

廿日市市生涯学習人材バンク

～あなたの力を地域で生かしてみませんか～



廿日市市生涯学習人材バンクは、地域におけるさまざまな学習活動や体験活動などの講師を探している人と、これまでの仕事や学習活動によって得た専門的な知識や経験、技能などをお持ちの方（または団体）とをつなぐ制度です。

人材バンクに登録していただいた地域の方と、学習・体験の活動の場がつながることで、いつでもどこでも自ら学ぶことができ、またその成果を生かすことができるまちづくりを目指しています。



利用したい

- *講演会の講師を探している
- *技術指導をしてほしい
- *研修・講座の講師をお願いしたい

1. 廿日市市ホームページの生涯学習人材バンク「登録人材リスト」から依頼をしたい講師を決めてください。
(過去の講座のチラシなど、詳しく知りたい場合は生涯学習課までご連絡ください。)
2. 依頼する講師が決まったら、生涯学習課にご連絡ください。
3. 講師へ紹介依頼があったことを伝えます。
4. 詳細については、講師と直接打合せをしてください。

※ 利用者は原則2人以上でお願いします。



廿日市市生涯学習人材バンク
ホームページ



登録したい

- *特技を生かしたい
- *地域に貢献したい
- *もっと多くの人に教えたい

1. 廿日市市ホームページ、または市役所4階生涯学習課窓口の、「生涯学習人材バンク登録申込書(個人用/団体用)」に必要事項を記入の上、持参、郵送、メール、FAXのいずれかの方法で生涯学習課に提出してください。
2. 記入していただいた内容を廿日市市ホームページに掲載します。
3. 紹介依頼があった場合、生涯学習課から確認の連絡をします。

[注意事項]

- *登録は無料です。
- *選挙・政治活動や宗教、営利を目的とするもののほか、公序良俗に反するなど、生涯学習人材バンクにふさわしくないと認められる場合は、登録できません。

分野表（現在登録のあるもの）

分野	指導内容	
	個人登録	団体登録
心理	心理カウンセリング、アンガーマネジメント 等	
歴史、地理 紀行	世界遺産、鉄道の利用方法 等	
社会 ボランティア	うたあそび（乳幼児）、終活、ライフプラン、 平和学習 等	音訳ボランティア 等
教育 風俗習慣	発達相談 等	マナー・話し方 等
自然科学 衛生学 予防医学	気功、ハーブ・アロマセラピー、漢方、睡眠 等	気象、食育、健康 等
技術、家庭 工学、情報科学 製造、加工	料理、お菓子、パン、着付け、パッチワーク、 手づくり石けん 等	料理、お菓子、パン 等
芸術	表装、和綴本、御朱印帳、己書、横笛、大正琴、 フルート、オーケストラ、吹奏楽 等	ミニコンサート、合唱 等
スポーツ	ストレッチ、ヨガ、ジャザサイズ 等	
諸芸、娯楽	茶道、華道、社交ダンス、カントリーダンス、 スクエアダンス、ラウンドダンス 等	カントリーダンス、スクエアダンス、 ラウンドダンス、ジャズダンス 等
言語		朗読 等

申込み・問合せ

廿日市市教育委員会生涯学習課

〒738-8501 廿日市市下平良一丁目 11 番 1 号

電話：0829-30-9203（直通） F A X：0829-32-5163

Eメール：shogaigakushu@city.hatsukaichi.lg.jp



目次

▶ 依頼申込書	_____	4 ページ
▶ 登録申込書	_____	5 ページ
・ 個人用		
・ 個人用（記入例）		
・ 団体用		
・ 団体用（記入例）		
▶ 個人登録一覧	_____	10 ページ
▶ 団体登録一覧	_____	17 ページ

廿日市市人材バンク依頼申込書

フリガナ 氏名 (団体の場合は代表者名)	
フリガナ 担当者名	
連絡先電話番号 (平日 8:30~17:15 に連絡のつく番号)	講師に連絡先を (伝えてよい / 伝えない)
依頼する講師名	
依頼内容	
※ 申し込まれた方は、「依頼する」・「条件が合わず依頼できない」などの依頼結果を生涯学習課までご連絡ください。	
依頼結果について	
※事務局記入欄	依頼する / 条件が合わず依頼できない

