

F スポーツ・健康

① 陸上競技・水泳

フリガナ	トキ カズキ	【活動できる地域】
氏 名	土岐 一希	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】	スポーツクラブマネージャー 指導員	【過去の講演・実技等のテーマ】 「日本レクリエーション協会 全国大会2023講演」 「福島県レクリエーション協会 レクリエーションワーカー養成研修」その他多数
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 要相談		

フリガナ	ニシヤマ ワタル	【活動できる地域】
氏 名	西山 航	阿賀野市、新発田市、五泉市、新潟市全域
【職名・資格】	スポーツインストラクター、健康運動指導士	【過去の講演・実技等のテーマ】
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 要相談		

② 球技全般

フリガナ	トキ カズキ	【活動できる地域】
氏 名	土岐 一希	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】	スポーツクラブマネージャー 指導員	【過去の講演・実技等のテーマ】 「日本レクリエーション協会 全国大会2023講演」 「福島県レクリエーション協会 レクリエーションワーカー養成研修」その他多数
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 要相談		

③ 武道・格技

フリガナ	トキ カズキ	【活動できる地域】
氏 名	土岐 一希	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】 スポーツクラブマネージャー 指導員		【過去の講演・実技等のテーマ】 「日本レクリエーション協会 全国大会2023講演」 「福島県レクリエーション協会 レクリエーションワーカー養成研修」その他多数
【活動条件】 ○報酬： あり ○曜日・時間： 要相談		

⑥ 登山・野外活動

フリガナ	トキ カズキ	【活動できる地域】
氏 名	土岐 一希	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】 スポーツクラブマネージャー 指導員		【過去の講演・実技等のテーマ】 「日本レクリエーション協会 全国大会2023講演」 「福島県レクリエーション協会 レクリエーションワーカー養成研修」その他多数
【活動条件】 ○報酬： あり ○曜日・時間： 要相談		

⑦ レクリエーション・ニュースポーツ

フリガナ	トキ カズキ	【活動できる地域】
氏 名	土岐 一希	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】 スポーツクラブマネージャー 指導員		【過去の講演・実技等のテーマ】 「日本レクリエーション協会 全国大会2023講演」 「福島県レクリエーション協会 レクリエーションワーカー養成研修」その他多数
【活動条件】 ○報酬： あり ○曜日・時間： 要相談		

フリガナ	ニシヤマ ワタル	【活動できる地域】
氏名	西山 航	阿賀野市、新発田市、五泉市、新潟市全域
【職名・資格】	【過去の講演・実技等のテーマ】	
スポーツインストラクター、健康運動指導士		
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 要相談		

フリガナ	ムラヤマ アキコ	【活動できる地域】
氏名	村山 昭子	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】	【過去の講演・実技等のテーマ】	
笑いヨガティーチャー シナプソロジーインストラクター バランスコーディネーター	笑ってウキウキ笑いヨガ：楽しく脳を活性化！ 笑いヨガ：1人から数人で出来る脳の体操（シナプソロジー）	
【活動条件】		
○報酬： 話し合いによって		
○曜日・時間： 話し合いによって		
○その他： シナプソロジーは脳を活性化する体操。高齢者に喜ばれています。バランスコーディネーションは簡単なストレッチ、筋トレで、日常生活を楽に過ごせるようになる体操です。		

⑧ 健康づくり・体力づくり

フリガナ	アベ ハルミ	【活動できる地域】
氏名	阿部 晴美	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】	<p>ヨガインストラクター ヨガエドクター アーユルヴェーダアドバイザー 一般社団法人日本アーユルヴェーダ学会認定アーユルヴェーダセルフケアアドバイザー 全米ヨガアライアンスE-RYT500/YACEP・継続教育プロバイダー NYI認定プラナサージプラクティショナー/NYI認定インタークエストヨガエドクター</p>	<p>【過去の講演・実技等のテーマ】</p> <p>市内外幼稚園・小中学校・高等学校より依頼を受け「親子Yoga」、「クラックスヨガ」、「バランスヨガ」「身体機能を高め集中力をつける呼吸法とヨガ」他新潟県女性財団主催フェスティバルにて「ヨガと瞑想」WS開催、企業とのコラボイベント他水原公民館主催事業「親子でenjoyヨガ!」、「朝ヨガ」「Yogaクラブふらわあ」「元気長生き応援隊」他市内外でのヨガクラス多数担当 阿賀野市初ヨガスタジオ「晴Yoga.Style.」代表</p>
【活動条件】		
○報酬:	あり	○曜日・時間: 応相談
○その他:	幅広い世代の方々へ「からだところ」の整え方と効率的な使い方や多様性の在り方、生き方を「健やかな暮らしのヨガと季節に役立つアーユルヴェーダ」実践講座で伝えています。	

