

登録No.	ジャンル …登録名									
T12113	幸せな介護…小堀 ひろ子									
更新年月日	2026年1月26日	指導		講演	○	披露		小中学校への協力	○	
在宅介護不可能と思われるレベルの状態でしたが、たくさんの方に支えていただき、幸せな介護生活を送ることができました。在宅で看ることもでき、介護はつらいことばかりでなく、楽しいことも。その経験をお伝えします。 【プログラムの内容】 ①介護をする方へのアドバイス ②介護従事者に対するエールを送りたい										
										
経験・資格	父（要介護3）夫（要介護5）トータル22年間の介護経験									
活動対象者	これから介護する方、介護従事者			活動可能場所	横浜市内・外					
活動可能日	応相談			時間	応相談					
条 件	無償（交通費・材料費別）			交通手段	公共交通					

登録No.	ジャンル …登録名						
T12111	カウンセリング&手相…草柳 勝子						
更新年月日	2026年1月19日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力
手相はあなたの人生を表しています。手相を見ながら人生を振り返ってみませんか？ 多方面での学びと経験、多くの方に伝えたい。「ハート美人」、「心を元気に」、「楽しく！」をモットーに、元気を引き寄せるカウンセリングをします。 【プログラムの内容】 ●心を元気にするカウンセリング アドラー心理学、回想法、傾聴、 バッチフラワー（花の持つエネルギーで感情や精神のバランスを取りもどす）							
							
経験・資格	アドラー心理カウンセラー、勇気付トレーナー、バッチフラワープラクティショナー、回想療法士（25年経験）、JBDFプロインストラクター、社交ダンス講師12年、司会40年						
活動対象者	大人	活動可能場所		磯子区内及び近隣区			
活動可能日	月・火・水	時間		応相談			
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）	交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名						
T12110	司会…草柳 勝子						
更新年月日	2026年1月19日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力
長年、社交ダンス教室の講師・運営をしてまいりました。その中で、ステージ発表など多くの舞台での企画運営・司会の経験を活かし、祭り等各種イベントの司会をします。楽しく明るい司会、ぜひお問い合わせください。 【プログラムの内容】 企画・司会 ダンスパーティー、各種発表会							
							
経験・資格	アドラー心理カウンセラー、勇気付トレーナー、バッチフラワープラクティショナー、回想療法士（25年経験）、JBDFプロインストラクター、社交ダンス講師12年、司会40年						
活動対象者	大人	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	月・火・水	時間	応相談				
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段	公共交通				

登録No.	ジャンル …登録名						
T12108	地域でつながる元気づくり講座…安倍 理恵						
更新年月日	2026年1月17日	指導	○	講演		披露	小中学校への協力 ○
心と体の健康づくりを応援する講座を開催しています。フレイル予防・脳トレ・交流をテーマに、参加者同士が笑顔でつながれる時間を大切にしています。やさしい体操や季節の話題、音楽を使った脳トレなど、楽しく取り組める内容です。 【プログラムの内容】 導入：フレイルってなに？認知症との関係は？ 脳トレ：季節の話題・音楽・回想法を使ったクイズや会話 体操：椅子に座ってできる簡単な運動（口腔・下肢・指先など）交流タイム：参加者同士の自己紹介・昔の話・好きなことを語る							
							
経験・資格	正看護師・認知症看護認定看護師・ケアマネジャー						
活動対象者	高齢者	活動可能場所	横浜市内				
活動可能日	応相談	時間	応相談				
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段	公共交通				

登録No.	ジャンル …登録名						
T12107	福祉、防災ボランティア… 防災を考える会・磯子						
更新年月日	2026年1月17日	指導	○	講演	○	披露	○
						小中学校への協力	○
「防災を考える会・磯子」は、地域の防災力を高め災害の被害を減少させるため防災・減災に対して多角的に取り組んでいます。防災・減災に対しての啓発、普及活動等の出前講座にも取り組んでおります。 【プログラムの内容】 1.大地震・災害について歴史の中から学ぶ。2.防災食・トイレなど家庭から考える。3.防災マップを作る。1. 防災講演、出前講座等の開催 2. 自治町内会等地域防災・減災活動へのサポート 3. 目からうろこの役に立つ防災冊子作り							
							
経験・資格	防災インストラクター・救急生活資機材取扱資格リーダー						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		磯子区内及び近隣区			
活動可能日	いつでも	時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段					

