越谷市生涯学習リーダーバンク

令和8年3月発行

生涯学習の講師・指導者紹介



越谷市教育委員会

は　じ　め　に

社会環境が大きく変化する中、市民一人ひとりが様々な分野でいきいきと活躍していくため、常に新たな知識や技能、考え方を身に付け、自分自身を成長させていくこと、生活を実りあるものとするため、生涯にわたって学習に取り組むことが大切とされております。

こうした中、ますます多様化・高度化する学習ニーズへの的確な対応や、ライフステージ・ライフスタイルに対応した多様な学習機会の充実と豊かな学習環境づくり、学習活動を通じて身に付けた知識や技術を社会や地域のまちづくりに生かす、循環型生涯学習の推進が求められています。

本市では、「越谷市教育振興基本計画」に基づき、計画の基本理念である生涯学習社会を実現するため、市民一人ひとりが自分らしく、いきいきとした生活を送り、学び続けることができるよう、学習環境の充実に努めております。

この「生涯学習リーダーバンク」は、生涯学習の講師や指導者を掲載する冊子として平成５年度からスタートしましたが、このたび、関係皆様にご協力いただき、改訂第１７版を作成しました。

市民の皆様の学習活動を支援する生涯学習情報誌として、幅広くご活用いただければ幸いでございます。

令和８年３月
越谷市教育委員会

ご利用にあたって

１　この冊子は、令和８年２月現在の情報に基づき、作成しております。
　○掲載者　　１３４名（令和８年２月２８日現在）
　　生涯学習リーダーバンク　　９８名（登録者１０１名中）
　　スポーツリーダーバンク　　３６名（登録者１２１名中）
　＊登録者のうち、掲載を希望された方を紹介しております。
　＊掲載されている情報は、連絡先を含めて変更されている場合があります。
２　指導を依頼する場合は、講師・指導者に直接ご連絡ください。
　＊連絡先が掲載されていない講師・指導者については、生涯学習課までご連絡ください。
　＊スポーツリーダーバンクにつきましては、スポーツ振興課までご連絡ください。
３　講師・指導者への謝礼やその他詳細については、講師・指導者と直接ご協議ください。
４　この冊子は、２年に一度改訂し、作成しております。
５　この冊子は、政治活動・宗教活動・営利を目的とした活動には利用できません。

＊多くの個人情報が掲載されておりますので、取り扱いには十分ご注意ください。

（問合せ）　越谷市教育委員会教育総務部生涯学習課
TEL 048-963-9283／FAX 048-965-5954
越谷市教育委員会教育総務部スポーツ振興課※
TEL 048-963-9284／FAX 048-965-5954
※令和８年４月からは越谷市市民協働部スポーツ振興課に変わります

目　　次

教育　3

●教育　3
- 子育て・家庭教育　3
- 乳幼児教育　3
- 教育全般　3
- 人権教育　4
- 説話　4

語学・国際理解　5

●語学・国際理解　5
- 英語　5
- 韓国語　5
- 中国語　5

産業・技術　6

●コンピューター　6
- コンピューター　6
- 情報・AI　6

●商業・経営　6
- 商業・経営　6
- コミュニケーション・人材育成　6

芸術・文化　7

●音楽・芸能　7
- ピアノ・歌唱　7
- フルート　7
- オカリナ　7
- オルゴール　8
- カリンバ　8
- ハンマーダルシマー　8
- プサルタリー　8
- 演劇　8
- フラダンス　9
- 箏曲　9
- 詩吟　9
- 落語　9
- 日本舞踊　9

●茶華道　10
- 茶道　10
- 華道　10

●書道　10
- 書道　10

●絵画・写真　11
- 似顔絵　11
- パステルアート　11
- 写真・画像・映像　11

●工芸・工作　11
- ねんど人形　11
- 藤工芸　12
- カラーサンドアート　12
- フラワーデザイン　12
- フラワーアレンジメント　12
- 水引細工　12
- 折り紙　12
- 手芸　12
- スクラップブッキング　13

家庭生活・趣味・娯楽　14

●家庭生活　14
- 衣生活（着付け）　14
- 食生活　14
- 料理　14
- 住生活　14
- 終活　15

●趣味　15
- アロマテラピー　15
- コーヒー　15
- ワイン　15
- 麻雀　15

●娯楽　16
- マジック　16

人文・社会科学・自然科学　17

●人文　17
- 漢文・古文・文学　17

●社会科学　17
- 社会問題・労働　17
- 歴史・郷土史　17

スポーツ・レクリエーション　18

●スポーツ　18
- ピラティス　18
- ヨーガ　18
- スポーツ吹矢　18
- 自彊術　18

●レクリエーション　19
- ダンス　19
- フォークダンス　19
- ダンス・ムーブメント　19
- 健康体操　19
- 認知症予防・改善　19

人名索引（５０音順）　20

スポーツリーダーバンク　22

＜掲載内容について＞

「活動内容」は、それぞれの講師・指導者が対応可能な内容について、以下の分類で記載しています。

- ・講演・研修：講演会や研修等の講師
- ・講座・教室：講座や教室等の講師
- ・実演・上演：パフォーマンス等の実演・上演
- ・各種技術指導／技術指導(内容)：技術指導(イベント・教室／クラブ・サークル活動／お稽古事)
- ・活動支援・アドバイス：活動支援・アドバイス等ができる

教育

●教育

子育て・家庭教育

荻野(おぎの) 裕佳里(ゆかり)（女性・昭36）

子育て、家庭教育、子どものネットリテラシー、親子遊びなど、わかりやすく、楽しい講座を行っています。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／活動支援・アドバイス等
◆資格等：埼玉県家庭教育アドバイザー、埼玉県男女共同参画アドバイザー、埼玉県ネットアドバイザー、埼玉県家庭学習支援アドバイザー

常盤(ときわ) 由枝(よしえ)（女性）

子どもに学ぶ家庭教育。親が変われば子どもが変わるという教育理念に基づき、日常生活で実践できる具体的な内容を指導します。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師
◆連絡先：03-3381-0705
y.tokiwa@kateikyoiku.jp
◆資格等：家庭教育師、カウンセラー2級

水原(みずはら) 三香(みか)（女性・昭42）

子どもに学ぶ家庭教育、親が変われば子どもが変わるという教育原理に基づき、日常生活で実践できる具体的な内容をお伝えします。
◆対象：青年～高齢者
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／相談
◆連絡先： tonchinkanmika@gmail.com

渡邊(わたなべ) 雅子(まさこ)（女性）

子どもに学ぶ家庭教育、親が変われば子どもが変わるという教育原理に基づき、子どもの成長発達や実践対応を具体的に伝えます。
◆対象：少年～高齢者／団体
◆活動内容：講演・研修の講師
◆資格等：教員免許（中学校英語2級）

乳幼児教育

藤掛(ふじかけ) 享子(きょうこ)（女性・昭53）

ベビーマッサージや離乳食など赤ちゃんとの生活がより楽しくなるお手伝いをさせていただきます。
◆対象：乳児～幼児
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）
◆連絡先：kyoko33.fz@gmail.com
◆資格等：看護師免許、(一社)乳幼児子育てサポート協会認定ベビーマッサージ講師

青少年教育

櫻井(さくらい) 豊明(とよあき)（男性・昭21）

何事もないような中学校生活。学習、部活、友人、恋、・・・　多感な時期をどのように見ていけばいいのか。多くの生徒を見てきた経験からお話します。
◆対象：少年～成人
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師
◆連絡先：048-987-2905
◆資格等：教員免許（小・中・高）

教育全般

大澤(おおさわ) 茂(しげる)（男性）

家庭教育、学校教育（幼・小・中・高・大）、生涯教育の実務経験をもとに丁寧に、要望に応じて指導いたします。特に、義務教育、高等教育、社会活動等
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室の講師／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：oswsgr@gmail.com
◆資格等：小・中・高等学校教員専修免許、学校教諭（小学校、台北日本人学校）、市町村教育委員会勤務（指導主事6年、学校教育課長4年）、埼玉県立大学（講師2年）、明星大学院（情報教育学）、英国の大学院UCL.IOE(比較教育学)、ダイナミックビジネスカレッジ(日本語指導講師3年）、浦和大学（司書教諭資格講座講師7年）



