ヨガアカデミー協会代表 指導者番号：187 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     | ○   | ○   | ○     | ○   | ○  | ○         |    |     | 講師料 | (1回 1 時間) 5,000 円 |      |        |       | 費用 | 材料費(1回) |     | 円 |   |  |  |  |
|                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 要相談 |     |                   |      |        | テキスト代 |    | 円       |     |   |   |  |  |  |
|                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 無料        |    |     |     |                   | 道具   |        | その他   |    |         |     |   |   |  |  |  |
|                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | ボランティア相談可 |    |     |     |                   | 交通手段 | 自家用車   |       |    | ○       | 自転車 |   |   |  |  |  |
|                                                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 要交通費      |    |     |     |                   |      | 公共交通機関 |       | 徒歩 |         |     |   |   |  |  |  |

|                             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    |     |     |           |      |        |       |    |         |     |   |   |  |  |  |
|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----------|----|-----|-----|-----------|------|--------|-------|----|---------|-----|---|---|--|--|--|
| 登録番号 491 1969年生 女性 古河市大山    |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他       | 時間 | 月   | 火   | 水         | 木    | 金      | 土     | 日  | 祝       | 要相談 |   |   |  |  |  |
| 小分類 ストレッチ                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午前  |     |           |      |        |       |    |         |     |   |   |  |  |  |
| 「健康や美容やコミュニケーション向上のための表情筋体操 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午後  |     |           |      |        |       |    |         |     |   | ○ |  |  |  |
| 経歴：百貨店や科学館等での笑顔作りのワークショップ   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 夜間  |     |           |      |        |       |    |         |     |   |   |  |  |  |
| 資格等：フェイスストレッチング講師           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     | ○   | ○   | ○     | ○   | ○  | ○         |    |     | 講師料 | (1回 時間) 円 |      |        |       | 費用 | 材料費(1回) |     | 円 |   |  |  |  |
| 指導者番号：342                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 要相談 |     |           | ○    |        | テキスト代 |    | 円       |     |   |   |  |  |  |
|                             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 無料        |    |     |     |           | 道具   |        | その他   |    |         |     |   |   |  |  |  |
|                             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | ボランティア相談可 |    |     |     |           | 交通手段 | 自家用車   |       |    | ○       | 自転車 |   |   |  |  |  |
|                             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 要交通費      |    |     |     |           |      | 公共交通機関 |       | ○  | 徒歩      |     |   |   |  |  |  |

|                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    |     |         |           |      |        |       |    |         |     |   |   |  |  |  |
|---------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----------|----|-----|---------|-----------|------|--------|-------|----|---------|-----|---|---|--|--|--|
| 登録番号 550 1951年生 男性 古河市久能        |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他       | 時間 | 月   | 火       | 水         | 木    | 金      | 土     | 日  | 祝       | 要相談 |   |   |  |  |  |
| 小分類 スポーツ吹矢                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午前  |         |           |      |        |       |    |         |     |   |   |  |  |  |
| 「スポーツ吹矢」                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午後  |         |           |      |        |       |    |         |     |   | ○ |  |  |  |
| 経歴：2014年7月22日 一般社団法人 スポーツ吹矢振興協会 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     | ○   | ○   | ○     |     | ○  | ○         |    |     | 講師料     | (1回 時間) 円 |      |        |       | 費用 | 材料費(1回) |     | 円 |   |  |  |  |
| 資格等：上級公認指導員 準師範 指導者番号：390       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 要相談 |         |           | ○    |        | テキスト代 |    | 円       |     |   |   |  |  |  |
|                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 無料  |         |           |      |        | 道具    |    | その他     |     |   |   |  |  |  |
|                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | ボランティア相談可 |    |     |         |           | 交通手段 | 自家用車   |       |    | ○       | 自転車 |   |   |  |  |  |