廿日市市生涯学習推進本部長 様

個人用

私は、廿日市市生涯学習人材バンクに登録の申し込みをするとともに、下記の情報が公開されることに同意します。

令和 年 月 日 氏名(自署)

フリガナ				冊子・本市ホームページへの掲載
氏名				掲載します
性別	男・女・その他	※依頼者からの問合せがあった場合 伝えてよい・伝えない		掲載しません
生年	大正・昭和・平成・令和 年(西暦 年)			
住所	〒 ー			
	①	県	市	「市」のみ掲載します
	②			掲載しません
電話	※平日 8:30~17:15 に連絡のつく番号		FAX	
Eメールアドレス	※@city.hatsukaichi.lg.jp や、添付ファイル付メールを受け取れるよう設定しておいてください。			

指導内容					*20字以内
指導内容の詳細 資格、実績、PR ホームページ、SNS など(具体的に)					
※指導内容ごとに登録するので、複数ある場合はコピーまたは本市ホームページからダウンロードして、用紙を分けてください。					※記入欄が足りない場合は、裏面の自由記入欄をご利用ください。
指導方法	1. 講義	2. 実技	3. オンライン講座		
	4. その他()				
条件	対象	1. 指定なし	2. 乳幼児	3. 小学生	4. 中学生・高校生
		5. 成人 6. その他()			
	曜日	1. 指定なし 2. 月・火・水・木・金・土・日・祝			
		3. 応相談(詳しく)			
	時間	1. 指定なし 2. その他(: ~ :) *具体的に記入			
	3. 応相談(詳しく)				
指導可能地域	1. 廿日市市内全域	2. 廿日市地域	3. 佐伯地域		
	4. 吉和地域	5. 大野地域	6. 宮島地域	7. 廿日市市外	
費用	1. 無償		2. 実費(交通費)	3. 実費(材料費:詳しく)	
	4. 有償(円/講座時間 分)		5. 応相談(詳しく)		

- * 登録申込書の新規または変更には○印をし、変更の場合は、氏名と変更箇所のみ記入してください。
- * 指導内容は、ホームページまたは生涯学習課窓口にあるチラシ裏面の分野表を参考にしてください。
- * 指導内容を複数希望される方は、内容ごとに申込書を提出してください。
- * 指導内容の詳細が分かる資料(チラシ、活動の紹介文など)がある場合は、添付してください。

〈自由記入欄〉

廿日市市生涯学習人材バンク

新規
変更

登録申込書

★登録番号(事務局記入欄)

廿日市市生涯学習推進本部長 様

個人用

私は、廿日市市生涯学習人材バンクに登録の申し込みをするとともに、下記の情報が公開されることに同意します。

令和 6 年 4 月 1 日

氏名(自署) 廿日市 桜子

フリガナ	はつかいち さくらこ			冊子・本市ホームページへの掲載
氏名	廿日市 桜子			掲載します
性別	男・ <input checked="" type="radio"/> 女・その他	※依頼者からの問合せがあった場合 伝えてよい・伝えない		掲載しません
生年	大正 <input checked="" type="radio"/> 昭和・平成・令和	40 年(西暦 1965 年)		
住所	〒 738 - 8501			「市」のみ掲載します
	① 広島県 県 廿日市 市			
			② 下平良 一丁目 11 番 1号	
電話	0829-30-9203 ※平日 8:30~17:15 に連絡のつく番号	FAX	0829-32-5163	掲載しません
Eメールアドレス	sakura@city.hatsukaichi.lg.jp ※@city.hatsukaichi.lg.jp や、添付ファイル付メールを受け取れるよう設定しておいてください。			