フリガナ	オノヅカ ミツエ	【活動できる地域】
氏名	小野塚 光恵	阿賀野市、新発田市、五泉市、新潟市全域
【職名・資格】	<p>公益社団法人日本3B体操協会公認指導者 公益財団法人健康・体力づくり事業財団認定健康運動実践指導者</p>	<p>【過去の講演・実技等のテーマ】</p> <p>市内幼稚園より:親子体操の依頼、市内自治会より:高齢者対象の依頼 阿賀野市女性学級「さわらび学級」等より事業の依頼 子育て自主サークル「いちごクラブ」より依頼</p>
【活動条件】		
○報酬:	参加人数等、応相談	
○曜日・時間:	ご連絡をいただいた上で応相談	
○その他:	〈現在〉水原総合体育館、ふれあい会館にて指導（高齢者、ジュニア） 新潟市東区、中央区、西区にて指導（子育て支援センター）	

フリガナ	カトウ ヒロコ	【活動できる地域】
氏名	加藤 博子	阿賀野市、新潟市北区
フリガナ	ヤサシイタイキョクケン・ヨウキカイ	【過去の講演・実技等のテーマ】
筆名・雅号	やさしい太極拳・養奇会	水原中学校にて実技、講演 山の下小学校PTAで1か月、週1の演習指導。 阿賀野市健康推進課招致、水原小学校のワクワク水小
【職名・資格】	楊名時太極拳養心会師範(2007.11.4~)	
【活動条件】		
○報酬：	あり	
○曜日・時間：	金曜日 10:30~12:00	
○その他：	私は現在、障がい者的デメリットを抱えてしまった中での活動ではありますが、高齢化が進む昨今、一人でも要介護者を減らして誰でも楽しんでできるやさしい太極拳、ストレッチで集う楽しみ、体を動かし健康寿命を少しでも延ばす環境作りを続けたいと思っております。	

フリガナ	コヒヤマ ヒサエ	【活動できる地域】
氏名	小樋山 ヒサエ	阿賀野市、五泉市
【職名・資格】	公益社団法人3B体操協会公認指導士	【過去の講演・実技等のテーマ】
		水原公民館3B体操 阿賀野市保田 五泉市さくらんど会館 村松公民館 五泉福祉会館 阿賀町社会福祉協議会 五泉市高齢福祉課依頼親野間サロン
【活動条件】		
○報酬：	3,000~5,000円	
○曜日・時間：	都合がつけばいつでも	
○その他：	3B体操は3つの用具を使って、音楽に合わせて心身ともに健康な日常生活が送れるように年齢性別に関係なく誰にでも楽しんでいただける健康体操です。	

フリガナ	サカヅメ ヨウコ	【活動できる地域】
氏名	坂詰 陽子	阿賀野市、五泉市、新潟市(江南区、秋葉区)
【職名・資格】	管理美容師 山野流奥伝着装講師 レイキヒーリングマスター 2022ミセスオブザイヤージャパンファイナリスト	【過去の講演・実技等のテーマ】 コーヒーの味変え実験
【活動条件】		
○報酬： 手芸材料費		
○曜日・時間： 火曜日、平日夜（他相談）		
○その他：		
<ul style="list-style-type: none"> ・ フラーレン作り ・ 肩こり緩和、膝の痛み、リフトアップなど自分で出来る簡単マッサージと呼吸法 ・ 簡単アクセサリー作り ・ 大自然の法則、感情を感じるメソッド（マインドを整える） 		