|                                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 要交通費      |    |     | 指導対象人数に |           |      | 公共交通機関 |       |    | 徒歩      |     |   |   |  |  |  |

|                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    |     |           |   |      |        |    |         |     |     |   |  |  |  |
|----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----------|----|-----|-----------|---|------|--------|----|---------|-----|-----|---|--|--|--|
| 登録番号 552 1948年生 男性 古河市常盤町  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他       | 時間 | 月   | 火         | 水 | 木    | 金      | 土  | 日       | 祝   | 要相談 |   |  |  |  |
| 小分類 スポーツ吹矢                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午前  |           |   |      |        |    |         |     |     |   |  |  |  |
| 「スポーツ吹矢における基本動作等の指導」       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 午後  | ○         |   |      | ○      | ○  |         |     |     |   |  |  |  |
| 経歴：平成25年3月入会。平成27年11月公認指導員 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 夜間  |           |   |      |        |    |         |     |     |   |  |  |  |
| 資格等：日本スポーツ吹矢協会公認指導員        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     | ○   | ○   |       |     | ○  |           |    | 講師料 | (1回 時間) 円 |   |      |        | 費用 | 材料費(1回) |     |     | 円 |  |  |  |
| 指導者番号：392                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    |           |    | 要相談 |           |   |      |        |    | テキスト代   |     |     | 円 |  |  |  |
|                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 無料        |    |     | ○         |   | 道具   |        |    | その他     |     |     |   |  |  |  |
|                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | ボランティア相談可 |    |     |           |   | 交通手段 | 自家用車   |    | ○       | 自転車 |     |   |  |  |  |
|                            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |    |    |     |     |     |       |     |    | 要交通費      |    |     |           |   |      | 公共交通機関 |    | 徒歩      |     |     |   |  |  |  |

|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|------------------------------------|--|--|--|--|--|----------------------------------------------|--|----|----------|--|----|----|-----|-----|-----|-------|-------|-----|-----|-----|----|---|---|---|---|---|---|---|-----|-----|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 登録番号 599                           |  |  |  |  |  | 1991 年生                                      |  | 女性 | 埼玉県吉川市美南 |  | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者   | 成人  | その他 | 時間  | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 | 要相談 |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 小分類 整形外科ヨガ・親子ヨガ                    |  |  |  |  |  | 「整形外科ヨガをベースとした、腰痛・肩こりひざの痛みを緩和するヨガや親子で行うヨガ」   |  |    |          |  |    | ○  | ○   |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 経歴：北里研究所の付属病院に勤めていた経験を活かし整形外科ヨガ指導  |  |  |  |  |  | 資格等：整形外科ヨガ 全米ヨガアライアンス RYT200 指導者番号：427       |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生   | 大学専門生 | 高齢者 | 成人  | その他 | 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝   | 要相談 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 71                            |  |  |  |  |  | 1949 年生                                      |  | 女性 | 古河市鴻巣    |  | ○  |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    | ○ |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 小分類 太極拳                            |  |  |  |  |  | 「太極拳を初歩から教えます。動作の修得は勿論、太極拳の根底にある心にも着目します。」   |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 経歴：公民館講座、西・東・中央で講師、二小家庭教育学級で体験指導   |  |  |  |  |  | 資格等：NPO 法人 楊名時太極拳 師範免許取得 指導者番号：47            |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生   | 大学専門生 | 高齢者 | 成人  | その他 | 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝   | 要相談 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 158                           |  |  |  |  |  | 1952 年生                                      |  | 女性 | 古河市中田    |  | ○  |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    | ○ |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 小分類 太極拳                            |  |  |  |  |  | 「呼吸法で健康維持、体力作りのできる太極拳を基礎から教えます。」             |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 経歴：隣保館講座太極拳講師、中田公民館太極拳講師           |  |  |  |  |  | 資格等：NPO 法人日本健康太極拳師範                          |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 指導者番号：108                          |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生   | 大学専門生 | 高齢者 | 成人  | その他 | 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝   | 要相談 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 219                           |  |  |  |  |  | 1942 年生                                      |  | 男性 | 古河市長谷町   |  | ○  |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    | ○ |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 小分類 太極拳                            |  |  |  |  |  | 「楊名時八段錦気功太極拳24式」                             |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 経歴：公民館等で、気功太極拳18年間指導               |  |  |  |  |  | 資格等：日本健康太極拳協会準師範 指導者番号：147                   |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    | 対象 | 幼児  | 小学生 | 中学生 | 高校生   | 大学専門生 | 高齢者 | 成人  | その他 | 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝   | 要相談 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 登録番号 664                           |  |  |  |  |  | 1953 年生                                      |  | 女性 | 古河市新久田   |  | ○  |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    | ○ |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 小分類 太極拳                            |  |  |  |  |  | 「何歳からでも始められ、生徒さん一人一人に寄り添って楽しく元気になる指導を目指します。」 |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 経歴：市民講座から始めて、19 年目です。現在近所の人に指導中です。 |  |  |  |  |  | 資格等：楊名時八段錦・太極拳の師範 指導者番号：475                  |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|                                    |  |  |  |  |  |                                              |  |    |          |  |    |    |     |     |     |       |       |     |     |     |    |   |   |   |   |   |   |   |     |     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

中分類 1 健康づくり・体操

|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
|------|----|-------------------------------------------------------------------------|-----|-----|-------|-----|----|-----|------------------|---|----|---|--------|---------|-----|---|-----|-----|
| 登録番号 |    | 647                                                                     |     |     |       |     |    |     | 1959年生           |   | 女性 |   | 古河市中田  |         |     |   |     |     |
| 小分類  |    | ニュースポーツ・レクリエーション                                                        |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 経歴   |    | 「レクリエーションやカンタンボッチャ等のニュースポーツを行い心と身体を元気にします。」                             |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 資格等  |    | 経歴：公共講座、老人会、サロン、自治会等での指導<br>資格等：日レク、NS、マットス、SSE インストラクター 指導者番号：462      |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 対象   | 幼児 | 小学生                                                                     | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間               | 月 | 火  | 水 | 木      | 金       | 土   | 日 | 祝   | 要相談 |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 午前               |   |    |   |        |         |     |   |     | ○   |
| 講師料  |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | (1回 時間) 円        |   |    |   | 費用     | 材料費(1回) |     |   |     | 円   |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要相談              |   |    |   | テキスト代  |         |     |   | 円   |     |
| 交通手段 |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 無料               |   |    |   | 道具     |         |     |   | その他 |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可        |   |    |   | 自家用車   | ○       | 自転車 |   |     |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要交通費             |   |    |   | 公共交通機関 |         |     |   | 徒歩  |     |
| 登録番号 |    | 16                                                                      |     |     |       |     |    |     | 1968年生           |   | 女性 |   | 古河市諸川  |         |     |   |     |     |
| 小分類  |    | パワーヨガ・フローヨガ                                                             |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 経歴   |    | 「パワーヨガの動作を基本から教え、呼吸とともに体を動かしてもらいます。」                                    |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 資格等  |    | 経歴：公民館講座や三和健康ふれあいスポーツセンターで指導。<br>資格等：AFAA インストラクター 指導者番号：12             |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 対象   | 幼児 | 小学生                                                                     | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間               | 月 | 火  | 水 | 木      | 金       | 土   | 日 | 祝   | 要相談 |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 午前               | ○ | ○  |   |        |         | ○   |   |     |     |