指導内容	料理教室 *20字以内			
指導内容の詳細 資格、実績、PR ホームページ、SNS など(具体的に)	<ul style="list-style-type: none"> ・成人から子ども、親子、男性料理教室など、各種の料理・お菓子作り教室を行うことができる。 ・内容は対象に合わせ、料理の基本からおせち料理、郷土料理などが可能。 ・お菓子作りも、子ども対象のクッキー作りや、成人を対象としたケーキ作りなどが可能。 ・食育コーディネーター、調理師免許 			
※指導内容ごとに登録するので、複数ある場合はコピーまたは本市ホームページからダウンロードして、用紙を分けてください。	※記入欄が足りない場合は、裏面の自由記入欄をご利用ください。			
指導方法	1. 講義 <input checked="" type="radio"/> 2. 実技 <input checked="" type="radio"/> 3. オンライン講座 <input type="radio"/> 4. その他()			
条件	対象	1. 指定なし <input type="radio"/> 2. 乳幼児 <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> 3. 小学生 <input checked="" type="radio"/> 4. 中学生・高校生 <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> 5. 成人 <input type="radio"/> 6. その他()		
	曜日	1. 指定なし <input type="radio"/> 2. <input checked="" type="radio"/> 月・ <input checked="" type="radio"/> 火・ <input checked="" type="radio"/> 水・ <input checked="" type="radio"/> 木・ <input checked="" type="radio"/> 金・ <input checked="" type="radio"/> 土・ <input checked="" type="radio"/> 日・ <input checked="" type="radio"/> 祝 <input type="radio"/> 3. 応相談(詳しく)		
	時間	1. 指定なし <input type="radio"/> <input checked="" type="radio"/> 2. その他(9 : 00 ~ 12 : 00) *具体的に記入 3. 応相談(詳しく)		
	指導可能地域	<input checked="" type="radio"/> 1. 廿日市市内全域 <input type="radio"/> 2. 廿日市地域 <input type="radio"/> 3. 佐伯地域 <input type="radio"/> 4. 吉和地域 <input type="radio"/> 5. 大野地域 <input type="radio"/> 6. 宮島地域 <input type="radio"/> 7. 廿日市市外		
費用	<input type="radio"/> 1. 無償 <input checked="" type="radio"/> 2. 実費(交通費) <input checked="" type="radio"/> 3. 実費(材料費:詳しく 講座ごとの食材費用) <input type="radio"/> 4. 有償(1000 円/講座時間 120 分) <input type="radio"/> 5. 応相談(詳しく)			

- * 登録申込書の新規または変更には○印をし、変更の場合は、氏名と変更箇所のみ記入してください。
- * 指導内容は、ホームページまたは生涯学習課窓口にあるチラシ裏面の分野表を参考にしてください。
- * 指導内容を複数希望される方は、内容ごとに申込書を提出してください。
- * 指導内容の詳細が分かる資料(チラシ、活動の紹介文など)がある場合は、添付してください。

〈自由記入欄〉

- ・平成30年度、廿日市市〇〇子ども会でお菓子作り講師、広島市〇〇公民館で親子で楽しむクリスマス料理教室講師など。
- ・令和5年度、廿日市市〇〇市民センターで青年料理教室講師、〇〇市民センターで男の料理教室講師、〇〇まつりに子どもクッキー作り体験コーナーで出展など。
- ・高齢者施設での勤務経験もあるので、高齢者のための食生活改善講座も可能。子ども～高齢者まで分かりやすく、親しみやすい指導ができます。

廿日市市生涯学習人材バンク

新規
変更

登録申込書

★登録番号(事務局記入欄)

廿日市市生涯学習推進本部長 様

団体用

私は、廿日市市生涯学習人材バンクに登録の申し込みをするとともに、下記の情報が公開されることに同意します。

令和 年 月 日 氏名(自署)

		冊子・本市ホームページへの掲載	
フリガナ 団体名			掲載します
フリガナ 代表者氏名	会員数 人		掲載しません
所在地	〒 ー		「市」のみ掲載します
	① 県 市		
連絡先	住所 ※所在地と同じ場合、同上と記入。	〒 ー	掲載しません
		① 県 市	
		②	
	フリガナ 担当者氏名		
電話	※平日 8:30~17:15 に連絡のつく番号	FAX	
Eメール	※@city.hatsukaichi.lg.jp や、添付ファイル付メールを受け取れるよう設定しておいてください。		