登録No.	ジャンル …登録名						
T12106	傾聴（気持ちの聴き方）…はまや かおり						
更新年月日	2026年1月21日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
人の話をちゃんと聞きたい・コミュニケーションを取り易くしたい。そんな方のために「傾聴」（けいちょう）をお伝えしています。ラクに聴く聴き方・安心して聴ける聴き方を身につけることで、「話し相手」よりもっと深い信頼関係が築けます。 【プログラムの内容】 傾聴の入口をお伝えする体験型講座 ・人の気持ちがわかる聴き方とは？ ・普段の聞き方と傾聴の違いとは？ ・ラクに聴く聴き方とは？							
							
経験・資格	（社）日本傾聴能力開発協会認定講師・サポーター取得、NLPマスタープラクティショナー 米国NLP協会(MT)						
活動対象者	大人	活動可能場所		横浜市内・外			
活動可能日	いつでも	時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名								
T12104	自然観察…佐藤 清江								
更新年月日	2026年2月9日	指導	○	講演	○	披露	○	小中学校への協力	○
散歩しながら植物に関心や興味を持つことを目標とし、樹木、草花、葉など植物の細やかなところに目を向ける楽しみをお伝えいたします。植物の色々な事を知ることによって、歩くことを楽しみましょう。 【プログラムの内容】 1.指導（植物に関する知識を初心向、中級、上級に話す） 2.講演（屋内、郊外において、植物の実物を観察しながら学ぶ） 3.披露（郊外に出かけ、散歩を通して植物を学ぶと同時に植物で遊ぶ）									
経 験 ・ 資 格	小、中、高の教諭免許、保育園に3年間従事経験有								
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	磯子区内及び近隣区						
活動可能日	木曜日以外	時間	応相談						
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）	交通手段							



登録No.	ジャンル …登録名									
T12103	生きがいのあるシニアライフ講演…川口 整									
更新年月日	2026年1月25日			指導		講演	○	披露		小中学校への協力
「自分らしさを生きるヒント」そんな話です。「スマ楽『スマートシニアを楽しむ』」提唱者。老いは止められないが選ぶことができます。態度と声がかい、ユーモア、通称「マグロ講師」と呼ぶ。でも皆さんから元気をもらい続けていると講師は言っています。 【プログラムの内容】 メロンをレモンと言い違える初老。人生100年時代を賢く・粹に・自分らしく。シニアの元気を心理学で支えます。健康寿命の延伸、脳機能低下の防止、認知症疾患の予防です。45分～120分と。聴衆参加型講演会を開催。第2弾は、みんなでおしゃべり会を。 										
経験・資格	元組織変革講師30年。横浜市生涯学習ボランティア講師18区登録10年の活動。NHKプロモーション講演会講師ほか。各地域のケアプラザ・老人クラブ・公共福祉センターなど。国や県の事業と地区に協力。会場は、町中の会議室か									
活動対象者	大人				活動可能場所		横浜市内			
活動可能日	いつでも				時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)				交通手段					



登録No.	ジャンル …登録名						
T12102	料理&食品流通…荻久保 義功						
更新年月日	2026年1月15日	指導	○	講演	○	披露	○
						小中学校への協力	○
生きるための食を通じて、健康の大切さと人間の文化と品格の形成づくりに貢献しよう！食品、流通について、「明るく、楽しく、元気良く」学びましょう。東京築地市場の競り人を至て、大手寿しチェーン店の経営又SVとして、海外への活動経験をしている。 【プログラムの内容】 依頼内容に合わせて作成します。 ・食品衛生の話し（食中毒・衛生管理・食品管理） ・食品の見分け方（魚の見方・色合い・ドリップ） ・調理（ご飯の炊き方や合わせ酢の作り方など・メイン食材の調理） ・試食もしくは持ち帰り							
							
経験・資格	調理師 魚市場競り人 鮭について多数						
活動対象者	高齢者	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	応相談	時間	応相談				
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）	交通手段	公共交通				

登録No.	ジャンル …登録名						
T12101	美容…NPO法人トータルビューティカンパニー神奈川						
更新年月日	2026年2月13日	指導	○	講演	○	披露	○
						小中学校への協力	○
私たちは、ご高齢の方や障がいのある方を対象に、美容を通じて日々の生活に生きがいを持ち、いきいきと活躍できる場をつくりたいと思い、活動しています。出張サービスや各種講座を通して、小さな夢や希望を叶えるお手伝いをしています。 【プログラムの内容】 ●寄せ植え ●小物づくり ●記念日撮影会（遺影など）●メイク（ナチュラルメイク・アンチエイジングメイク等）●着付け ●健康料理 ●スイーツ作り ※いそご区民活動支援センターHPにて動画・画像で紹介されています。							
							