大橋(おおはし) 愛美(まなみ)（女性・平01）

大学生向けに就職をテーマとした講座や相談会を行っています。「成人式を過ぎたら、履歴書に書けるボランティアやアルバイトをしてみませんか？」など
◆対象：青年
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：manachan19890610-kimono@yahoo.co.jp

角本(かくもと) 陽一(よういち)（男性）

著書をもとに、科学的根拠を元にした生き方人生をわかりやすく事例をあげながら解説講演。（人類生き残りが目的）
◆対象：青年～高齢者
◆活動内容：講演・研修の講師
◆連絡先：048-837-1077
◆資格等：生涯学習１級インストラクター、早寝早起き朝ごはん推進員

小泉(こいずみ) 智子(ともこ)（女性）

人間関係構築、コミュニケーションについて。特に家族関係。多様性を可視化することが得意です。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：up.mocomoco.up@gmail.com
◆資格等：認定ペアレンツコーチ、内閣府認証 NPO 法人マザーズコーチジャパン

人権教育

臼倉(うすくら) 登貴雄(ときお)（男性・昭23）

高齢者の人権と生きがい
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師
◆連絡先：090-8680-0151
tokio@usukura.com

奥村(おくむら) 裕子(ゆうこ)

私たちの隣に大勢の外国の方が住んでいます。どんな文化の人なのか、どうやって会話をすればいいのか、一緒に学んでみませんか。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／技術指導／活動支援・アドバイス等
◆資格等：登録日本語教員、日本語教育能力検定、全養協日本語教師検定
◆連絡先：okuchany1110@gmail.Com

櫻井(さくらい) 豊明(とよあき)（男性・昭21）

いろいろな人権問題を示して解説します。どうしたら差別がなくなるかを考えるきっかけをつくりたい。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：048-987-2905
◆資格等：教員免許（小・中・高）

根岸(ねぎし) 千怜(ちさと)（女性・昭61）

子どもの権利・こどもの意見表明について年齢に応じた方法でお伝えしていきます。ゲームやワークショップ、講習等、相談しながら決めていきます。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：himitukichi.oyako@gmail.com

◆関連情報等：
親子の学びサークルひみつきち
https://ameblo.jp/dans-le-lent-114/

説話

佐藤(さとう) 英雄(ひでお)（男性・昭08）

小学校に招かれ道徳他の教科指導として説話を行っている。中学生の体験学習に毎年依頼を受け当たっている。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導
◆連絡先：048-296-4539
◆資格等：教員免許（小学校）、健康・生きがいづくりアドバイザー



語学・国際理解

●語学・国際理解

英語

徳地 玲子（女性・昭29）

英会話から受験英語まで、2年間の米国生活と元高校英語講師の経験を生かしてご指導します。どのようなレベルの方も歓迎します。

◆対象：どなたでも

◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師

◆連絡先：048-978-5836
tokuchi.reiko@gmail.com

◆資格等：実用英語技能検定１級（優良賞受賞）、中学・高校教諭免許（英語）、TOEIC　L&R　960点、TOEIC　Speaking レベル8（最高レベル）、Writing レベル8

根岸 晃（男性）

中学校・高等学校英語科教諭として、長年教科指導に従事してきた経験をもとに、英語学習要領の習得を通して、学習における自立を目指します。

◆対象：少年～青年

◆活動内容：講座・教室等の講師／個別・集団指導

◆連絡先：
thatisthewaytogo2000@yahoo.co.jp

◆資格等：中学校教諭一種免許状（英語）、高等学校教諭一種免許状（英語）

韓国語

谷澤 恵介（男性）

韓流ブームに日韓政治対立。
私たちの近くて遠くにある韓国。
今こそ、あの国の言語と文化、人と社会について学びませんか？映像資料を使って話します。

◆対象：どなたでも

◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師

◆連絡先：080-9715-9822
z5000774@gmail.com

◆関連情報等：文教大学文学部コリア語講師、文教大学連携センター講師

中国語

徳山 素琴（女性）

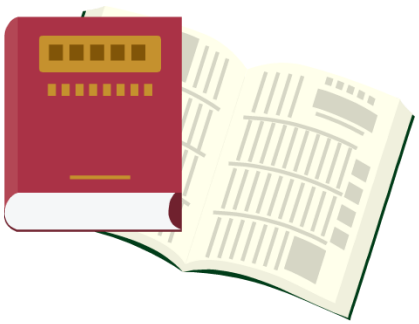
ことばは異文化との出会いの場です。通訳・通訳ガイドの経験から知ったことばの持つ面白さを聞いてみませんか？

◆対象：少年～高齢者／個人／団体

◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師

◆連絡先：　tokuyamahoboi@ktf.biglobe.ne.jp

◆資格等：通訳案内士



産業・技術

●コンピューター

コンピューター

齊藤 由美子（女性・昭39）

スマホ・パソコン初心者から資格取得までそれぞれのペースに合わせて幅広く対応させていただいています。購入相談、初期設定、データ移行も承ります。

◆対象：どなたでも

◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（クラブ・サークル活動等）／活動支援・アドバイス等

◆連絡先：048-971-7726

koshigayamahopc@gmail.com

◆関連情報等：

ホームページ

https://koshigayasumahopc.jimdofree.com/

インスタグラム

https://www.instagram.com/koshigaya_sumaho_pc/

情報・AI

臼倉 登貴雄（男性・昭23）

高齢者の情報生活支援

◆対象：どなたでも

◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／活動支援・アドバイス等

◆連絡先：090-8680-0151

tokio@usukura.com

◆資格等：デジタル庁デジタル推進委員

大橋 愛美（女性・平01）

公民館で活動する地域団体向けに、スマホアプリ「LINE」の有効活用方法を指導・サポートしています。

◆対象：青年～高齢者

◆活動内容：技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／活動支援・アドバイス等

◆連絡先：manachan19890610-kimono@yahoo.co.jp

小越 澄雄（男性・昭24）

AI・電子計算機・核融合発電・高校情報・気候変動等の自習資料を無料配布。講演依頼・資料配布依頼・質問等はメールにて。

◆対象：青年～高齢者

◆活動内容：講演・研修の講師

◆連絡先：suwaedgeai@gmail.com

◆資格等：博士（工学）

●商業・経営

商業・経営

西野 明（男性）

経営学総論を始めとして、簿記・実務等を基に業務コストのムダを図り、徹底してローコスト経営を目指す指導していきます。

◆対象：男性のみ／個人／小企業

◆活動内容：活動支援・アドバイス等

◆資格等：労務管理士、商学士

コミュニケーション・人材育成

伊藤 諒（男性・平05）

企業や組織でメンバーを動かす方向け。心理的安全性と関わり方を学び、メンバーの主体性を引き出すための講座です。

◆対象：成人

◆活動内容：講演・研修の講師

◆連絡先：048-919-2728

info@miraigoto.co.jp

◆資格等：JCC養成講座（認知科学コーチング）修了

芸術・文化

●音楽・芸能

ピアノ・歌唱

高橋(たかはし) 美佐(みさ)（女性）

ピアノ及びコーラスの指導、コーラスの伴奏、歌声サロンの開催、コンサートの開催(施設への慰問)、音楽講座の講師など、音楽全般。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：090-9345-3488
pianootogibako@gmail.com
◆関連情報等：武蔵野音楽大学卒業、教員免許(中高、音楽)、ヤマハ演奏・指導グレード5級、PSTA認定講師
ホームページ（ピアノ）
ホームページ（コーラス）

岡崎(おかざき) 直子(なおこ)（女性・昭44）

クラシック及びジャズのピアノ演奏会（ソロ・アンサンブル）
合唱伴奏　ピアノの個人指導　英語の歌を歌う
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：080-2274-9750
poroporo.04022007@gmail.com
◆関連情報等：ジュリアード音楽院大学ピアノ科卒業、マンハッタン音楽院大学ピアノ科修士修了
YouTube アカウント　@dorafatssis