指導内容	*20字以内				
指導内容の詳細 資格、実績、PR ホームページ、SNS など(具体的に)					
※指導内容ごとに登録するので、複数ある場合はコピーまたは本市ホームページからダウンロードして、用紙を分けてください。	※記入欄が足りない場合は、裏面の自由記入欄をご利用ください。				
指導方法	1. 講義	2. 実技	3. オンライン講座		
	4. その他 ()				
条件	対象	1. 指定なし	2. 乳幼児	3. 小学生	4. 中学生・高校生
		5. 成人			
		6. その他 ()			
	曜日	1. 指定なし			
		2. 月・火・水・木・金・土・日・祝			
	3. 応相談(詳しく)				
時間	1. 指定なし				
	2. その他 (: ~ :) *具体的に記入				
	3. 応相談(詳しく)				
指導可能地域	1. 廿日市市全域	2. 廿日市地域	3. 佐伯地域		
	4. 吉和地域	5. 大野地域	6. 宮島地域	7. 廿日市市外	
費用	1. 無償				
	2. 実費(交通費)				
	3. 実費(材料費:詳しく)				
	4. 有償 (円/講座時間 分)				
	5. 応相談(詳しく)				

* 登録申込書の新規または変更にはO印をし、変更の場合は、氏名と変更箇所のみ記入してください。

* 指導内容は、ホームページまたは生涯学習課窓口にあるチラシ裏面の分野表を参考にしてください。

* 指導内容を複数希望される方は、内容ごとに申込書を提出してください。

* 指導内容の詳細が分かる資料(チラシ、活動の紹介文など)がある場合は、添付してください。

〈自由記入欄〉

廿日市市生涯学習人材バンク

新規
変更

登録申込書

★登録番号(事務局記入欄)

廿日市市生涯学習推進本部長 様

団体用

私は、廿日市市生涯学習人材バンクに登録の申し込みをするとともに、下記の情報が公開されることに同意します。

令和 6 年 4 月 1 日

氏名(自署) 廿日市 学

フリガナ 団体名		レクリエーションドウコウカイ レクリエーション同好会		掲載します	
フリガナ 代表者氏名		ハツカイチ マナブ 廿日市 学	会員数 15 人	掲載しません	
所在地		〒 738 - 0023 ① 広島 県 廿日市 市 ② 下平良 一丁目 11番 1号		「市」のみ掲載します	
連絡先	住所 ※ 所在地と同じ 場合、同上と記入。	〒 - ① 県 市 ② 同上		掲載しません	
	フリガナ 担当者氏名	ハツカイチ マナブ 廿日市 学			
	電 話	0829-30-9203 ※平日 8:30~17:15 に連絡のつく番号	F A X		0829-32-5163
	Eメール	manabouya@city.hatsukaichi.lg.jp ※@city.hatsukaichi.lg.jp や、添付ファイル付メールを受け取れるよう設定しておいてください。			

指導内容	健康レクリエーション	*20字以内			
指導内容の詳細 資格、実績、PR ホームページ SNS など(具体的に) ※指導内容ごとに登録するので、複数ある場合はコピーまたは本市ホームページからダウンロードして、用紙を分けてください。	<ul style="list-style-type: none"> レクリエーション全般。けん玉、ストレッチ、手遊び、昔あそび等、遊びを通じて交流の場を作ります。 会員に、レクリエーション・インストラクター有資格者 3人、生涯学習インストラクター2級有資格者 2人。 	※記入欄が足りない場合は、裏面の自由記入欄をご利用ください。			
指導方法	1. 講義 4. その他 ()	2. 実技 3. オンライン講座			
条件	対 象	1. 指定なし 5. 成人	2. 乳幼児 6. その他 ()	3. 小学生 4. 中学生・高校生	
	曜 日	1. 指定なし 3. 応相談(詳しく)	2. 月・火・水・木・金・土・日・祝		
	時 間	1. 指定なし 3. 応相談(詳しく)	2. その他 (: ~ :) *具体的に記入		
	指導可能 地域	1. 廿日市市内全域 4. 吉和地域	2. 廿日市地域 5. 大野地域	3. 佐伯地域 6. 宮島地域	7. 廿日市市外
	費 用	1. 無償 4. 有償 (円/1時間) 5. 応相談(詳しく)	2. 実費(交通費)	3. 実費(材料費:詳しく)	

- * 登録申込書の新規または変更には○印をし、変更の場合は、氏名と変更箇所のみ記入してください。
- * 指導内容は、ホームページまたは生涯学習課窓口にあるチラシ裏面の分野表を参考にしてください。
- * 指導内容を複数希望される方は、内容ごとに申込書を提出してください。
- * 指導内容の詳細が分かる資料(チラシ、活動の紹介文など)がある場合は、添付してください。