経験・資格	美容師免許証、管理美容師、メイクアップアーティスト認定証、着付け認定証他						
活動対象者	その他	活動可能場所		横浜市内			
活動可能日	平日	時間		応相談			
条 件	無償(交通費・材料費)	交通手段					

登録No.	ジャンル …登録名						
T12211	世界の写真を見る会…馬場 智子						
更新年月日	2026年1月20日	指導		講演	○	披露	小中学校への協力
80か国以上を旅した経験と豊富な写真をもとに、世界の鉄道やバスの旅についてご興味のある方お茶を飲みながら語り合います。世界旅行の楽しさを味わえます。「鉄人ママ世界をポップする」シリーズ2冊自费出版しています。 【プログラムの内容】 「世界の鉄道とバスの旅」 写真を見ながらいろいろな国々をご紹介します。 お茶を飲みながら世界旅行を味わいましょう。							
							
経験・資格	アメリカの鉄道会社（アムトラック）から賞状授与 過去に多数ラジオ出演有り 大物女優のマネージャー経験あり						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		磯子区内のみ			
活動可能日	平日	時間		午後			
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名						
T12210	SDG s 活動の啓発…久保田 顕						
更新年月日	2026年1月15日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
実際のこども食堂での活動と経験を活かして、SDG s に取り組む企業から小学生まで、自分のできる”身近なSDG s は何か”を発見し、学んでいきます。①企業向けには、こども食堂の実態や連携について講演します。②学生向けには、SDG s 第一項目である「貧困」について、一緒に考え「食と助け合う心とボランティア活動」を講演します。 【プログラムの内容】 ・要望に応じてプログラムを作成します。（15分～120分） ・過去の講演：県内のSDG s パートナー企業向けセミナー、各企業、大学ゼミや中高生グループのニーズでプログラム作成							
経験・資格	磯子区こども食堂ネットワーク代表 PTA会長(1年間) 学校運営協議委員(3年間) キッズカフェ杉田(こども食堂)代表 企業・地域団体・学生向けセミナー多数実施						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	横浜市内・外				
活動可能日	平日	時間	応相談				
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段					



登録No.	ジャンル …登録名						
T12209	環境…磯子区3R応援隊						
更新年月日	2026年2月4日	指導		講演		披露	○ 小中学校への協力 ○
・風呂敷やスカーフを切ったり縫ったりすることなく、その場で結ぶだけでバッグになる方法を体験してもらいます。更に特性のバンドを使うと素敵なバッグに大変身！これを覚えてもらうと急に荷物が増えた時にもレジ袋を使わなくてすむので、エコな生活を実践できます。 【プログラムの内容】 基本的な結び方が体験できます。風呂敷、スカーフ、バンダナなどお好きなものをバッグとしてお使いいただけます。・ごみの分別ゲーム							
							
経験・資格	3R応援隊（平成16年より活動）						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		磯子区内のみ			
活動可能日	応相談	時間		応相談			
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段					

登録No.	ジャンル …登録名						
T12208	地域でのコミュニケーション… 時任 和子						
更新年月日	2026年1月27日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
ボランティアのきっかけや仲間づくりの取組みをコーディネートします。地域活動やコミュニケーションをテーマにゲームやグループワークで楽しく進めます。 【プログラムの内容】 ご要望に応じます。気軽に楽しく地域活動に関わるためのヒントを伝えます。							
							
経験・資格	NPO法人 夢・コミネット事務局長、横浜市社会教育コーナー施設長、社会教育士						
活動対象者	大人	活動可能場所		横浜市内			
活動可能日	いつでも	時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)		交通手段				

登録No.	ジャンル …登録名						
T12206	障がい理解、子育て支援、仲間づくり…坂本 寿子						
更新年月日	2026年1月27日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
元気に楽しく！小学校・町内会・子ども会・公園・子育てサークル等へうかがいます 【プログラムの内容】 ◎お祭りやイベントの司会、サポート ◎講座や会議のファシリテーター ◎仲間づくり ◎コミュニケーションゲーム ◎イベントの企画・運営 ◎子育てサークル、公園での遊びの提供 など							
							
経験・資格	仲間づくりコーディネーター、保育士						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		磯子区内及び近隣区			
活動可能日	いつでも	時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段					