林口(はやしぐち) 祐子(ゆうこ)（女性）

40年以上にわたりピアノ教室を主催しています。現在女声コーラスの教室も主催しています。保育士の方の指導も可能です。
◆対象：幼児／成人／高齢者／個人／団体
※女性のみ
◆活動内容：技術指導
◆連絡先：rira1955@gmail.com
◆資格等：中学高校音楽教員免許

内林(うちばやし) 順子(じゅんこ)（女性）

クラシック音楽を中心に、ピアノ実演と解説を組み合わせた講座。初心者から経験者まで楽しめます。
◆対象：成人／高齢者
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導
◆連絡先：junpia151215@yahoo.co.jp
◆関連情報等：桐朋学園大学院大学音楽研究科修士課程修了。一般社団法人全日本ピアノ指導者協会（ピティナ）正会員。ピティナ川口西ステーション代表。一般社団法人全日本ピアノ指導者協会(ピティナ)主催のピアノステップにおいて、企画・運営およびアドバイザーとして携わる。

フルート

小山(こやま) 純子(じゅんこ)（女性）

フルート演奏。お子さまから成人の方まで、ていねいに指導します。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：048-966-3110
fljunko1122@gmail.com
◆関連情報等：埼玉県立大宮光陵高等学校音楽科、武蔵野音楽大学音楽学部器楽学科卒業。教職免許状一種取得。フルート指導歴25年以上。各地で演奏活動を行う傍ら、フルート教室運営、越谷ジュニアユースオーケストラ代表、子どものための音楽活動支援団体 PORTA della MUSICA 代表を務める。
個人ホームページ
https://junkokoyama.jimdofree.com/

オカリナ

奏志朗(そーしろー)（男性・昭23）

楽器（オカリナ）演奏
◆対象：どなたでも
◆活動内容：実演・上演
◆連絡先：090-7824-9748
he60-kita3@docomo.ne.jp

オルゴール

C-comb.（女性）

手回しオルゴールの豆知識を交えながら、和気あいあいとコンサートを行います。自分で曲カードを作るワークショップも行っています。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／オルゴールコンサート
◆連絡先：090-6102-5208
minorinochie-mi3@ezweb.ne.jp
◆関連情報等：
インスタグラム @ccomb.2
YouTube シーコームチャンネル
Facebook
「C-comb.（シーコーム）」で検索

カリンバ

関 くみ（女性）

カリンバはアフリカの民族楽器でハンドオルゴールとも呼ばれます。教室では基本的な奏法から丁寧にレッスンしています。綺麗な音色を楽しみましょう。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：070-6672-2267
salonceleste38@gmail.com
◆関連情報等：NPO 法人おてがるカリンバ協会認定講師、NPO 法人リトミック研究センター上級指導資格、幼稚園・保育園指導資格
音楽教室ネコノテ
https://nekonote-2990piano.jimdofree.com/

ハンマーダルシマー

宮川 一江（女性）

ハンマーダルシマー演奏によるボランティア活動をします。ダルシマーを体験したい方はその旨お話しください。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：実演・上演
◆連絡先：dulcimerkazue@gmail.com
◆関連情報等：ハンマーダルシマー暦は約 10 年。生涯学習推進会や福祉協議会に所属し、中央市民会館、公民館、老人施設等で演奏活動をしている。

プサルタリー

能勢 希（女性・昭 48）

弓で弾く三角形の弦楽器「プサルタリー」（初心者から美しい音色を楽しめます）の演奏指導及び、ギターなどとの合奏指導。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：048-965-1991
nozominosems@outlook.jp
◆関連情報等：プサルタリー普及協会師範
能勢ギター教室ホームページ
http://www.nose-guitar-psaltery.com
プサルタリー普及協会 ホームページ
http://psaltery.music.coocan.jp/

演劇

たこ焼きまえかわ（男性・昭 31）

子供達にわかりやすい、楽しい演劇をおしえます。市内でもいろいろなところで訪問して実施しています。大きな声を出して自己表現しましょう。
◆対象：小学生・中学生、高齢者
◆活動内容：実演・上演／技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：090-2526-7415
toshi.maekawa6629@gmail.com

真波 茉央（女性）

声の演技を中心に、動きのある即興劇やシアターゲームで表現することの楽しさを伝えます。発声法から丁寧に指導します。
◆対象：少年～高齢者
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：090-4205-2069
manamict@yahoo.co.jp
◆関連情報等：現役の声優専門学校非常勤講師、及び都内声優プロダクション講師、15 年前から現在まで

フラダンス

今田（いまだ） トモ子（ともこ）（女性）

フラを通して「アロハの心」を伝えます。男女年齢問わず初心者より丁寧に指導
癒しの音楽と素敵なフラ仲間と共に身心の健康作りを！
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等／行事ボランティア
◆連絡先：hilinai509@gmail.com

箏曲

宮（みや） 雅楽登志（うたとし）（女性）

お箏を習ってみたいと思っている方に、やさしく親切に指導いたします。桜井地区センターの箏サークルさくら会でも指導しています。
◆対象：女性のみ
◆活動内容：技術指導
◆連絡先：048-975-9135
◆資格等：生田流正派邦楽会大師範

村上（むらかみ） 美智子（みちこ）（女性・昭18）

日本伝統文化である箏曲をわかりやすく、楽しく学べる様心がけて指導いたします。小学生から大人の方までいつでもどうぞ！
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導
◆連絡先：048-976-9967
◆資格等：山田流箏曲三絃教授

詩吟

西野（にしの） 明（あきら）（明風（めいふう））心風流（しんぷうりゅう）（男性）

漢詩、俳句に節をつけて吟詠する仕方、また、特徴をいかす節まわしをして吟ずること、力点を置きながら指導します。
◆対象：成人／高齢者／個人
※男性のみ
◆活動内容：活動支援・アドバイス等
◆資格等：吟道館本部認定第2791号許状段位

森（もり） 神瑩（しんえい）（男性・昭16）

お腹から元気よく声を出す（腹式呼吸）。仲間とは、仲良く楽しく吟じる。体から声を出して健康に
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導
◆連絡先：048-966-3464
◆資格等：詩吟神風流総元代範、詩吟神風流神瑩会会長

落語

道落亭（どうらくてい） かね平（へい）（男性・昭31）

落語の上演および基礎的な演じ方のレクチャー
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／実演・上演／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：090-8087-0790
kanehei0708@yahoo.co.jp
◆関連情報等：
YouTube チャンネル（越谷サンシティ落語研究会・越谷市演芸協会）
https://www.youtube.com/channel/UCQlMStoKZnP1N5idNkcCYdg

日本舞踊

進藤（しんどう） なつき（女性・昭58）

誰でも簡単！楽しく日本舞踊を踊りませんか？一から丁寧にご指導させて頂きます。
◆対象：幼児～高齢者
※女性のみ
◆活動内容：講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：080445255552@gmail.com
◆関連情報等：
ホームページ
https://seminonukegara.naraigoto.net

Facebook
https://www.facebook.com/seminonukegara

日舞（にちぶ） 倶楽部（くらぶ）（女性・昭49）

日本舞踊に少しでもご興味お持ちでしたら「藤娘」や「手習子」の最初だけでも踊ってみませんか？他のご要望にも対応致します。お気軽にご相談下さい。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等／その他、ご相談に応じます。

◆連絡先：tukuju000@gmail.com
◆関連情報等：日本舞踊協会新春舞踊大会出場経験有

●茶華道

茶道

福岡(ふくおか) あゆみ（女性・昭47）

抹茶を点てて味わいながら、茶道の基本に親しみます。初心者の方も安心して参加できるよう、わかりやすく丁寧に指導いたします。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：f.ayumiayu@gmail.com
◆資格等：表千家講師

山下(やました) 宗志(そうし)（女性）

伝統文化である茶道に親しんでもらい、楽しくお稽古を指導します。年代、年令を問いません。外でのお稽古も可能です。（外は出稽古）椅子の稽古は要相談。
◆対象：女性のみ
◆活動内容：技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：048-965-0173
◆資格等：茶道裏千家・正教授