〈自由記入欄〉

- ・平成29、30年度 生涯学習フェスティバルに参加し、けん玉を展示し、来場者に体験してもらう。
- ・令和5年度 廿日市市内〇〇小学校3年生のPTCAで、防災についてカードを使ってゲームをしながら学習した。また、〇〇市民センターの高齢者学級で、ストレッチをしながら交流会をした。
- ・子どもから高齢者まで対象に合わせてプログラムを作成し、楽しく指導します。

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
------	-----------	--------	------	----	-----------------	----	----------

心理

心理 カウンセリング	すずき ちさ 鈴木 智砂 所在地：廿日市市	一般社団法人 アンガーマネジメントジャパン（AMJ）実践リーダ―、児童精神科看護師、公認心理師 対人関係や日常生活の中で起こる悩みなどの相談、ストレスケアや自分との上手な付き合い方を見つけていくお手伝いをします。	その他 (Web、面接、チャット)	指定なし	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域：-	有償 (面接：3,000円/1時間、チャット：3,000円/90分)	個 22 -1
アンガーマネジメント	すずき ちさ 鈴木 智砂 所在地：廿日市市	一般社団法人 アンガーマネジメントジャパン（AMJ）実践リーダ―、児童精神科看護師、公認心理師 ストレスマネジメント、自己理解、対人スキル 相手を尊重しつつ、自分の意見を伝える方法を個人・団体へレクチャーします。	講義 実技 その他 (個人カウンセリング)	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上) その他(保護者)	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域：-	応相談	個 22 -2

歴史、地理、紀行

世界遺産講座	ふるた はるひさ 古田 陽久 所在地：広島市	ユネスコの世界遺産を豊富な資料をもとに旅行にも役立つよう楽しく学習します。 一方的な講演ではなく、受講者との対話を重視します。講師は、世界70カ国、約300の世界遺産地を歴訪。著書は、「ユネスコ遺産ガイド」など約275冊、にっぽん丸などクルーズ船での講演、TBSテレビ「ひるおび」などテレビ出演多数。 (HP) http://www.wheritage.net	講義	成人(18歳以上)	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域： 廿日市内全域 廿日市市外	応相談	個 16
鉄道の利用方法	たきむね しゅういち 滝宗 征一 所在地：広島市	新幹線にまつわる話。 JR全般(阿品市民センター、平良市民センター、五日市中央公民館等で講座開催)、JR利用法(特に安い利用方法)、JR各社の特徴	講義	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：金以外 ▶時間：指定なし ▶活動可能地域： 廿日市地域 大野地域 宮島地域	無償	個 19

社会、ボランティア

平和学習	くまがい みさお 熊谷 操 所在地：廿日市市	被爆体験伝承者(広島市認定)(被爆体験伝承者育成事業(広島市)の1期生) ・笠岡貞江さん(当時12才)の伝承をしています。 ・平和記念公園内 平和資料館での講話及び、広島県内派遣 ・国立広島原爆死没者追悼平和記念館から全国派遣	その他(講話)	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域： 廿日市内全域 廿日市市外	応相談	個 15
------	------------------------------	--	---------	-----------------------------	---	-----	---------

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
終活 ライフプラン	よねくら ひさえ 米倉 久詠 所在地：広島市	内容は応相談。（以下、セミナー例） ・終活、生きがい、やりがい、ライフプラン ・生き支度としての終活、死に支度としての終活、それぞれ学ぶ。 ・できるだけ介護期間を短く、イキキ生きる為、健康寿命について学ぶ。 ・家族に迷惑をかけない、自分がより良く生きる。を学ぶ。 ・継承（伝えたい事、お墓、家系図、不動産 等）について学ぶ。 ・小学生には、自分の命の大切さ、未来、ご先祖様を10代前迎ると1024人等の話をします。 （資格）終活カウンセラー協会認定終活講師、宅地建物取引士、家主家コンサルタント、整理収納アドバイザー1級、相続診断士、ハッピーエンディングプランナー （実績）広島市公民館、中国新聞文化センター、寺院、介護業者主催セミナー等、多数	講義 実技 オンライン講座 その他 （カードゲームでの終活も可）	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上) その他 （孫と祖父母、親子なども可）	▲曜日：指定なし ▲時間：指定なし ▲活動可能地域： 廿日市市内全域	実費 （交通費・材料費） + 応相談 （講師料：無償または有償）	個 20 -1
音楽、 身体を使った うたあそび	みむら あきこ 三村 明子 所在地：広島市	運動、音楽、ダンスを親子でうたうたって、おどって楽しむうたあそび。 幼稚園や保育園、教育テレビ番組等で大人気のうた、あそびうたを身体全体を使って、身体の使い方、リズムの楽しさなど音楽を通して学んでいける空間作りをします。 （実績）ショッピングモールで歌のお姉さんショー、オリジナルソング200公演以上。公民館、道の駅、養護施設、老人ホームでのリズムあそび。 （資格）幼稚園免許、保育士、児童発達支援管理者、ジュニアスポーツ指導員、スポーツプログラマー免許	実技	乳幼児	▲曜日：月・火・水・ 金・土・日・祝 ▲時間：指定なし ▲活動可能地域： 廿日市市内全域	実費（交通費） + 有償 （1万円/40分） 応相談	個 24