登録No.	ジャンル …登録名						
T12205	障がい理解啓発・まちづくり・地域福祉…いそごキャラバン						
更新年月日	2026年1月27日	指導		講演	○	披露	小中学校への協力 ○
研修会やPTA、小学校に出向きます！寸劇や体験を交えた楽しいプログラム。よくある行動特徴を寸劇や疑似体験を交えてお伝えします。・感覚ってなかに・【寸劇】感覚のちがい（味覚・臭覚・触覚・聴覚過敏など）わずかな味の違いや、音の聞こえ方の違いを身近な事例で伝えます。・【体験・クイズ】ちょっと、見え方 自分の中では当たり前になっている感覚も、人とは異なることが多くあります。クイズや体験を通して、感覚のちがいを体験します。 【プログラムの内容】 ◎発達障がい地域理解啓発講座 ◎感覚のちがいを知ろう！（子ども向け）							
経験・資格	NPO法人夢コミネットと磯子区社会福祉協議会との協働事業としてすすめています。H26より、職員研修、PTA、自治会、地域ケアプラザ、小学校等で出前講座実施しています。						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	いつでも	時間	応相談				
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）	交通手段					



登録No.	ジャンル …登録名						
T12204	食育文化推進活動…お米マンプロジェクト実行委員会						
更新年月日	2026年2月8日	指導	○	講演	○	披露	○
						小中学校への協力	○
お米マンプロジェクト実行委員会では、お米を主食とした和食の大切さと、朝ごはん食べよう運動を楽しく明るく推進する運動を2017年より展開しております。食育インストラクターによる小中学校などの授業でお米の講話の他、オリジナル食育ソングで活動中 【プログラムの内容】 ・小中学生・一般向けの食育教室 ・人気キャラクターお米マン派遣による食育音楽イベント ・食育啓発のための音楽制作（オリジナル曲）など 【プログラム例】 「食育教室」 人数：10～100人 ・「食育ソングライブ」100人							
							
経験・資格	食育インストラクター、横浜市教育委員会委嘱学校運営委員、食育ソングライター（登録商標）、日本音楽著作権協会会員、日本作詩家協会会員						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	いつでも	時間	応相談				
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）	交通手段	自動車（要駐車場）				

登録No.	ジャンル …登録名								
T12202	防災・減災…片山 晋								
更新年月日	1899年12月30日	指導	○	講演	○	披露		小中学校への協力	○
大地震など大災害の時、被災後のことより先ずは命と家屋財産を守るのが最優先です。家庭と地域の防災・減災への取り組みを最も専門とし、その自助・共助の考え方と進め方の具体的な方法を実施例でお話しします。 【プログラムの内容】 私の考案したプログラム、それらを体験する「発災直後の行動ゲーム」(J-DAG)や速やかに漏れなく安否確認する方法や、防災を勉強する「防災めぐり」などは神奈川県内で徐々に普及しています。									
									
経験・資格	「防災塾・だるま」自治会防災17年。各種防災ゲーム作成。防災冊子作製。横浜アマチュア無線非常通信協力会・磯子区支部長。防災経験27年。								
活動対象者	どなたでも			活動可能場所		横浜市内・外			
活動可能日	いつでも			時間		終日			
条 件	無償(交通費・材料費)			交通手段					

登録No.	ジャンル …登録名						
T12311	子育て、教育… オヤコウチ						
更新年月日	2026年4月20日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
子育ては「学ぶもの」。なんとなーくをやめて、子ども、そして親自身の未来に繋がる、親子関係やおうち環境の作り方を学び、実践していきましょう！ 【プログラムの内容】 ①感情や周りに振り回されない親の自分軸づくり ②賢くメンタル強い子に育つ関わり方 ③子離れ・親離れできるおうち環境と境界線							
							
経験・資格	小学校教師(17年)・家庭教師(7年)・整理収納アドバイザー・学校や親御様向けセミナー多数・三姉妹ママ						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		横浜市内			
活動可能日	いつでも	時間		終日			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名						
T12310	心とカラダを緩めるセルフケア…ゆるケア						
更新年月日	2026年2月4日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
整体とヨガの要素を取り入れて、心と体を緩めていきます。凝り固まった筋肉や腱を、手やテニスボールを使って緩めます。ヨガの準備運動で関節を緩めます。バランスが整い、自然と全身を使って動けるように。体が硬い方大歓迎です。 【プログラムの内容】 産前産後、子供ケア、肩凝り、腰痛、坐骨神経痛、花粉症、アレルギーアトピー、等のケア。ご要望に応じてプログラムを作成します。							
							
経験・資格	産前産後、子供ケア、肩凝り、腰痛、坐骨神経痛、花粉症、アレルギーアトピー、等のケア。ご要望に応じてプログラムを作成します。						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	横浜市内				
活動可能日	応相談	時間	応相談				
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段	公共交通				