華道

川合(かわい) 志津枝(しづえ)

初心者から上級者迄、自由花・生花・立花を指導。伝統文化子供教室学校華道を指導中。何才からでも学べる華道。始めてみませんか？花との語らいを！！
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導
◆連絡先：048-964-0119
seisyo.kawai@hotmail.co.jp
◆資格等：華道家元池坊総華督、茶道裏千家免許（茶名：宗志）、華道家元池坊東京花光会支部長

斉藤(さいとう) 一詔(いっしょう)（女性・昭17）

季節の花々を楽しくいけます。希望者は許状申請も出来ます。保護者同伴でもよいですよ。お待ちしております。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導
◆連絡先：048-976-7957
nori-lily65@ezweb.ne.jp
◆資格等：小原流一級家元教授、フラワーアレンジメント講師、栄養士、小原流名誉会員、埼玉県いけばな連合会理事

堀切(ほりきり) 寛子(ひろこ)（女性・昭23）

いけばな小原流のカリキュラムにそって基礎から応用まで丁寧に、わかりやすく指導いたします。必要であれば許状申請できます。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：048-966-7291
24hiroko45@gmail.com
◆資格等：いけばな小原流専門教授

●書道

書道

岡部(おかべ) 璃音(りおん)（女性・平02）

書道全般（漢字・仮名・近代詩・実用・硬筆）の指導が可。初心者から上級者、幼稚園児からご年配の対応可。英語での会話も可。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室の講師／実演・上演／イベント・教室等での技術指導／クラブ・サークル等での技術指導／お稽古事等での技術指導／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：bs.rion5@gmail.com
◆関連情報等：教育部教師免許証、一般部教師免許証、漢字（十段）、仮名（十段）、近代詩（十段）、実用書体（十段）、硬筆（十段）



ホームページ　ブログ

インスタグラム

平賀 正仁（翠渓）（男性・昭28）

書道全般。幼児から一般迄。毛筆、硬筆共基礎から実用書道と古典臨書から発展した創作作品迄楽しんで頂ける様丁寧に指導します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：048-979-0681
◆関連情報等：高校・中学国語書道教員免許、日本書作院臨池会師範、読売書法会幹事
ホームページ
「平賀翠渓　書道研究会　翠雲会」で検索

●絵画・写真

似顔絵

安部 義美（男性・昭25）

興味のある方ならどなたでもOK！コツを覚えることでご家族や有名人がどんどん描けるようになります。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導
◆連絡先：080-1140-8709

パステルアート

宇田川 美奈（女性・昭45）

赤、黄、青の三色のパステルを使って、絵を描くことを楽しみます。描くこと自体をリラックスしながら楽しみます。誰にでも描けるレシピを使います。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：090-5301-4452
◆資格等：3色パステルアートインストラクター、教員免許（幼稚園、小学校）、保育士

原 からか

「私にこんなに可愛い絵が描けるなんて…！」型紙があるから大丈夫。手ぶら参加で季節感のある作品を作れます。ベテラン講師が分かりやすく教えます。

◆対象：少年～高齢者
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）
◆連絡先： 050-6882-8379
9696yubisaki@gmail.com
◆関連情報等：
インスタグラム
https://www.instagram.com/hara_karaka



写真・画像・映像

山崎 弘英（男・昭28）

写真をよき友として５０年長年親しんできましたフィルム～デジタルまでパソコンを駆使して作品作り（フォトショップ）初歩から楽しく学べます。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：090-1691-5053
yamazaki_ksigaya@yahoo.co.jp



●工芸・工作

ねんど人形

香山 誠司

ねんど人形を一緒に製作することにより親子や仲間との絆を深めます。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導

藤工芸

渡辺(わたなべ) 美津江(みつえ)（女性・昭22）

小さなかごから藤家具インテリアなど、家庭で身近に役に立つ藤作品の作成を初歩から指導します。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導
◆連絡先：048-966-5238
◆資格等：日本藤工芸協会講師

カラーサンドアート

ククイカンパニー（女性・昭55）

カラフルな砂を使って、思いのままにカラーサンドの層を作る体験で、世界に一つのインテリアアートを作りましょう！
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（イベント・教室等）
◆連絡先：090-2317-0470
champ18jp@yahoo.co.jp
◆資格等:Tiara認定校　サンドアートインストラクター

フラワーデザイン

堀切(ほりきり) 寛子(ひろこ)（女性・昭23）

結婚式やパーティー等のコサージュやブーケ、お部屋を飾るアレンジメント等楽しんでみませんか。丁寧に指導致します。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：048-966-7291
24hiroko45@gmail.com
◆資格等：一級フラワー装飾技能士、職業訓練指導員（フラワー装飾科）、一級フラワーデザイナー名誉本部講師試験審査員

フラワーアレンジメント

山内(やまうち) 邦枝(くにえ)（女性・昭52）

プリザーブドフラワー、ドライフラワー、アーティフィシャルフラワー（造花）、フレッシュフラワー（生花）を使用したアレンジメントレッスン。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：090-8497-4700
mainichiohana@yahoo.co.jp
◆関連情報等:国際フラワーアレンジメント協会フラワーコーディネーター、華道家元池坊いけ花教授
ホームページ
https://www.fiorevita.jp/

水引細工

菊川(きくかわ) 未央(みお)（女性・昭47）

水引の結びには「縁結び」など、さまざまな意味が込められています。日本の伝統文化である水引を使い、日常でも使えるアクセサリーや小物づくりを行います。基本の結びを学びながら、水引の魅力を気軽に体験していただけます。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先:mio.isa.sho.0912@gmail.com
◆関連情報等:Instagramにて水引作品や講座の活動を紹介しています。
Instagram:@en_musubi_jp



折り紙

菅谷(すがや) 健一(けんいち)（男性・昭49）

感動するような立体的な折り紙を会話を楽しみながら、丁寧に指導します。
◆対象：少年～高齢者
◆活動内容：講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：090-9675-1446
suga-gozira01@ezweb.ne.jp

手芸

河合(かわい) 知里(ちさと)（女性・昭53）

棒編み、かぎ編みどちらでも、左ききの方でも、初心者の方や編み物が久しぶりの方にご自身のペースに合わせて、ゆっくり丁寧にお教えします。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：080-3015-5715
pastel.taika@gmail.com

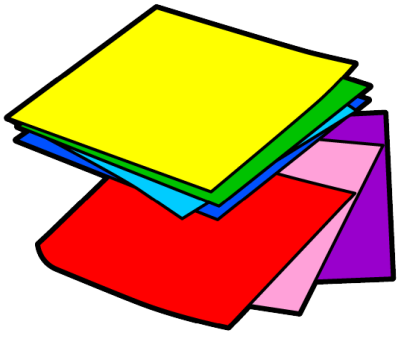
山口 奈保子（女性）

季節を感じる作品づくりを心がけています。バッグやポーチ、タペストリーなどを楽しく作ります。
◆対象：成人
※女性のみ
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：nahokoyamaguchi188@gmail.com
◆資格等：（公財）日本手芸普及協会パッチワーク講師指導員

スクラップブッキング

河合 朋子（女性・昭49）

お子さんや家族、ペットの写真をかわいくデコレーションする講座を開催しています。スマホの中の写真をお部屋に素敵に飾りましょう。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：memory.ko.bo@gmail.com
◆資格等：ISA スクラップブッキングインストラクター



家庭生活・趣味・娯楽

●家庭生活

衣生活（着付け）

大橋（おおはし） 愛美（まなみ）（女性・平01）

浴衣･着物の着付け全般。たたみ方、お持ちの着物の診断、着物の格や用途など TPO 講座可。着物での歩き方･お手洗い\練習まで幅広く教えます。

◆対象：青年～高齢者
※女性のみ
◆活動内容：講演･研修の講師／講座･教室等の講師／実演･上演／技術指導（イベント･教室等）／技術指導（クラブ･サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援･アドバイス等／各種和装支度、全国出張可（要相談）
◆連絡先： manachan19890610-kimono@yahoo.co.jp
◆関連情報等：ハクビ京都きもの学院準師範、着物すずのき着物アドバイザー