| 講師料  |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | (1回 1時間) 5,000 円 |   |    |   | 費用     | 材料費(1回) |     |   |     | 円   |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要相談              |   |    |   | テキスト代  |         |     |   | 円   |     |
| 交通手段 |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 無料               |   |    |   | 道具     |         |     |   | その他 |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可        |   |    |   | 自家用車   | ○       | 自転車 |   |     |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要交通費             |   |    |   | 公共交通機関 |         |     |   | 徒歩  |     |
| 登録番号 |    | 130                                                                     |     |     |       |     |    |     | 1961年生           |   | 女性 |   | 境町     |         |     |   |     |     |
| 小分類  |    | ピラティス                                                                   |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 経歴   |    | 「ピラティスの基本から教えます。」                                                       |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 資格等  |    | 経歴：ピラティスマスター主宰、古河市、境町、野木町公民館講座講師<br>資格等：FTP 認定ピラティスインストラクター<br>指導者番号：87 |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 対象   | 幼児 | 小学生                                                                     | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間               | 月 | 火  | 水 | 木      | 金       | 土   | 日 | 祝   | 要相談 |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 午前               |   |    |   |        |         |     |   |     | ○   |
| 講師料  |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | (1回 時間) 円        |   |    |   | 費用     | 材料費(1回) |     |   |     | 円   |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要相談              |   |    |   | テキスト代  |         |     |   | 円   |     |
| 交通手段 |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 無料               |   |    |   | 道具     |         |     |   | その他 |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可        |   |    |   | 自家用車   | ○       | 自転車 |   |     |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要交通費             |   |    |   | 公共交通機関 |         |     |   | 徒歩  |     |
| 登録番号 |    | 637                                                                     |     |     |       |     |    |     | 1997年生           |   | 女性 |   | 古河市静町  |         |     |   |     |     |
| 小分類  |    | フィットネス                                                                  |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 経歴   |    | 「産後の座学や産後に特化したエクササイズで心と体を整える。」                                          |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 資格等  |    | 経歴：古河市内、都内での産後ママ向けイベント講師担当<br>資格等：日本産後ダイエット協会 FEMS コーチ 指導者番号：453        |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 対象   | 幼児 | 小学生                                                                     | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間               | 月 | 火  | 水 | 木      | 金       | 土   | 日 | 祝   | 要相談 |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 午前               | ○ |    | ○ | ○      | ○       | ○   |   |     |     |
| 講師料  |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | (1回 時間) 円        |   |    |   | 費用     | 材料費(1回) |     |   |     | 円   |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要相談              |   |    |   | テキスト代  |         |     |   | 円   |     |
| 交通手段 |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 無料               |   |    |   | 道具     |         |     |   | その他 |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可        |   |    |   | 自家用車   | ○       | 自転車 |   |     |     |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 要交通費             |   |    |   | 公共交通機関 |         |     |   | 徒歩  |     |
| 登録番号 |    | 652                                                                     |     |     |       |     |    |     | 1956年生           |   | 女性 |   | 古河市常盤町 |         |     |   |     |     |
| 小分類  |    | マットス                                                                    |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 経歴   |    | 「すべての年齢層で楽しめ、脳機能の賦活が期待できるニュースポーツ&エクササイズ」                                |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 資格等  |    | 経歴：公民館講座、自治会、シニアクラブ<br>資格等：マットスインストラクター 指導者番号：465                       |     |     |       |     |    |     |                  |   |    |   |        |         |     |   |     |     |
| 対象   | 幼児 | 小学生                                                                     | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間               | 月 | 火  | 水 | 木      | 金       | 土   | 日 | 祝   | 要相談 |