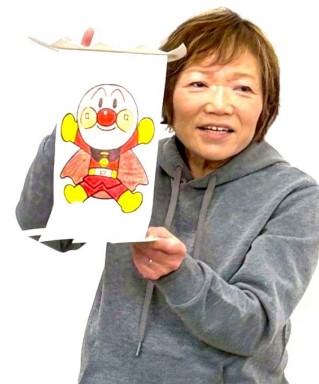
登録No.	ジャンル …登録名						
T12309	我が子がイジメに！～保護者の正しい対応～…久保田 顕						
更新年月日	2026年1月15日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力
「もし我が子がイジメにあったら！」・・・子育てをする親なら一度は考えたことがあるのではないのでしょうか。もしそれが現実になってしまった時に、親がすべき適切な行動とは何か？！PTA会長や学校運営協議委員などで学校の働きをサポートしつつ、自身が子育てをする中で体験した様々な出来事やイジメを受けた子どもに対する心得や行動について、一緒に考える時間をもっていきたいと思います。 【プログラムの内容】 ①講演を20分～60分（要望に合わせて）行います。②質疑応答を行います。③その後に参加者の人数によって、相談会もしくはグループディスカッション							
経験・資格	小学校のPTA会長、学校運営協議委員、磯子区こども食堂ネットワーク代表						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	横浜市内・外				
活動可能日	応相談	時間	応相談				
条 件	無償（交通費・材料費別）	交通手段	自動車（要駐車場）				



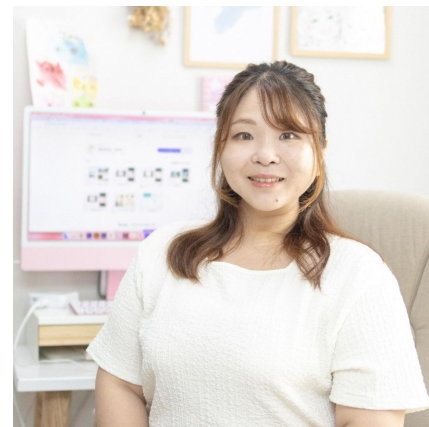
登録No.	ジャンル …登録名						
T12307	子育て・ママ支援…渡邊 ケイ子						
更新年月日	2026年2月5日	指導		講演	○	披露	小中学校への協力 ○
子どもの“こころ”を育てる 発達に合わせた育児 日本の育児文化をお伝えします。 一緒にお話ししませんか。 【プログラムの内容】 ●母乳育児 卒乳はいつ? ●きょうだいの育児(何故やきもちを焼くの?) ●叱らない育児って? ●今のトイレトレーニングは? ●幼児期からの性教育って必要なの?(赤ちゃんは何処からうまれてくるの?に答えられますか?) ●イヤイヤ期の対応法 ●妊娠中 出産後の身体 ●避けて通れない更年期 ●子そだて今・昔(こんなに変化しています) etc.							
							
経験・資格	ファイナンシャルプランナー3級 助産師 家族支援員						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	横浜市内				
活動可能日	いつでも	時間	応相談				
条 件	無償(交通費程度)	交通手段					

登録No.	ジャンル …登録名									
T12306	学習…岩間 寿々子									
更新年月日	2026年1月26日		指導	○	講演		披露		小中学校への協力	○
国語、算数、英語について、学校の授業で分からなかった部分や学校から出された宿題をやって解けるまで、楽しみながら教えます。また、教科書に準拠したドリルの問題を チャレンジして、応用力を確実なものにします。 【プログラムの内容】 ・困っている方対象に学習指導。 ・ご本人が分からないところを分かりやすく指導します。 一緒に勉強しようよ。 授業・勉強が苦手、嫌だ→楽しい、好きだ に変身！ 地域のおじさん・おばさんが一人一人にお手伝いするよ。 学校は人々との交流の場であり、友達や先生に会えるから楽しく通うことができます。「楽習教室」にくると生徒一人一人に合った具体的な学習指導を行います。学校の授業が「分かる！」「面白い！」という満足感が生まれるのは、もっともっと楽しくなると。 そこで、子どもたちの学習のサポートをしたいと考え、会社・塾・習い事などの忙しいスケジュールを乗り越え、楽しく学習できる場「楽習教室」をつくっています。 たし算、ひき算、九九、かけ算、わり算、分数、小数、漢字の読み書き、読解、音読、漢字の読み書き、漢字の読み書き、その他基礎的な学習指導につくよう指導しています。										
経験・資格	横浜市立大学数学科卒業で中学校数学教員免許取得。子育て支援に長年従事。栄区で小学生学習支援に長年従事。電気メーカー勤務時に米国東海岸バージニア州に赴任経験あり。									
活動対象者	中学生まで			活動可能場所		磯子区内のみ				
活動可能日	水曜日			時間		午後15時～				
条 件	無償(交通費・材料費別)			交通手段						