福岡（ふくおか） あゆみ（女性・昭47）

ご自宅にある着物や小物を使用し、昔ながらの紐３本で(特殊な器具は使わずに)着られるように指導いたします。

◆対象：幼児～高齢者／外国人
◆活動内容：技術指導（クラブ･サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）
◆連絡先等：f.ayumiayu@gmail.com
◆資格等：白菊きもの着付研究会師範

食生活

住田（すみた） 俊（しゅん）（男性・昭22）

「食と栄養」で健康づくりについて、関連した歴史や理論を47年間文教大学で教育・研究を行った経験を生かしわかりやすく講義します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演･研修の講師／講座・教室等の講師
◆連絡先：kanekoodiya@gmail.com
◆資格等：管理栄養士、博士(医学)

料理

佐藤（さとう） 妙公（たえこう）（女性・昭30）

家庭で作れる添加物の入っていない、安全でおいしいパンの作り方を指導します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座･教室等の講師／実演・上演／技術指導
◆連絡先：048-986-5421
◆資格等：パン認定講師

佐藤（さとう） 妙公（たえこう）（女性・昭30）

家庭で作れるおいしいケーキを、スポンジの焼き方等、基礎から指導します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座･教室等の講師／技術指導
◆連絡先：048-986-5421
◆資格等：ケーキ講師

佐藤（さとう） 妙公（たえこう）（女性・昭30）

家庭で作れる料理を、野菜の切り方等、やさしく指導します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座･教室等の講師／技術指導
◆連絡先：048-986-5421
◆資格等：クッキング講師

住生活

寺尾（てらお） 江里子（えりこ）（女性）

一般家庭･小規模オフィスなど、効率よく快適に改善したい方へ正しい整理収納方法についてお伝えしています。講座、セミナーなど対応可能です。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演･研修の講師／講座･教室等の講師／活動支援･アドバイス等
◆連絡先：info@tidearoom.com
◆関連情報等：整理収納アカデミアマスター、整理収納アドバイザー１級、整理収納アドバイザー2 級認定講師、ScanSnap デジタル収納パートナー、突っ張り棒マスター、オフィス環境診断士１級
ホームページ
https://tidearoom.com

終活

秋葉(あきば) あきこ（女性）

物・心・思考を整え、自分軸で生きる力を育む。整理収納・生前整理・シニア起業等を通じ、自分らしい暮らし方・生き方をお伝えしています。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：akplanning23@gmail.com
◆資格等：整理収納アドバイザー1級、生前整理アドバイザー2級、介護サービス2級、中学校高等学校教員免許

河合(かわい) 朋子(ともこ)（女性・昭49）

物や心の整理をしながら自分らしく生きるための「生き活」講座や、エンディングノートの書き方セミナーを開催しています。
◆対象：成人／高齢者
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：memory.ko.bo@gmail.com
◆資格等：生前整理アドバイザー2級認定指導員

●趣味

アロマテラピー

新垣(あらかき) 静香(しずか)（女性）

アロマテラピー全般。初心者から上級者のスキルアップまで、座学実技どちらも丁寧にお教えします。
◆対象：成人／高齢者
※女性のみ
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先等 070-6976-3722
aromacaon2013@gmail.com
◆関連情報等：日本アロマ環境協会認定アロマセラピスト、アロマテラピーインストラクター、アロマブレンドデザイナー、yuica認定日本産精油アドバイザー、アットアロマ認定アロマ空間アドバイザーなど。
ホームページ
https://aroma-caon.jimdofree.com/

コーヒー

山崎(やまざき) 光枝(みつえ)（女性）

ハンドドリップコーヒーの淹れ方や、器具の種類による味の違いなど美味しく淹れるコツをお伝えいたします。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先；gamou.akaneya@gmail.com
◆資格等：J.C.Q.A.コーヒーインストラクター2級、食品衛生責任者

ワイン

茂木(もてき) 英里加(えりか)（女性・平3）

ワイン、日本酒について詳しく学べます。初心者の方から上級者まで楽しく学べるように心がけています。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：080-5515-3774
adv.erineko@gmail.com
◆関連情報等：J.S.A.ワインエキスパート、J.S.A.SAKE ディプロマ、J.S.A.ワイン検定認定講師、J.S.A.SAKE検定認定講師、チリワインエキスパート、ベネンシアドール、アカデミー・デュ・ヴァン認定ワイン教室日本橋校運営講師、ホスピタリティ学園ホテル科非常勤講師
ホームページ
https://www.adv.gr.jp/teachers/detail/466

麻雀

田中(たなか) 和子(かずこ)（女性・昭31）

楽しい麻雀を心がけています。麻雀レッスンプロとして、牌に触れたことがない方も点数計算を習得したい方も、仲間達と向上していくように指導します。
◆対象：女性のみ
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：090-7426-4653
kazuchan.7716@gmail.com
◆資格等：認定WMレッスンプロ

●娯楽

マジック

木村（きむら） 操（みさお）（男性・昭28）

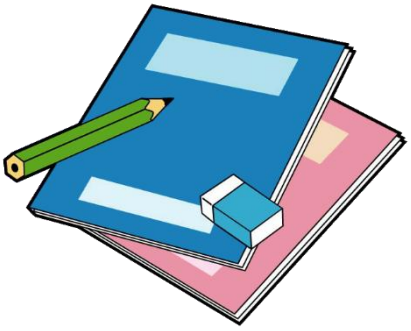
み一先生のおかしな世界～お笑い腹話術マジックショー～の３０分～６０分間の公演です。ヤフー等で「み一先生腹話術」で検索すると様子がわかります。

◆対象：どなたでも

◆活動内容：講座・教室等の講師／実演・上演

◆連絡先：090-1557-5505

kimkim5505@gmail.com



人文・社会科学・自然科学

●人文

漢文・古文・文学

古茂田 彰男（男性・昭28）

音読を中心とする漢文・古文の参加型講座です。さいたま市や川口市、県内の公民館等で講座を実施。小学生から高齢者まで講座実績多数あり。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／個人指導（自宅可）
◆連絡先：090-5431-0079
◆資格等：高等学校・中学校普通免許状（国語・社会）、学芸員資格証明証、埼玉県家庭教育・学習アドバイザー

櫻井 豊明（男性・昭21）

古典の原文を読みながらわかりやすく解説します。平家物語「那須の与一」、竹取物語「かぐや姫の昇天」、徒然草、どれかひとつ。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：048-987-2905
◆資格等：教員免許（小・中・高）

櫻井 豊明（男性・昭21）

漢詩から短歌、俳句、詩、流行歌まで読み味わう。詩文に表れた人の生き様を読み解いていく。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：048-987-2905
◆資格等：教員免許（小・中・高）

●社会科学

社会問題・労働

岡部 康弘（男性）

役職定年や定年後の不安を、制度と社会構造から考え、人生後半の働き方、生き方、社会参加を見つめ直します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師
◆連絡先：okabe@dokkyo.ac.jp
◆資格等：キャリアコンサルタント、博士（PhD）

歴史・郷土史

中山 正則（男性・昭34）

小中高校、大学の指導経験を生かし埼玉県内や越谷市周辺の川の歴史、地理、社会科や総合的な学習や現地観察を通じた作業を入れながら学んでいきます。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／活動支援・アドバイス等／現地研修、GIS(電子地理情報システム)
◆連絡先：090-1551-9216
nakayama@mug.biglobe.ne.jp
◆資格等：埼玉県川の国アドバイザー、環境アドバイザー、学芸員、図書館司書、教員免許(小学校、中学校・高校社会、特別支援教育)

秦野 秀明（男性・昭42）

越谷市内の歴史と地理について、市内を流れる「河川」の歴史を通して、わかりやすく、面白いお話を致します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師
◆連絡先：090-3319-3131
bodhi-sattva@nifty.com
◆関連情報等：NPO法人越谷市郷土研究会ホームページ
https://koshigayahistory.org/