|      |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | 午前               |   |    |   |        |         |     |   |     | ○   |
| 講師料  |    |                                                                         |     |     |       |     |    |     | (1回 時間) 円        |   |    |   | 費用     | 材料費(1   |     |   |     |     |

|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    |    |   |   |   |   |   |   |   |     |
|----------|----------------------|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|------|----|----|---|---|---|---|---|---|---|-----|
| 登録番号 653 | 1959 年生 女性 古河市中田     | 小分類 マットス | 「健康長寿の為に考案された脳トレのマットス転倒・介護予防のスクエアステップの指導」<br>経歴：各市町村公共講座・自治会・シニアクラブ・サロン等での指導<br>資格等：マットス・SSE・日レク・NS 等の指導員 指導者番号：462                                                   | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他  | 時間 | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 | 要相談 |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午前 |   |   |   |   |   |   |   | ○   |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       | ○   | ○  |      |    | 午後 |   |   |   |   |   |   |   |     |
| 登録番号 291 | 1967 年生 女性 古河市中田     | 小分類 ヨガ   | 「エアロビクス、ヨガ、ピラティスなど、初心者から丁寧に指導致します。」<br>経歴：ｽﾎｰﾂｸﾗﾌﾞ ﾏｽﾄﾗﾌｻｰ、体育協会のｽﾎｰﾂ講座にて講師、美姿勢ヨガアカデミー協会代表<br>資格等：IYOGI ｸｽ,ｲﾂﾅﾖｶﾞ ﾏｽﾄﾗﾌｻｰ,RYT200,RYT500 指導者番号：187                      | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他  | 時間 | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 | 要相談 |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午前 |   | ○ |   | ○ |   |   |   | ○   |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    | ○  | ○   | ○   | ○   | ○     | ○   | ○  | 障がい者 |    | 午後 |   | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |   |     |
| 登録番号 312 | 1971 年生 男性 古河市本町     | 小分類 ヨガ   | 「古典ヨガをベースに、動物らしい身体能力を取り戻して心身の若返りを目指す内容です。」<br>経歴：既製品ではなく日常生活や自然、古典舞踊からヨガを学んでいます。<br>資格等：内臓美人ヨガ、インド古典舞踊 指導者番号：200                                                      | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他  | 時間 | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 | 要相談 |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午前 |   |   |   |   |   |   |   |     |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午後 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |   |   |     |
| 登録番号 542 | 1969 年生 女性 古河市小堤     | 小分類 ヨガ   | 「アンチエイジングや日常に取り入れやすい生活ヨガ。肩こり冷え性緩和、視力向上ヨガ。ヨガ・ニドラー（眠りのヨガ）のリラックスヨガ、（瞑想ヨガ）」<br>経歴：平成 18 年資格取得。スポーツクラブ、ヨガ教室等指導歴 18 年。<br>資格等：日本総合ヨガ普及協会指導師 指導者番号：383                       | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他  | 時間 | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 | 要相談 |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午前 |   |   |   |   |   |   |   | ○   |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午後 |   |   |   |   |   |   |   |     |
| 登録番号 596 | 1954 年生 女性 埼玉県加須市杓子木 | 小分類 ヨガ   | 「運動の継続が難しい方でも、即行動に移せる「トイレで 10 秒ヨガ」生活習慣体操を指導。揺らす・さする・伸ばす！！体を冬眠から目覚めさせる」<br>経歴：27 歳の時変形性股関節症を患ったことがきっかけでヨガ講師となる<br>資格等：健康運動指導士・フェイスボディヨガ講師・認知症リハビリテーション専門士<br>指導者番号：425 | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他  | 時間 | 月  | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝 | 要相談 |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午前 | ○ | ○ | ○ |   | ○ |   | ○ |     |
|          |                      |          |                                                                                                                                                                       |    |    |     |     |     |       |     |    |      |    | 午後 |   | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○   |

|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     |                 |   |   |   |   |      |         |   |     |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|-----|-------|-----|----|-----|-----------------|---|---|---|---|------|---------|---|-----|-----|
| 登録番号 618<br>1982年生 女性 古河市新久田<br>小分類 ヨガ<br>「ヨガ、顔ヨガ、筋トレ、ストレッチ、ダイエット（目的に合わせて）」<br>経歴：スポーツジムにてヨガ、顔ヨガ等レッスン講師、ダイエット指導<br>資格等：ヨガ、顔ヨガ、ダイエットインストラクター<br>指導者番号：443                                | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間              | 月 | 火 | 水 | 木 | 金    | 土       | 日 | 祝   | 要相談 |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午前              |   | ○ |   |   |      |         |   |     |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午後              | ○ |   |   |   | ○    |         |   |     | ○   |