登録No.	ジャンル …登録名						
T12305	子育て支援…平林 淳子						
更新年月日	2026年2月3日	指導	○	講演		披露	○ 小中学校への協力 ○
長年の保育経験を活かし、親子で楽しめるリトミックや遊び、読み聞かせ、工作も行います。日々の育児に役立つヒントも満載。イベントや子ども会や、育児相談にも対応します。 【プログラムの内容】 手遊び・ふれあい遊び・体操・リトミック、公園遊び、絵本やパネルシアター、季節の工作など、ご要望に合わせて楽しい親子プログラムを作成します。育児相談にも対応し、親子の笑顔を広げます。							
経験・資格	保育士免許、幼稚園教諭二級免許、介護職員初任者研修（旧ヘルパー2級）修了。親子教室や育児支援の担当保育士として長年親子に寄り添い、ママや子どもたちと向き合ってきました。現在も子育てサークルを支援し、地域の子育てを						
活動対象者	子ども（小学生まで）・保護者	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	応相談	時間	応相談				
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段	バイク（要駐輪場）				



登録No.	ジャンル …登録名						
T12427	育児と仕事の両立支援…cotori						
更新年月日	2026年9月11日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
「子どものため」だけではなく、「私はどうしたい？」を考える時間。これまでの経験や強みを振り返り、子育てと仕事、これからの生き方を考えます。自分の人生を、自分で選ぶための講座です。 【プログラムの内容】 ①「母親だから」をいったん横に置いて、自分自身を振り返る。 ②これまでの経験から「私の強み・できること」を見つける。 ③子育てと仕事の両立、自分らしい働き方を考える。 ④これからやってみたいこと・大切にしたいことを言葉にする							
経験・資格	国家資格キャリアコンサルタント・介護福祉士／介護職・管理職として約10年勤務／3児の母／会社員からフリーランスへの働き方の転換を経験／子育て・キャリア・働き方に関する講座を実施						
活動対象者	その他	活動可能場所	横浜市内				
活動可能日	いつでも	時間	終日				
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段	公共交通				



登録No.	ジャンル …登録名						
T12426	終活・相続相談…川口 大作						
更新年月日	2026年4月4日	指導		講演	○	披露	
						小中学校への協力	○
預金や不動産の整理、相続税対策など相続で起こりやすい困りごとに対して、事前に備えたい基礎知識を分かりやすくお伝え致します。 【プログラムの内容】 なぜ今、終活が必要なのか？相続で起こりやすい困りごと。実際の進め方～エンディングノートを書いてみよう。							
							
経験・資格	FP3級、終活ガイド3級、認知症アドバイザー3級						
活動対象者	高齢者	活動可能場所		横浜市内			
活動可能日	応相談	時間		終日			
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名								
T12425	投資の基本…山田 貴則								
更新年月日	2026年3月3日	指導		講演	○	披露		小中学校への協力	○
証券会社に勤務してきた経験をフルに生かしテレビのコメンテーターとは違った話しをしたいと思っています。みなさんが投資をする留意点等をお話ししたいと思います。つまり株式投資の心得です。個別の銘柄の話しはしません。 【プログラムの内容】 ワードをコピーして配りながら話しをしたいと思います。出来ればホワイト・ボードがあれば助かります。分かりやすく簡単に。									
									
経験・資格	第一種証券外務員、内部管理者、生命保険募集人								
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	磯子区内及び近隣区						
活動可能日	いつでも	時間	午後						
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段	自動車（要駐車場）						

登録No.	ジャンル …登録名							
T12424	学校教育程度の数学…柴 興志							
更新年月日	2026年3月3日	指導	○	講演		披露	小中学校への協力	○
高校程度の数学について、地域活動で指導する。（１）数学史 （２）解法 【プログラムの内容】 予め小学生・中学生・高校生に分けて日程を組み、基本的な解法を解説する。								
経験・資格	1962年中学校の夏期講習。1967年大学受験の夏期講習を担当1974～75年企業内数学教室担当							
活動対象者	その他（中・高生）		活動可能場所		磯子区内のみ			
活動可能日	応相談		時間		応相談			
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）		交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名						
T12423	相続手続き…田代 貴祥						
更新年月日	2026年1月20日	指導		講演	○	披露	小中学校への協力 ○
高齢社会が進み人手不足が深刻化する中で、相続を自分で行える社会が実現すれば、持続可能な社会につながるのではないかと考え、活動しています。本講座では相続の基本をお伝えします。なお、終活を目的とした内容ではありません。 【プログラムの内容】 初めての相続DIY講座。相続を自分で行う理由や高齢社会における相続手続きの現状を学びます。残された家族が感じる手続きの煩雑さや不安を、専門家とは違う視点で講演とワークを通じて理解します。法律相談は行いません。（法律の観点から）							
							
