

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	北川 進
内容	2本のポールを持って歩く「ノルディックウォーキング」「ポールウォーキング」指導
登録公民館	中央公民館
活動可能地域	中央公民館区域 隣接区域 市内全域 主な区域は旭南・旭北・豊田
資格等	日本ノルディックウォーキング協会公認上級インストラクター、 日本ポールウォーキング協会アドバンスコーチ
PR メッセージ	現在、「ノルディックウォーキングクラブ湘南 HIRATSUKA」として平塚総合公園、県立花菜ガーデンを中心にウォーキングを行っております。参加は自由なのでぜひ参加してみてください！特に足、膝、腰に痛みのある方は「ポールウォーキング」がおすすめです。

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	非公開 登録公民館へお問い合わせください。
内容	ファミリーバドミントン競技を会員協力のもと、楽しみます
登録公民館	神田公民館
活動可能地域	神田公民館区域
資格等	
PR メッセージ	ファミリーバドミントン競技を通じて、健康とコミュニケーションを目的とした高齢者の多い団体です。興味のある方は、神田公民館まで

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	湘南フレンド平塚
内容	スポーツ吹き矢の指導及び体験会等の開催
登録公民館	城島公民館
活動可能地域	城島公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	日本スポーツウエルネス吹き矢協会公認指導員及び吹き矢支部長資格
PR メッセージ	

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	沖 隆房
内容	コミュニケーションを円滑にする技法を教える「傾聴講座」、野球指導全般、色彩心理の効果を取り入れ「集中力」「コミュニケーション力」「想像力」等生きる力を育てる色育講座、色彩心理をベースに心理状態を把握するカラーセラピー
登録公民館	金田公民館
活動可能地域	金田公民館区域、隣接区域、市内全域
資格等	日本軟式野球連盟指導員、日本体育協会ジュニアシニアスポーツ指導員
PR メッセージ	興味のある方は神田公民館へ見学に来てください。

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	非公開 登録公民館へお問い合わせください。
内容	ハーモニカ演奏音楽とともに昭和の歴史を振り返る
登録公民館	旭北公民館
活動可能地域	旭北公民館区域、隣接区域、市内全域
資格等	監督者研修指導者
PR メッセージ	音楽の合間に文化、スポーツ等の時事話題を取り上げたい。

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	佐久間 友理
内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・大人向けのヨガ</li> <li>・キッズヨガ（子ども向けヨガ）</li> <li>・親子ヨガ（親子向けヨガ）</li> </ul>
登録公民館	中原公民館
活動可能地域	中原公民館区域
資格等	<p>大人向けヨガ・・・定期開催  親子ヨガ・・・中原公民館家庭教育学級  キッズヨガ・・・ひばり幼稚園にて不定期開催  R Y T 200、キッズヨガ講師、保育士資格、幼稚園教諭二種免許</p>
PR メッセージ	<p>ヨガ初心者の方から経験者まで、幅広くヨガをお伝えしています。お伝えしている年齢は幼児から、上は87歳の方までおり、年齢やご自身のレベルに合わせて指導させていただきます。年齢や経験を言い訳にせず、一緒にヨガをして、心身健康に楽しみましょう！</p>

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	柏木 朝子
内容	フィットネスダンス、ZUMBA のレッスン提供、指導
登録公民館	花水公民館
活動可能地域	花水公民館区域、隣接区域、市内全域、なぎさふれあいセンター
資格等	AFAA CPR、ZIN US
PR メッセージ	

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	神奈川県姿勢調整師会
内容	正しい姿勢のお話（不良姿勢と肩こりとの関係）・安心・安全な臨床家（徒手療法士）の育成
登録公民館	大神公民館
活動可能地域	大神公民館区域、市内全域
資格等	姿勢調整師（テクニカルアドバイザー）、徒手療法士、日本健康マスターエキスパート
PR メッセージ	あなたの長引く体調不良は悪い姿勢が原因かもしれません！？不良姿勢が身体に及ぼす影響を分かり易くお話します。例えば慢性的頭痛～どうして頭痛が不良姿勢と関係しているのか？不良姿勢と頭痛の根本的な原因を化学的な観点から説明をします。また、腰痛や肩こりのひとがなぜ多いのか？腰痛人口はもはや500万人？腰痛や肩こりは病気ではないという視点で語ります。

サポート分野	スポーツ・アウトドア
氏名・団体名	横山 大輔
内容	足・健康についての講演
登録公民館	崇善公民館
活動可能地域	市内全域
資格等	柔道整復師、柔道整復師専科教員研修終了
PR メッセージ	人間が、唯一地面に接する部分が足です。足の裏の形状で人間が地面から受ける外力が変わります。スポーツで繰り返す怪我、外反母趾、タコ、魚の目、靴が合わなくてお困りの方、偏平足、開張足について学んでみてください。