

03 健康・スポーツ・レク

登録番号	登録内容	経歴・実績	活動可能地域
名前			費用
03-01		H19:ピラティスインストラクター取得、H26:骨盤底筋(ピフィラティス)インストラクター取得、R4:骨盤底ヘルスケアアドバイザー、フェムテックエキスパート取得。各市町村で健康教室やセミナー、小中学校で保護者向けセミナー、企業と組合の健康セミナーを行う。	県内全域
岩村 増美	ピラティス、 骨盤底筋、 フェムテック		有償
03-02	瞑想	H30:unity 瞑想ナビゲーター習得。H31:瞑想認定インストラクター取得。新潟日報カルチャースクールにて指導も行う。	新潟広域都市圏/下越
梶野 友			有償
03-03	スクエアステップ	H30年スクエアステップ指導員資格取得。市内高齢者の運動教室で指導経験あり。	五泉市
金子 仁美			有償
03-08	健康づくり、 体力遊び	R2年公益社団法人3B体操指導者資格取得。五泉市だけでなく新潟市、阿賀野市、阿賀町などで指導経験あり。	県内全域
小樋山 ヒサエ			有償
03-09	ヨガ、 歌謡フラダンス	2010年よりヨガの指導を始める。シニアヨガ(ハタヨガ)、ルーシーダットン資格取得。2017年よりフラダンスの指導を始める。歌謡フラ友の会所属。現在は自宅スタジオでの指導のほか、ヨガサークル、フラサークルでも指導を行う。五泉市民芸能祭やにいがた総おどり参加。	五泉市 /新潟広域都市圏
敷地 ゆみ子			有償

登録番号	登録内容	経歴・実績	活動可能地域
			費用
03-10			県内全域
瀬倉 澄	ダンス教室、ダンスに関する講演会	3歳～16歳まで五泉市内でよさこいを経験。ダンススタジオSUGA DANCE INNOVATIONで3年指導（Jr、Kidsも同様の指導歴あり）。2020～：文化庁主催 文化芸術による子どもの育成事業に参加、H29,31,R2:VIBE DANCE COMPETITION 優勝（3連覇）、H30:Body Rock jr 3位、東方神起 Live Tour tomorrow オープニングパフォーマンス、第34回国民文化祭新潟2019 天皇陛下 御前演舞、R4：日本テレビ THE DANCE DAY 決勝大会出場	有償
03-11	相撲	日本相撲連盟四段。五泉市相撲会長を務め、過去には第45回国民体育大会成年部で5位入賞を果たす。	五泉市
高内 政博			無償
03-12	幼児と高齢者の健康とスポーツ、スポーツチャンバラ	公認スポーツプログラマー、赤十字指導員（3種）、要介護予防スペシャリスト、スポーツチャンバラ師範。赤十字の講習（救急法・幼児安全法・健康生活支援）や市のスポーツ教室、お茶の間サロンなどで指導を行う。災害救護ボランティア（中越地震、新潟福島豪雨、関川村水害）にも参加。	県内全域
田島 孝子			有償 (相談に応じます)
03-13	ダンス、エアロ健康体操、親子レク、フラッシュモブ	新潟県のコンテストで数々の賞を受賞。新潟で活動するアーティスト「ユアフレンズ」専属バックダンサー。新潟市や五泉市などでダンスレッスン、幼稚園・保育園・小学校などでリズム指導、高齢者向けにエアロ健康体操の指導を行う。最近ではフラッシュモブの振り付けも行っている。	県内全域
津田 香奈			有償
03-14	ダンス	五泉市スポーツ推進委員を16年務める。H15年より五泉市内スポーツ教室で指導経験あり。その他市内、幼、保、小、中学校へのダンス指導経験あり。	新潟広域都市圏/下越
中澤 絵理子			有償

登録番号	登録内容	経歴・実績	活動可能地域
名前			費用
03-16	抱っこ de ダンス	R2 年より五泉市母子保健推進員となり、当時 1 歳の次男と共に子育て支援の活動を開始。R4 年 5 月に抱っこ de ダンス講師となり、五泉市内の施設や自宅での講座の中で市内外のママ達と交流を深める。五泉市内のイベント出演及び指導、新潟市でのイベント指導補助も行う。R5 年 4 月より阿賀野市の支援センターで親子 de ダンスを担当する。	新潟広域都市圏/下越 有償
03-18	ソフトテニス	中学 1 年から現在まで活動。愛宕中学校、五泉中学校、五泉北中学校、五泉高校等での指導経験あり。現在は村松 Jr. テニスクラブで指導を行う。	下越 無償
03-19	3B 体操、シナプロロジー、バランスコーディネーション	(公社) 日本 3B 体操協会公認指導士、シナプロロジーアイントラクター、バランスコーディネーションインストラクター	下越 有償
03-22	脳活性セミナー、バスタオル体操	H30：日本ルースィーダットン協会インストラクター取得、R3～五泉市きなせや楽習大学で教室開催。	新潟広域都市圏/下越 有償
03-23	アルゼンチンタンゴ	日本アルゼンチンタンゴ連盟公認インストラクター（新潟県元支部長）	県内全域
吉田 充夫			有償
03-24	介護予防	H15 介護福祉士取得、H26 アクティビティディレクター取得、R2 介護予防指導士、認知症ケア指導管理士、健康予防管理専門士取得、R3 食生活アドバイザー取得。H11 より介護業界に就職。一般市民対象の介護技術、介護予防教室等の講師経験あり。職場以外の高齢者施設でレクリエーションに関わった経験あり。	県内全域（公共交通機関で行ける範囲） 有償
渡邊 智美			

03-25	WRAP (元気回復行動プラン)	H26.9～市内子育て支援センター勤務、H28.9：SST リーダー初級取得、H31.4：WRAP ファシリテーター取得、同年9月より新潟市民活動支援センターにて活動開始。	五泉市
奥田 啓			有償 (相談に応じます)
03-26	ベビーマッサージ、 ベビーヨガ、 ママヨガ、ハグヨガ	H24～保育園勤務。	五泉市近辺
旅河 まどか			有償
03-27	顔ヨガ	R5年フェイシャルヨガアドバンス取得	下越
広沢 真美			有償
03-28	ストレッチ、軽運動	五泉市スポーツ推進委員として筋トレ教室にて指導、チーム21〇 ＊にいいちまる＊として市内小学校での指導経験あり。	五泉市近辺
河上 則子			有償
03-29	卓球・卓球療法	R7 卓球療法士取得。卓球歴10年、指導歴7年。川東中学校での 卓球指導経験あり。	五泉市/新潟広域都市圏
土屋 陸			有償

※新潟広域都市圏とは、新潟市、三条市、新発田市、加茂市、燕市、阿賀野市、胎内市のことです。(R2年1月現在)