経験・資格	相続診断士（一般社団法人 相続診断協会認定） 「相続これ1冊」 特許権者（特許第7174455号） 主にYouTube、一部TVにも出演						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		横浜市内・外			
活動可能日	いつでも	時間		応相談			
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段		自家用車（要駐車スペース）			

登録No.	ジャンル …登録名						
T12422	絵本の読み聞かせ講座…金子 志穂						
更新年月日	2026年2月9日	指導	○	講演		披露	小中学校への協力
「心が安らぐ絵本の読み聞かせ」「初めての絵本の読み聞かせ」等のテーマでカルチャーセンター講師を8年務めております。磯子区内の地区センターやコミュニティーハウスでは「親子の読み聞かせ」や「大人のための絵本のお話会」も実施中です。 【プログラムの内容】 「絵本の読み聞かせ」講座では読み聞かせの効果（癒しや認知症予防等）をお伝えする他に、子育てにも役立つ「知るだけで出来るコツ」等もお伝えしております。ダメ出しはありません「あなたのままで上手くなる」講座です。							
							
経験・資格	(社) JAPAN絵本よみきかせ協会認定よみきかせ講師(8年)、保育士資格あり。他区の書店や磯子区内の地区センターやコミュニティー等でのお話会を実施。令和4年の磯子区幼保小教育交流事業の研修会講師を務めさせていただきました						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所		磯子区内のみ			
活動可能日	応相談	時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段		公共交通			

登録No.	ジャンル …登録名									
T12421	お金のはなし、特殊詐欺にご注意…加藤 明彦									
更新年月日	2026年1月15日	指導		講演	○	披露		小中学校への協力	○	
人生の3大資金と、これに対する早いうちからの備えに関する「金融の知識」を持ちましょう。皆様が、より良い人生を送るためです！これまでに磯子区をはじめ横浜市内にて数十回の講演を実施しました。 【プログラムの内容】 ①人生の3大資金・お金にも寿命がある！ ②特殊詐欺・悪質商法にご注意！										
経験・資格	2022年以降、10数回の講演実施。									
活動対象者	どなたでも			活動可能場所	横浜市内					
活動可能日	いつでも			時間	応相談					
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)			交通手段						

登録No.	ジャンル …登録名						
T12419	シティガイド…NPO横浜シティガイド協会						
更新年月日	2026年2月9日	指導		講演	○	披露	小中学校への協力
平成4年に生涯学習のグループとして発足し、平成15年2月には特定非営利活動法人(NPO)として出発。会員は約100名を超え、小学生から各年代の方々を多い年で1万人以上ご案内している。また横浜マリントワーにおける周辺の観光案内、行政等と協力ガイド、行政等からの委託講座・ガイド、「市民講座」の開催と講師派遣、書籍(ぶらりハマ歩き、ハマの建物探検)やマップ等の出版を行っている。 【プログラムの内容】 市内を中心とした地域のガイドツアー・横浜を知る各種講座							
経験・資格							
活動対象者	小学生以上	活動可能場所		横浜市内			
活動可能日	応相談	時間		応相談			
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段		公共交通			



登録No.	ジャンル…登録名								
T12418	職場のモチベーション・よき対人関係のとり方、将来のキャリアプランなど…ガンボキャリア開発センター								
更新年月日	2026年1月31日	指導	☐	講演	☐	披露	☐	小中学校への協力	☐
長年、日本産業カウンセリング協会認定講師などを通じて、セミナー講師やカウンセラーを担当し、現在も継続中です。磯子区の在住者として、少しでも地域の皆様や、企業からのご要望があれば、ボランティア（無償）で、お役に立てたらと思っています。 【プログラムの内容】 講演よりも参加型 ①後輩の成長とモチベーションに繋がる職場へ（若手社員の元気にむけて）②ハラスメント事例・禁句・態度とは、よき人間関係、職場づくりの方法 など③定年後を迎えた方の働き方、元気で健康、おだやかな家庭生活の日々の暮らしへ									
経験・資格	・産業カウンセラー（日本産業カウンセラー協会）・キャリアコンサルタント（国家資格）・心理相談員（中労災）など								
活動対象者	どなたでも		活動可能場所		横浜市内				
活動可能日	いつでも		時間		応相談				
条 件	無償（交通費・材料費別）		交通手段		公共交通				