教育、風俗習慣

発達相談	すずき ちさ 鈴木 智砂 所在地：廿日市市	一般社団法人アンガーマネジメントジャパン (AMJ) 実践リーダー、 児童精神科看護師、公認心理師 発達障害のお子さんに関わる大人へ、障害理解と関わり方のコツ等を講座や個人へお伝えします。発達障害やグレーゾーンのお子さんに関わる人達が、のびのび生活できるお手伝い。	講義 実技 その他 （個人カウンセリング）	その他 （発達障害とグレーゾーンの子どもと、その子どもに関わる大人）	▲曜日：応相談 ▲時間：応相談 ▲活動可能地域：-	実費（交通費） + 応相談 （有償または無償。 有償の場合、 3,000円/1時間。）	個 22 -3
------	-----------------------------	--	--------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------	---	---------------

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
自然科学、衛生学、予防医学							
免疫力を上げる 気功法	おおいし かずひろ 大石 和博 所在地：甘日市市	中国新聞甘日市教室にて太極拳の講師。毎朝阿品公園にて、中国健康体操、八段錦、太極拳を指導中（ボランティア）。私自身が70代であることから、高齢者の健康維持を目指している。	実技	その他(高齢者)	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域： 甘日市地域 大野地域	実費 (交通費・材料費)	個 1
ハーブ アロマテラピー 漢方	おかだ ようこ 岡田 陽子 所在地：甘日市市	漢方薬・生薬認定薬剤師、JAMHA認定ハーバルプラクティショナー、AEAJ認定アロマテラピーインストラクター セルフケアに役立つハーブティ、薬草のブレンド（メンタルヘルス、免疫力アップなど）。ハーブやアロマを使ったクラフト講座（石けん、キャンドル、クリーム、調味料など）。漢方、中医学的考えに基づき養生法など	講義 実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域： 甘日市地域 甘日市市外（広島市 佐伯区） ※その他地域は応相談	実費 (交通費・材料費) + 応相談	個 18
「眠りと健康」 をテーマに 出張健康講座	ながみ やすひろ 永見 保浩 所在地：広島市	中高年の皆さまに多い「眠り」のお悩み。「不眠」のほかに「夜なかなか眠れない」「夜中に何度も目が覚めてトイレに行く」などといったことで眠りに不満を抱えている方が多くいらっしゃいます。また、不眠がちだと体調を崩しがちになります。そのためには「眠りの質を向上」させるのがイチバン！目からウロコが落ちる睡眠レクチャーと、熟睡できるセルフケアの実体験で眠りの質アップ、健康アップを目指します。「眠りの質を良くすると認知症予防になる」など、公民館などで大変人気が高く、高齢者の方に好評な講座の用意もあります。依頼に合わせて内容などの調整もできますので、お気軽にご相談ください。 (HP) ひろしま里山チーム https://team500.hiroshima.jp/member/profile/421	講義 実技	その他 (特に高齢者(50代以上)向き)	▶曜日：指定なし ▶時間：指定なし ▶活動可能地域： 甘日市市内全域	無償 但し、月に1回など定期継続の場合は応相談	個 23
技術、家庭、工学、情報科学、製造、加工							
パン作り 家庭料理 お菓子作り	たかはし あつこ 高橋 敦子 所在地：広島市	パン作り、家庭料理、お菓子作り 宮園、宮内、四季が丘、友和、大野で活動	実技	指定なし	▶曜日：指定なし ▶時間：指定なし ▶活動可能地域： 甘日市市内全域	有償 (4,000円/1時間)	個 3