| 登録番号 645<br>1973年生 女性 古河市鴻巣<br>小分類 ヨガ<br>「フィットネス・バレエ・ヨガを組み合わせたバレトンで体幹や筋肉を鍛えます。」<br>経歴：バレエ経験40年、劇団指導7年、バレトンサークル講師。フィットネス指導5年。<br>資格等：バレトンソールシンセシス、ボルドブラ 指導者番号：461                        | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間              | 月 | 火 | 水 | 木 | 金    | 土       | 日 | 祝   | 要相談 |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午前              |   |   |   | ○ |      |         |   |     |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午後              |   |   |   |   |      |         |   |     | ○   |
| 登録番号 655<br>1983年生 女性 下妻市前河原<br>小分類 ヨガ<br>「ヨガ わかりやすく、安心して続けられる内容で行います。」<br>経歴：児童館ママヨガ、公民館講座<br>資格等：RYT200 修了、ゆっくり＆優しいシニアヨガ指導者養成講座修了<br>指導者番号：467                                        | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間              | 月 | 火 | 水 | 木 | 金    | 土       | 日 | 祝   | 要相談 |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午前              |   |   |   |   |      |         |   |     |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午後              |   |   |   |   |      |         |   |     | ○   |
| 登録番号 638<br>1994年生 女性 小山市東間々田<br>小分類 ヨガ ピラティス<br>「ヨガ・ピラティス・マタニティヨガを指導。精神安定、リフレッシュ、健康を目的。」<br>経歴：指導歴9年目。コーチングも学び大手企業のヨガ後フリーランス。<br>資格等：全米アライアンス RYT200,マタニティヨガ<br>指導者番号：454              | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間              | 月 | 火 | 水 | 木 | 金    | 土       | 日 | 祝   | 要相談 |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午前              | ○ |   |   | ○ |      | ○       |   | ○   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午後              |   |   | ○ |   |      |         |   |     |     |
| 登録番号 374<br>1959年生 女性 野木町友沼<br>小分類 マインドフルネス<br>「呼吸を通しあるがままの身体や心の状態に意識を向けるリラックス健康法を行う」<br>経歴：古河、下野市の公民館講座や自宅教室の「マインドフルネス瞑想」講師<br>資格等：OSHOR Meditation In-Depth&Facilitating 修了 指導者番号：253 | 対象 | 幼児 | 小学生 | 中学生 | 高校生 | 大学専門生 | 高齢者 | 成人 | その他 | 時間              | 月 | 火 | 水 | 木 | 金    | 土       | 日 | 祝   | 要相談 |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午前              |   |   |   |   |      |         |   |     |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 午後              |   |   |   |   |      |         |   |     | ○   |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 夜間              |   |   |   |   |      |         |   |     |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | (1回 1時間) 4,000円 |   |   |   |   | 費用   | 材料費(1回) |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要相談             |   |   |   |   | 費用   | テキスト代   |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 無料              |   |   |   |   | 費用   | 道具      |   | その他 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可       |   |   |   |   | 交通手段 | 自家用車    | ○ | 自転車 | ○   |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費            |   |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関  |   | 徒歩  |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | (1回 2時間) 円      |   |   |   |   | 費用   | 材料費(1回) |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要相談             |   |   | ○ |   | 費用   | テキスト代   |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 無料              |   |   |   |   | 費用   | 道具      |   | その他 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可       |   |   |   |   | 交通手段 | 自家用車    | ○ | 自転車 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費            |   |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関  |   | 徒歩  |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | (1回 時間) 円       |   |   |   |   | 費用   | 材料費(1回) |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要相談             |   |   | ○ |   | 費用   | テキスト代   |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 無料              |   |   |   |   | 費用   | 道具      |   | その他 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可       |   |   |   |   | 交通手段 | 自家用車    | ○ | 自転車 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費            |   |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関  |   | 徒歩  |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | (1回 1.5時間) 円    |   |   |   |   | 費用   | 材料費(1回) |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要相談             |   |   |   |   | 費用   | テキスト代   |   | 円   |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 無料              |   |   |   |   | 費用   | 道具      |   | その他 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | ボランティア相談可       |   |   | ○ |   | 交通手段 | 自家用車    | ○ | 自転車 |     |
|                                                                                                                                                                                         |    |    |     |     |     |       |     |    |     | 要交通費            |   |   |   |   | 交通手段 | 公共交通機関  | ○ | 徒歩  |     |