登録No.	ジャンル …登録名						
T12414	自己肯定、癒し、生き方…宮島 雅美						
更新年月日	2026年2月16日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力 ○
自分を受け止め、認め、はげまし、ほめることで自尊心、自己肯定感が高まります。自分らしく生きる、自分らしい幸福のを見つけ方をお伝えしています。グループ個人指導にも対応しています。 【プログラムの内容】 自分のほめ方を具体例をとおして、実践しほめ日記の書き方の練習をします。							
							
経験・資格	セルフエスティームコーチ（自尊心、自己肯定感コーチ）心理カウンセラー、チャイルドセラピスト、磯子区、神奈川 区民活動支援センターで講座開催 各コミュニティで活動中						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	平日	時間	応相談				
条 件	有償（～5,000円材料費別・交通費込み）	交通手段					

登録No.	ジャンル…登録名						
T12413	法律一般…松田 健						
更新年月日	2026年1月28日	指導	○	講演	○	披露	小中学校への協力
相続をテーマに、相談会及び講演会を行っています。相続において一番大切なことは「争わない」ことであるとの考え方のもと、遺言書の作成支援等、相続トラブルの予防に向けた活動には特に力を入れています。少人数の集まりに無料で出張いたします。 【プログラムの内容】 相続・遺言・登記・無料相談会及び後援会など。							
経歴・資格	行政書士 社会保険労務士 経験13年						
活動対象者	大人	活動可能場所	磯子区内及び近隣区				
活動可能日	いつでも	時間	午後/13時～17時				
条 件	無償(交通費・材料費別)	交通手段					



登録No.	ジャンル …登録名						
T12412	社会人・ビジネスマナー…原田 浩						
更新年月日	2026年1月19日	指導		講演	○	披露	小中学校への協力
①学生向け、就活・採用面接のためのビジネスマナー研修。②一般社会人向け、社会人マナー振り返り研修。③居住外国人向け、日本固有のマナーを学ぶ研修。④企業団体向け、ビジネスマナーおよび文書研修・階層別研修。それぞれご相談に応じます。 【プログラムの内容】 1 挨拶と返事 2お辞儀（礼）の3種 3敬語と会話 4一般文書 5手紙・葉書 6電話対応 7メールの注意などご要望に応じます。							
経験・資格		企業での社員採用及び人材教育。現在、某製造会社の新入社員研修13年連続実施中。大学生の就活セミナー。大学生のエントリーシート・履歴書及び新入社員の作文、添削作業					
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	横浜市内				
活動可能日	いつでも	時間	終日				
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段	応相談				



登録No.	ジャンル …登録名							
T12405	法律一般…河本 保樹							
更新年月日	2026年1月28日	指導	○	講演	○	披露		小中学校への協力
相続をテーマに、相談会及び講演会を行っています。相続において一番大切なことは「争わない」ことであるとの考えのもと、遺言書の作成支援等相続トラブルの予防に向けた活動には特に力をいれています。 【プログラムの内容】 ○相続・遺言・登記 無料相談会及び講演会 ○少人数の集まりに無料で出張いたします。								
								
経歴・資格	司法書士							
活動対象者	高齢者	活動可能場所		磯子区内及び近隣区				
活動可能日	いつでも	時間		午後13時～17時				
条 件	無償(交通費・材料費別)			交通手段				

登録No.	ジャンル …登録名						
T12404	教育…いそごスイミンひろば						
更新年月日	2026年2月10日	指導	○	講演		披露	小中学校への協力 ○
毎日の快いスイミンをデザインする。私たちは、睡眠健康教育機構認定の睡眠健康指導士として地域の小学校や中学校、地域包括支援センターを訪問し、睡眠衛生に関する講話やワークショップを実施します。子供たちや親御さん、高齢者の方々など、睡眠に関する悩みは多種多様です。一人一人のライフスタイルにあった睡眠について一緒に考えてみませんか。ご連絡お待ちしております。 【プログラムの内容】 ライフスタイルや季節に応じた睡眠の質を改善するために様々なメソッドをつかって解説します。							
経験・資格	睡眠健康指導士、睡眠改善インストラクター、薬剤師、キャリアコンサルタント						
活動対象者	どなたでも	活動可能場所	横浜市内・外				
活動可能日	いつでも	時間	応相談				
条 件	有償(～5,000円材料費別・交通費込み)	交通手段					