真壁 志郎（男性・昭25）

越谷市の古文書を教材にくずし字をご一緒に学んでいきます。リアルな歴史事実をわかりやすくお話しいたします。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室の講師／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：090-9960-3014
shiro@momo.so-net.ne.jp
◆資格等：生涯学習１級インストラクター（古文書）、教員免許（中高社会）、司書教諭資格

スポーツ・レクリエーション

●スポーツ

ピラティス

柏崎 貴子（女性）

幼児から高齢者まで様々な分野で指導してきました。身体を整えながらできるトレーニングを提案しています。いつまでも健康にいられるお手伝いをします。

◆対象：成人～高齢者
◆活動内容：技術指導
◆連絡先：kashiwazakitakako1230@gmail.com

ヨーガ

遠藤 楓（女性・平03）

身体の痛みや不調（腰痛・膝痛・肩こり等）に対するアプローチをするヨガ。ただのヨガではない、あなたの痛みの原因が分かります。

◆対象：成人～高齢者
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：080-1243-6696
endo_kaede_13@yahoo.co.jp
◆資格等:整形外科ヨガ資格認定講師、全米ヨガアライアンス RYT200

TOSHIE（女性・昭61）

子どもからシニアまで、わかりやすく楽しめる指導を心がけています。心地良く呼吸しながら体を動かしましょう。初めての方もヨガが好きになるはずです。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導
◆資格等：保育士資格、全米ヨガアライアンス RYT200

半田 加代子（女性・昭54）

ヨガのポーズを通して心と体を見つめます。凝り固まった体と心を解きほぐします。日常からは離れて快適な空間で、ストレスを手放します。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：kayoko.handa.0717@gmail.com

森 佳代（女性・昭54）

ヨガ。初心者の方、体がかたいと感じる方も安心してご参加いただけるレッスンです。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）
◆連絡先： kayo.yoga2018@gmail.com
◆関連情報等：
ホームページ
https://kayoyoga.net/

山崎 幸司（男性・昭51）

私はインストラクターをしていますが介護士もしています。体がつらい方でも体を動かしやすくする体のしくみや体操をお伝えしています。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／技術指導
◆連絡先：080-1204-3433
yogawakuwaku@gmail.com
◆資格等：ヨーガセラピー、ヨーガ療法士インストラクター

スポーツ吹矢

西村 賢二（男性）

スポーツ吹矢を通して腹式呼吸を取り入れた基本動作をはじめ、ゲーム・スポーツ感覚で初心者から楽しめるように実施。指導を行います。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）
◆連絡先：048-974-8337
◆資格等：一般社団法人スポーツ吹矢振興協会公認指導員

自彊術

小倉 眞理子（女性・昭29）

自彊術体操は、体力のない方も、運動不足の方も無理なく全身を動かせる体操です。丁寧で楽しい指導を心がけています。

◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）
◆連絡先：090-9678-1844
ogura558@jcom.zaq.ne.jp
◆資格等：公益社団法人自彊術普及会奥伝資格

立澤 真由美（女性・昭50）

全31の動きからなる自彊術体操は、無理なく毎日続けられるセルフ整体術。初心者から上級者まで丁寧に指導しますのでご安心ください。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：技術指導（お稽古事等）
◆連絡先：090-4427-4714
sega.saturn82honey@gmail.com
◆資格等：自彊術指導者中伝資格

●レクリエーション

ダンス

本郷 香織（女性・昭58）

3才から新体操を始めその後も様々なダンスをしてきました。ダンス初心者さん向けに上手！より楽しい！ダンスをお伝えしたいです。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講演・研修の講師／講座・教室等の講師／実演・上演／技術指導（イベント・教室等）／技術指導（クラブ・サークル活動等）／技術指導（お稽古事等）／活動支援・アドバイス等
◆連絡先：happeace0401@gmail.com
◆関連情報等：
リンクまとめ
https://lit.link/metimekaori

インスタグラム
https://instagram.com/metime.kaori

フォークダンス

岡村 雪枝（女性）

いつまでもみんなで楽しく踊れるフォークダンスを続け活動しております。体や心が弱っても音楽が流れると自然と活力が沸いてまいります。ご一緒に踊りましょう。
◆対象：女性のみ
◆活動内容：技術指導
◆資格等：フォークダンス 3 級指導者公認

ダンス・ムーブメント

平澤 民子（女性・昭21）

身体の各部位を自然な動きで、音楽に合わせておどります。心肺機能向上、豊かな表現力等を身につけることを目的とします。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：048-966-9921
tami33@rubi.plala.or.jp



健康体操

加藤 邦子（女性・昭19）

100 才迄身心共に元気で自分の事は自分で出来る様に、それには無理なく体を動かし呼吸法によって体のすみずみ迄血流を良くして過ごす事。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：048-979-6362
kuuniko0102025@gmail.com
◆資格等：中級レクリエーションインストラクター

認知症予防・改善

松野 予吏子（女性）

認知症についての学びや予防の調理実習、脳トレや軽い運動を兼ねたコグニサイズなど皆さんと楽しく行っています。
◆対象：どなたでも
◆活動内容：講座・教室等の講師
◆連絡先：crea_crea_desk@yahoo.co.jp
◆資格等：Microsoft Certified Application Specialist、認知症予防アドバイザー、ホリスティックフードセラピスト



人名索引（５０音順）

あ

秋葉 あきこ（あきば） 15
安部 義美（あべ よしみ） 11
新垣 静香（あらかき しずか） 15

い

伊藤 諒（いとう りょう） 6
今田 トモ子（いまだ ともこ） 9

う

臼倉 登貴雄（うすくら ときお） 4、6
宇田川 美奈（うだがわ みな） 11
内林 順子（うちばやし じゅんこ） 7

え

遠藤 楓（えんどう かえで） 18

お

大澤 茂（おおさわ しげる） 3
大橋 愛美（おおはし まなみ） 4、6、14
岡崎 直子（おかざき なおこ） 7
岡部 康弘（おかべ やすひろ） 17
岡部 璃音（おかべ りおん） 10
岡村 雪枝（おかむら ゆきえ） 19
荻野 裕佳里（おぎの ゆかり） 3
奥村 裕子（おくむら ゆうこ） 4
小倉 眞理子（おぐら まりこ） 18

か

角本 陽一（かくもと よういち） 4
柏崎 貴子（かしわざき たかこ） 18
加藤 邦子（かとう くにこ） 19
香山 誠司（かやま せいじ） 11
川合 志津枝（かわい しづえ） 10
河合 知里（かわい ちさと） 12
河合 朋子（かわい ともこ） 13、15

き

菊川 未央（きくかわ みお） 12
木村 操（きむら みさお） 16

く

ククイカンパニー 12

こ

小泉 智子（こいずみ ともこ） 4
小越 澄雄（こごし すみお） 6
古茂田 彰男（こもだ あきお） 17
小山 純子（こやま じゅんこ） 7

さ

斉藤 一詔（さいとう いっしょう） 10
齊藤 由美子（さいとう ゆみこ） 6
櫻井 豊明（さくらい とよあき） 3、4、17
佐藤 妙公（さとう たえこう） 14
佐藤 英雄（さとう ひでお） 4