フリガナ	シモツマ チカコ	【活動できる地域】
氏名	下間 千加子	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市（北区、東区、江南区）
フリガナ	ドットシャルムグループ	【過去の講演・実技等のテーマ】
筆名・雅号	ドットシャルムグループ	健康と姿勢 中高年の健康づくり ママの健康と子育て 睡眠と健康 ママのための美容講座その他 ママのための骨盤エクササイズ 関節痛予防体操 ビューティースクール 親子姿勢塾他
【職名・資格】 保健師、看護師、養護教諭、カイロプラクター、認定子育てハッピーアドバイザー、日本エステティック協会認定エステティシャン		
【活動条件】		
○報酬： 応相談		
○曜日・時間： 応相談		
○その他： 健康づくり・体力づくり全般（子どもから高齢者まで）		

フリガナ	スナガ タカオ	【活動できる地域】
氏名	須永 隆夫	阿賀野市、新発田市、五泉市、新潟市全域
【職名・資格】	木戸クリニック所長、医師	【過去の講演・実技等のテーマ】 生活習慣病への対応ー風邪、腰痛からがんまで、生活習慣の変容の勧めー 操体法
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 水曜日の14:00~16:00、第1、第2土曜日の9:00~12:00		

フリガナ	トキ カズキ	【活動できる地域】
氏 名	土岐 一希	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】	スポーツクラブマネージャー 指導員	【過去の講演・実技等のテーマ】 「日本レクリエーション協会 全国大会2023講演」 「福島県レクリエーション協会 レクリエーションワーカー養成研修」その他多数
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 要相談		

フリガナ	ニシヤマ ワタル	【活動できる地域】
氏 名	西山 航	阿賀野市、新発田市、五泉市、新潟市全域
【職名・資格】	スポーツインストラクター、健康運動指導士	【過去の講演・実技等のテーマ】
【活動条件】		
○報酬： あり		
○曜日・時間： 要相談		

フリガナ	ホンマ ユカリ	【活動できる地域】
氏 名	本間 由香里	阿賀野市、五泉市、新潟市(江南区、秋葉区)
【職名・資格】	レインボー健康体操インストラクター 笑いヨガリーダー	【過去の講演・実技等のテーマ】 阿賀野市元気長生き応援隊 自治会など NPO法人阿賀野市総合型クラブ けんこつ体操 週2 やすだフィットネスクラブ 週1
【活動条件】		
○報酬： あり (5,000円くらい)		
○曜日・時間： 要相談		
○その他： 指導料、開催日時などはお気軽にお問い合わせください。		

フリガナ	ムラヤマ アキコ	【活動できる地域】
氏名	村山 昭子	阿賀野市、新発田市、五泉市、胎内市、燕市、三条市、新潟市全域
【職名・資格】	笑いヨガティーチャー シナプソロジーインストラクター バランスコーディネーター	【過去の講演・実技等のテーマ】 笑ってウキウキ笑いヨガ:楽しく脳を活性化! 笑いヨガ:1人から数人で出来る脳の体操(シナプソロジー)
【活動条件】		
○報酬: 話し合いによって		
○曜日・時間: 話し合いによって		
○その他: シナプソロジーは脳を活性化する体操。高齢者に喜ばれています。バランスコーディネーションは簡単なストレッチ、筋トレで、日常生活を楽に過ごせるようになる体操です。		

フリガナ	ヨシノ シズコ	【活動できる地域】
氏名	吉野 静子	阿賀野市、新潟市江南区
【職名・資格】	スポーツインストラクター 全米ヨガアライアンス認定インストラクターERYT500 NYI人手プラナサージプラクティショナー ラジオ体操指導員	【過去の講演・実技等のテーマ】 市元気長生き応援隊として 市内各所でシャキ!いき!健康法・ラジオ体操・ヨガ等を指導 市障がい者基幹相談支援センターの「若者交流スペースきやすさ」でヨガを指導 阿賀町「メタボ予防教室」で運動指導(ラジオ体操・シャキ!いき!健康法・エアロビ等) シャキ!いき!健康法を含む運動指導(市内外のサークル) ヨガ指導(市内サークル等) 出湯温泉で「お寺でヨガ」、「温泉でヨガ」「森林浴ヨガ」等を指導し、地域づくりに協力 ラジオ体操指導(市内自治会・企業等)
【活動条件】		
○報酬: あり		
○曜日・時間: 要相談		