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
着付け 礼儀作法	どい かずこ 土居 和子 所在地：廿日市市	着付け：浴衣、普段着～礼装まで（国家検定着付け技能士1級） 礼儀作法：現代作法全般（全日本現代作法協会 師範第758号） 廿日市中央市民センターにて着付けクラブ講師。文化庁伝統文化親子 教室事業「着付けラボもみじ」にて活動。 (HP) https://wasouhatsukaichi.com/	講義 実技	指定なし	▶曜日：応相談 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域： 廿日市市内全域 廿日市市外	応相談	個 6
料理 お菓子作り	かねつき としこ 金築 登志子 所在地：広島市	料理・お菓子作り全般。楽しく学びながら料理やお菓子作りの技術や コツを教えます。（おせち料理や本格的フランス菓子など基礎から応 用まで） 栄養士、今田美奈子お菓子教室師範免許、お菓子教室「アン・シャ リー」運営 H26年度 宮園木曜料理教室講師 H26年12月「洋菓子の本」出版 R6年度 串戸市民センター 男性料理教室講師 R6年度 串戸市民センター 料理教室アン・シャリー講師 (HP) http://anne-shirley.net	実技	指定なし	▶曜日：指定なし ▶時間：指定なし ▶活動可能地域： 廿日市市内全域	実費 (交通費・材料費) + 応相談	個 8
パッチワーク	しんみょう のりこ 新明 範子 所在地：廿日市市	H13～宮内小学校 パッチワーククラブ指導 H11～宮内公民館 パッチワーク指導 チャックスパッチワークスクール卒業、洋裁教員 バック、ポーチ、小物、タペストリー等	実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：応相談 ▶時間： 応相談(夜間以外) ▶活動可能地域： 廿日市地域	実費 (交通費・材料費)	個 9
手作り石けん教室	とよた ちえこ 豊田 知恵子 所在地：廿日市市	無添加化粧品、元製造責任者 原料を測り、オイル、苛性ソーダ、アロマ等で石けんを作る。石油系 原料・保存料を使用しないコールドプロセス製法の石けん。暮らしに 活かせるSDGsについて考える。自宅で作れるマルセイユソープ、化 粧水の作り方紹介。 2016年より広島市公民館、廿日市市民センター等で石けん講座実施。 (材料費について：熟成済み石けん（100g/1個）を2個持ち帰り可 能：650円）	講義 実技	中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：指定なし ▶時間：応相談 (通常、2時間/1講座) ▶活動可能地域： 廿日市地域 佐伯地域 大野地域 宮島地域 廿日市市外	▶地域の集会所等 実費 (交通費・材料費) ▶公民館、市民セン ター 実費 (交通費・材料費) + 応相談 (講師料：廿日市市 の規定に準ずる。) 〈例：令和6年現在、 廿日市市規定講師料 4,720円/1時間〉	個 17