し

C-comb.（しーこーむ） 8
進藤 なつき（しんどう） 9

す

菅谷 健一（すがや けんいち） 12
住田 俊（すみた しゅん） 14

せ

関 くみ（せき） 8

そ

奏志朗（そーしろー） 7

た

高橋 美佐（たかはし みさ） 7

たこ焼きまえかわ（たこやきまえかわ） 8

立澤 真由美（たつざわ まゆみ） 19

田中 和子（たなか かずこ） 15

谷澤 恵介（たにざわ けいすけ） 5

て

寺尾 江里子（てらお えりこ） 14

と

道落亭 かね平（どうらくてい かねへい） 9

常盤 由枝（ときわ よしえ） 3

徳地 玲子（とくち れいこ） 5

徳山 素琴（とくやま もとこ） 5

TOSHIE（としえ） 18

な

中山 正則（なかやま まさのり） 17

に

西野 明（明風）心風流（にしの あきら めいふう しんぷうりゅう） 9

西野 明（にしの あきら） 6

西村 賢二（にしむら けんじ） 18

日舞 倶楽部（にちぶ くらぶ） 9

ね

根岸 晃（ねぎし あきら） 5

根岸 千怜（ねぎし ちさと） 4

の

能勢 希（のせ のぞみ） 8

は

秦野 秀明（はたの ひであき） 17

林口 祐子（はやしぐち ゆうこ） 7

原 からか（はら） 11

半田 加代子（はんだ かよこ） 18

ひ

平賀 正仁（翠渓）（ひらが まさひと すいけい） 11

平澤 民子（ひらさわ たみこ） 19

ほ

堀切 寛子（ほりきり ひろこ） 10、12

本郷 香織（ほんごう かおり） 19

ふ

福岡 あゆみ（ふくおか） 10、14

藤掛 享子（ふじかけ きょうこ） 3

ま

真壁 志郎（まかべ しろう） 17

松野 予吏子（まつの よりこ） 19

真波 茉央（まなみ まひろ） 8

み

水原 三香（みずはら みか） 3

宮 雅楽登志（みや うたとし） 9

宮川 一江（みやかわ かづえ） 8

む

村上 美智子（むらかみ みちこ） 9

も

茂木 英里加（もてき えりか） 15

森 佳代（もり かよ） 18

森 神瑩（もり しんえい） 9

や

山内 邦枝（やまうち くにえ） 12

山口 奈保子（やまぐち なほこ） 13

山崎 弘英（やまざき こうえい） 11

山崎 幸司（やまざき こうじ） 18

山崎 光枝（やまざき みつえ） 15

山下 宗志（やました そうし） 10

わ

渡邊 雅子（わたなべ まさこ） 3

渡辺 美津江（わたなべ みつえ） 12

スポーツリーダーバンク登録者

連絡先：スポーツ振興課　☎963-9284

種　　目	氏　　名 （性別・生年）	指　導　内　容	免許・資格 （認定団体等）
健康体操／トランポリン／レクリエーション	山本（やまもと）　幸子（さちこ） （女・昭21）	幼児から高齢者まで、年代にあった筋力トレーニング、遊び等を取り入れます。	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者／日本スポーツ協会公認スポーツプログラマー／日本レクリエーション協会準中級レクリエーションインストラクター／日本体育協会トランポリン普及指導者
健康体操／エアロビクス／フィットネスダンス／アクアビクス／筋力トレーニング	海津（かいづ）　美弥子（みやこ） （女・昭40）	有酸素運動と筋力トレーニングを取り入れ、しっかりとからだを動かします。	
健康体操／けいらくビクス／エアロビクス	村井（むらい）　玉枝（たまえ） （女・昭24）	エアロビクス要素を取り入れた有酸素運動けいらくビクス®～経絡（気の流れ道）を取り入れた軽楽に動く有酸素運動～ボールを使った筋力トレーニングやストレッチ等、対象者に合わせ、気持ちよく楽しく指導いたします。	日本フィットネス協会グループフィットネスインストラクター／日本けいらくビクス協会公認けいらくビクスディレクター／日本障がい者スポーツ協会公認初級障がい者スポーツ指導員／アメリカスポーツ医学会公認 Exercise Physiologist(アメリカスポーツ医学会)
けいらくビクス／けいらくストレッチ	相澤（あいざわ）　ふづき （女・昭47）	経絡を取り入れたエアロビクスです。エアロビクス要素の有酸素運動・ボールを使ったストレッチ・ヨガの呼吸法などを取り入れ、参加者のレベルに合わせて楽しく指導いたします。	日本けいらくビクス協会認定インストラクター
健康体操／レクリエーションダンス	船木（ふなき）　みよ子（こ） （女・昭25）	フレイルにならぬよう健康を保つためのあらゆる体操（ストレッチ、筋力トレーニング、自律神経を整える体操、転倒予防、失禁予防、リンパマッサージ、筋マッサージ等）や、歌に振りつけて踊るレクリエーションダンスを楽しく指導します。	中高保健体育教諭／日本スポーツ協会スポーツプログラマー／日本レクリエーション協会コーディネーター／日本フォークダンス連盟一級指導者
リズム体操／練功十八法／ダンスムーブメント	平澤（ひらさわ）　民子（たみこ） （女・昭21）	身体のあらゆる部位を自然な動きで、音楽に合わせて健康を意識し、目的をもって（心肺機能向上、豊かな表現力等）楽しく体操をします。	日本スポーツ協会スポーツプログラマー／日本女子体育連盟ダンスムーブメントC級／日本レクリエーション協会準中級レクリエーションインストラクター／日本スポーツクラブ協会練功十八法(オリエンタルエクササイズ)／日本障がい者スポーツ協会初級障がい者スポーツ指導員
ラジオ体操	遠藤（えんどう）　くに子（こ） （女・昭24）	ラジオ体操第一・第二、みんなの体操正しい体操を指導したいです。	NPO法人全国ラジオ体操連盟公認「1級ラジオ体操指導士」
骨盤体操／骨盤ダイエット運動／美姿勢体操／子供の為の姿勢トレーニング	尾嵜（おざき）　里美（さとみ） （女・昭54）	関節の可動を動かす事で広げていき、正しい姿勢をつくっていくチューブ運動です。運動ギライの方でもできる簡単なトレーニングです。終わったあとはスッキリ！楽しくご指導します。	日本カイロプラクティック連合会美容カイロプラクター／健康管理士一般指導員／日本エステティック協会認定エステティシャン

連絡先：スポーツ振興課　☎963-9284

種　　目	氏　　名 （性別・生年）	指　導　内　容	免許・資格 （認定団体等）
ヨガ全般(ベーシックヨガ、マタニティーヨガ、ベビー＆ママヨガ)／ベビーケアー／介護予防運動指導員／ハンド＆タオル体操／リンパ療法士／フラダンス／ポルド・ブラ／脳トレ	あんどう　ひさよ 安藤　久代 （女・昭31）	体力・レベルに応じて、いろいろな運動を組み合わせながら指導いたします。効果をしっかりと感じながら笑顔で継続することを信条としております。	
ヨガ	おきた　りえ 沖田　理恵 （女・昭60）	ヨガ、シニアヨガ、キッズヨガ。	RYT200
ヨーガ	にしがき　きよこ 西垣　清子 （女・昭25）	日頃気になる体の変化について、簡易体操、ヨーガで参加者のレベルに合わせてやさしく指導します。	ヨーガインストラクター(一般社団法人日本ヨーガ禅道友会)／ふくらはぎマッサージ師認定(一般社団法人心理技能協会)／体力テスト判定員(日本体育協会)／ファミリー健康体力向上アドバイザー資格認定(公益社団法人全国スポーツ推進委員連合)
ヨガ／バレーボール／マラソン	たけだ　さとみ 竹田　里美 （女・昭59）	ヨガを主軸に指導しています。	RYT200
ヨーガ／エアロビクス／高齢者リズム体操・トレーニング／体幹トレーニング／筋力アップトレーニング／小ボールトレーニング／親子エアロビック／キッズエアロビクス／ストレッチクラス	よしだ　めぐみ 吉田　恵 （女・昭37）	参加者に合わせて指導します。	
ピラティス／体操	いしい　なな 石井　奈々 （女・昭53）	マットピラティスを基本の動きから丁寧に指導いたします。参加者のレベルに合わせて、ストレッチから筋力強化まで取り入れていきます。	PHIインストラクターMAT Ⅰ＆Ⅱ／PHIインストラクターPROPS／PHIインストラクターリフォーマーⅠ／PHIインストラクターYUR BACK®
ピラティス／アニマルピラティス／ノルディックウォーキング／親子体操／介護予防	はらだ　まみ 原田　真実 （女・昭53）	コアトレ、ボディワーク、筋トレ、脳トレ、転倒予防、親子体操。	Stott Pilates full certificate／Animal Pilates
ろっ骨エクササイズ～カキラ～／介護予防・認知症予防カキラ／いすカキラ	ごとう　あきこ 後藤　明子 （女・昭48）	カ（関節）キ（機能改善）ラ（楽になる） 深呼吸をしながら、ろっ骨を動かし全身の関節にアプローチ！参加者に合わせ効果的な動きを取り入れ、マットや、いすに座ったまま有酸素運動を楽しく指導いたします。	THD,Japan日本総合健康指導協会認定カキラリスト／介護予防・認知症予防カキラ認定指導者／姿育体操インストラクター／昭和体操指導者／KaQiLa The STOOL指導者　他

