

活動分野 2 健康・スポーツ

土浦市人材バンク登録者名簿

①指導活動内容 ②今までの活動経歴や資格等 ③自己PR・メッセージ

登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象	指導可能日時																				
				曜日							時間帯													
201	土浦杖道会・健杖会 統括会長 清水 勝政	「杖道」でたのしく一生動ける 体作りをしましょう	だ れ で も							月	火	水	木	金		日	午 前	午 後	夜 間					
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数	教材費																				
70才代	029-801-2170 090-6930-8562 plane1949217ksks69@yahoo.co.jp	市内全域	2人～30人	無料(道具はこちら で用意します)																				
① 制定形杖道、単独12本、相対動作12本を学び、心と体を整えて、いつまでも楽しく動ける体を作っていきます。																								
② 茨城県剣道連盟杖道部会元理事 土浦杖道会(会場:土浦三中武道館/活動日:火曜・金曜19時から)、健杖会(会場:土浦市立武道館/活動日: 水曜9時半から)で、会員43名(男女)で活動しています。																								
③ 宮本武蔵と戦い引き分けた夢想権之助を開祖とする「神道夢想流杖術」を、全国剣道連盟杖道部会にて現代武 道にした「制定形杖道」で、健康な身体や健全な精神を会得します。また、会員相互間の親和をはかり、楽しく和 気あいあいと健康寿命を伸ばすことを目指しています。【ホームページ】 https://www.5hp-ez.com/hp/tjoudo/																								
登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象	指導可能日時																				
202	丸島 秀明	ノルディックウォーキング (二本の杖(ポール)を使い歩きます)	小 学 生	中 高 生	成 人						月	火	水	木	金	土	日	応 相 談	午 前	午 後	応 相 談			
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数	教材費																				
80才代	029-822-2263(電話・FAX) 080-1204-8794 marushima1943@gmail.com	市内全域	20人～30人	500円 (レンタルポール代・ 資料代等)																				
① スキーのストックを改良した二本のポールを持ち歩きます。正しい歩行を基に、ポールの扱いを身につけ、メタボ・ ロコモ・フレイル・認知症予防及び転倒防止につなげます。																								
② 社会福祉協議会・市内公民館・東京都障害者スポーツセンター他市町村での指導。元高校教師。NPOノルディッ クフィットネス協会公認アドバンスインストラクター。(財)日本スポーツ協会公認指導員。																								
③ スキー歴60年、マラソン歴15年。両膝を痛めたのを機にノルディックウォーキングに転向、指導員資格を取得。 普及活動15年。NPOスポーツ健康倶楽部の活動種目として、毎週水曜日、霞ヶ浦総合公園で教室を開催してい ます。																								
登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象	指導可能日時																				
203	萩谷 京子 アートスタジオ	初めてのバレエ&ダンス	幼 児	小 学 生	中 高 生	成 人	親 子						月	火	水	木	金	土	日	応 相 談	午 前	午 後	夜 間	応 相 談
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数	教材費																				
60才代	artstudio.1972@gmail.com	市内全域	5人～10人	施設使用料金																				
① 現在2歳から70代まで、世代に合うレッスンで楽しみながら感性と運動能力を向上させる活動を致しております。																								
②																								
③																								

土浦市人材バンク登録者名簿

①指導活動内容 ②これまでの活動経歴や資格等 ③自己PR・メッセージ

[illegible]

活動分野 2 健康・スポーツ

土浦市人材バンク登録者名簿

①指導活動内容 ②今までの活動経歴や資格等 ③自己PR・メッセージ

登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象		指導可能日時															
					曜日							時間帯								
207	吉野信代 土浦フラスタジオ	フラダンス	だれでも							月	火	水	木	金	土	日				応相談
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数		教材費															
40才代	090-2312-2784 tsuchiura.hula@gmail.com	市内全域	2人～10人		300円															
① ストレッチをし、足のみのステップからハワイアンソングの曲に合わせて踊ります。																				
② つくば市を中心に各方面にて、イベントやショーに出演しています。																				
③ つくばみらい市、牛久市にスタジオを構えるフラダンス教室のインストラクターです。土浦市では、モール505「スタジオバックスピン」にて指導しています。地元である土浦市で、大好きなフラダンスの楽しさを伝えたいと思っています。【Instagram】 https://www.instagram.com/tsuchiura_hula																				
登録番号	氏名・団体名	タイトル・テーマ	指導可能対象		指導可能日時															
					曜日							時間帯								
208	飯嶋理恵	心とカラダを心地よくつなげることの習慣			中高生	成人	シニア	親子	月	火	水	木	金	土	日				応相談	応相談
講師年齢	連絡先	活動区域	指導可能人数		教材費															
40才代	mywork.rie5428@gmail.com	市内全域	5人～15人		無料															
① 運動は必要ですが、間違った運動でカラダを痛めていませんか？バランスコンディショニングで、安全に関節を守りながら、健康な身体作りを目指しましょう！ヨガ・ピラティスは高齢者の方でも安心安全に運動ができます。																				
② バランスコンディショニングヨガ、ピラティスのインストラクターとして、スポーツクラブでのレッスン指導、また、コミュニティセンターでのレッスン指導をしています。																				
③ 自分のご機嫌は自分でとろう！カラダをメンテナンスする場所を持つておく。また、メンテナンスする方法を知っておく。「心とカラダを心地よくつなげることの習慣」は、年齢に関係なく大切なことです。																				