連絡先：スポーツ振興課　☎963-9284

種　　目	氏　　名 （性別・生年）	指　導　内　容	免許・資格 （認定団体等）
エアロビクス／キックボクシングエクササイズ／バランスコーディネーション	えのもと　かおる 榎本　薫 （女・昭50）	【キックボクシングエクササイズ】 音楽に合わせてパンチやキックをする有酸素運動。脂肪燃焼、ストレス解消に効果的です。 【バランスコーディネーション】 ストレッチ、関節ほぐし、簡単な筋力トレーニングで日常生活をスムーズに送れるようにする機能改善プログラムです。 どなたでも気軽に参加できます。	株式会社ジェイモード認定バランスコーディネーター
エアロビクス	こいわ　けいこ 小岩　桂子 （女・昭30）	ウォーミングアップ、エアロビックダンス、ストレッチ等、各クラス・レベル等に合わせて指導いたします。	日本けいらくビクス協会
エアロビクス／太極拳	やまもと　ようこ 山本　葉子 （女・昭39）	【エアロビクス】 基本から少しチャレンジしながら楽しさをお伝えいたします。 （マットで筋力トレーニング、ストレッチ等） 【太極拳】 入門、初級、24式太極拳等、皆さんの目線でわかりやすくご要望にお応えしたいと思います。	
卓球	こんの　みつよし 昆野　光吉 （男・昭49）	卓球、基本指導、レクチャー指導。　他	エキスパートTTC クラブ責任者
卓球／ラージボール卓球	すずき　みねこ 鈴木　美禰子 （女・昭16）	初級者～中級者に基本から楽しく指導します。	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者
卓球／ラージボール卓球	たむら　ひでお 田村　秀雄 （男・昭16）	初心者からゲーム（試合）ができるまで、楽しく技術を伸ばす指導をいたします。	
ラージボール卓球	わたなべ　せつこ 渡邉　節子 （女・昭18）	基本練習～ 試合の練習～	
ビーチボール／さいかつぼーる	こまつざき　あきら 小松崎　晃 （男・平元）	【ビーチボール】 ビーチボールのルールや楽しみ、ゲーム要素を楽しく指導いたします。 【さいかつぼーる】 さいかつぼーるの競技性を伝えます。	
ビーチボール	はっとり　まきこ 服部　牧子 （女・昭36）	参加者に合わせて指導します。	日本ビーチボール協会B級審判
バレーボール／ビーチボール／さいかつぼーる	まつたけ　かつまさ 松竹　克昌 （男・昭34）	初級～上級まで 技術・筋力トレーニング・体幹トレーニング・戦術まで。	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者／さいかつぼーる審判

連絡先：スポーツ振興課　☎963-9284

種　　目	氏　　名 （性別・生年）	指　導　内　容	免許・資格 （認定団体等）
バドミントン	さとう　よねこ 佐藤　米子 （女・昭20）	基本運動、ラケットワーク、フットワーク、ゲームの進め方。	日本スポーツ協会公認スポーツ指導者
アクアビクス／ 水泳	なかじま　ゆき 中嶋　有紀 （女・昭46）	【アクアビクス】 アクアビクスでは、ウォーキング、ジョギング、ダンス、筋力トレーニングを取り入れて、楽しくレッスンさせていただきます。 【水泳】 水泳では、水の特性を考え、きれいにゆっくり泳ぐレッスンをさせていただきます。	ADI アクアビクスインストラクター／介護予防運動指導員
スピードボール	ひきの　まさと 疋野　将人 （男・昭56）	スピードボールの体験から技術修得まで参加者のレベルに合わせた指導をいたします。	
硬式テニス	ふじわら　えいこ 藤原　栄子 （女・昭28）	ボール出しによるストローク、ボレーその他基礎練習と楽しくゲームができる戦略等。	日本テニス協会認定B級レフェリー／日本テニス協会認定B級審判員
テニス	くろたき　まさる 黒滝　勝 （男・昭47）		日本スポーツ協会公認テニスコーチ4
ウエイトトレーニング／マラソン／格闘技	あいづ　はやと 合津　隼人 （男・昭52）		介護予防運動指導員／日本赤十字社救急法救急員／公益財団法人日本障がい者スポーツ協会障がい者スポーツ指導員／日本ノルディックウォーキング協会ノルディックインストラクター／日本コアコンディショニング協会ベーシックインストラクター／SAQトレーニングレベル1インストラクター／AFFAフィットネストレーナー／トレーニング指導士
HIIT THE BEAT	こばやし　てるこ 小林　照子 （女・昭44）		HIIT THE BEAT トレーナーレベル1
健康体操 ストレッチ	かわうち　よしみ 河内　慶美 （女・昭46）	東洋医学を用いたストレッチと筋トレ、呼吸や姿勢を意識したトレーニングなど目的に合わせて楽しく指導いたします。	中学校保健体育科教諭第一種／高等学校保健体育科教諭第二種／社会体育指導者認定証
骨盤体操 美姿勢体操	よしだ　かすみ 吉田　香澄 （女・昭63）	骨盤を整え健康できれいな姿勢をつくるトレーニングをしていきます。 スポーツをされている方のパフォーマンス向上の指導をいたします。	カイロプラクティック

スポーツリーダーバンク人名索引（50音検索）

あ

相澤（あいざわ）　ふづき　22

安藤（あんどう）　久代（ひさよ）　23

合津（あいづ）　隼人（はやと）　25

い

石井（いしい）　奈々（なな）　23

え

榎本（えのもと）　薫（かおる）　24

遠藤（えんどう）　くに子　22

お

沖田（おきた）　理恵（りえ）　23

尾﨑（おざき）　里美（さとみ）　22

か

海津（かいづ）　美弥子（みやこ）　22

河内（かわうち）　慶美（よしみ）　25

く

黒滝（くろたき）　勝（まさる）　25

こ

小岩（こいわ）　桂子（けいこ）　24

後藤（ごとう）　明子（あきこ）　23

小林（こばやし）　照子（てるこ）　25

小松崎（こまつざき）　晃（あきら）　24

昆野（こんの）　光吉（みつよし）　24

さ

佐藤（さとう）　米子（よねこ）　25

す

鈴木（すずき）　美禰子（みねこ）　24

た

田村（たむら）　秀雄（ひでお）　24

竹田（たけだ）　里美（さとみ）　23

な

中嶋（なかじま）　有紀（ゆき）　25

に

西垣（にしがき）　清子（きよこ）　23

は

服部（はっとり）　牧子（まきこ）　24

原田（はらだ）　真実（まみ）　23

ひ

疋野（ひきの）　将人（まさと）　25

平澤（ひらさわ）　民子（たみこ）　22

ふ

藤原（ふじわら）　栄子（えいこ）　25

船木（ふなき）　みよ子（こ）　22

ま

松竹（まつたけ）　克昌（かつまさ）　24

む

村井（むらい）　玉枝（たまえ）　22

や

山本（やまもと）　幸子（さちこ）　22

山本（やまもと）　葉子（ようこ）　24

よ

吉田（よしだ）　香澄（かすみ）　25

吉田（よしだ）　恵（めぐみ）　23

わ

渡邉（わたなべ）　節子（せつこ）　24

越谷市生涯学習リーダーバンク

令和 8 年(2026 年)3 月発行

編集・発行　越谷市教育委員会
教育総務部生涯学習課
〒343-8501　越谷市越ヶ谷四丁目 2 番 1 号
ＴＥＬ　048-963-9283