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
大正琴	こばし みえこ 小橋 美恵子 所在地：廿日市市	童謡、唱歌、演歌、民謡、クラシックと分かりやすく教えます。 初歩から弾けるように指導します。子どもから大人まで楽しめます。 琴伝流大正琴師範 雅号 小橋彩慧（さいえ） 宮内市民センター大正琴教室講師、宮内小学校クラブ活動講師 廿日市内集会所クラブ講師	実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：火 ▶時間：応相談 ▶活動可能地域： 廿日市内全域	実費 (交通費・材料費) + 応相談 (講師料：廿日市市の規定に準ずる。) 〈例：令和6年現在、廿日市市規定 講師料 4,720円/1時間〉	個 5
吹奏楽 オーケストラ フルート	やまもと あきひこ 山本 章彦 所在地：廿日市市	元平良市民センターフルートクラブ講師、元中央市民センター吹奏楽クラブ（廿日市吹奏楽クラブ）講師、常任指揮者、フルート奏者 元阿品台市民センターフルート教室および木管アンサンブル講師 H26年4月広島市立中央図書館で講演 H26年9月アートの会で講演 H29年5月広島安芸ロータリークラブで卓話 吹奏楽フェスティバル、オペラキャストオーディションの審査員を務める。日本吹奏楽指導者協会、日本演奏連盟、中国フルート友の会、各正会員。現在、広島交響楽団管理部長。はつかいち室内合奏団SA・KU・RAおよびはつかいちジュニア弦楽合奏団NO・ZO・MIアドヴァイザー。	講義 実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	・月～金 (18時～21時) ・土・日・祝(全日) ▶活動可能地域： 廿日市内全域	応相談	個 7
横笛	ただた ふみお 竹田 文雄 所在地：廿日市市	横笛の指導を行います：童謡、唱歌、歌謡曲、民謡、お囃子など基本から行います。 資格：横笛の世界には基本的に資格はありませんし、必要ありません。実力と実績が評価の対象と思われまます。 (教室) 廿日市さくらびらびら教室、広島市東区民文化センター教室などで行っています。 (活動) イベントを含め、主に県内での地域活動に参加しています。 (HP) 広島横笛会	講義 実技 (受講者は、1～数名まで。)	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▶曜日：水・日 ▶時間：応相談 (1時間30分/1回) ▶活動可能地域： 廿日市内全域 廿日市市外	有償 (1,500円/1回)	個 12

芸術

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
御朱印帳 和綴本 表装全般	やまもと たかお 山本 隆夫 所在地：廿日市市	H7年より大野中央公民館（当時）にて掛軸製作の教室を始めて以来、今日に至っています。書や画は、そのまま飾れないし保存もできません。裏に和紙を裏打ちすることで額に飾ったり、掛軸にもできます。まず、裏打ちの基礎を体験しませんか。	講義 実技	指定なし	▲曜日：土・日・祝 ▲時間：指定なし ▲活動可能地域： 大野地域	実費 (交通費・材料費)	個 13
己書	よねくら ひさえ 米倉 久詠 所在地：広島市	己書とは、筆ペンで絵を描くように文字を描くペンアートです。誰でも簡単に味のある文字が書けるようになります。簡単な絵も描くので、90分で素敵な作品が仕上がります。筆ペン・水彩絵の具・色紙・ハガキ・額 等、何を使って、何を書いて、どんな形に仕上げるか…については、主催者と相談。 (資格) 己書公認道場師範 (己書あさひ道場代表師範) (実績) 広島市西区民俗文化センター、広島市佐伯区民俗文化センター、オンラインにて開講。高齢者のサロン、西区民俗文化センター、イベントなどでワークショップの開催。	実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▲曜日：－ ▲時間：応相談 ▲活動可能地域：－	実費 (交通費・材料費) + 応相談 (講師料：無償または、有償。有償の場合は、3,000円/1時間。)	個 20 -2

スポーツ

ダンス ストレッチ	よしおか けいこ 善岡 恵子 所在地：広島市	廿日市市民センターにて、幼児から成人までのダンスクラブ、成人・高齢者のストレッチクラブを40年間指導。体を動かすことの楽しさや大切さを一緒に体感しながら伝えてます。また、高齢者施設にて車イスや認知症の方々への指導も行っています。	実技	指定なし	▲曜日：応相談 ▲時間：応相談 ▲活動可能地域： 廿日市地域	応相談	個 2
ヨガ	ひらおか みなこ 平岡 美奈子 所在地：廿日市市	・一般向け（男女、年齢問わず） ・高齢者向け（転倒予防・認知症予防ほか） ・妊婦さん、産後のお母さん、子ども向けのヨガもあります。 (資格) インド中央政府公認ヨーガ講師、日本ヨーガ療法学会認定 ヨーガ療法士 (HP) 空手&ヨガ教室「サルuter」 http://www.karateyoga-salute.com (Instagram) salute.douju	講義 実技	指定なし	▲曜日：応相談 ▲時間：応相談 ▲活動可能地域： 廿日市地域 佐伯地域 大野地域 宮島地域 廿日市市外	応相談	個 10
ジャズダンス	たけなか かずよ 竹中 一世 所在地：廿日市市	ジャズダンス認定インストラクター ジャズダンスは、ダンスフィットネスプログラムです。・1レッスン45分～1時間。有酸素運動+筋力トレーニング+ストレッチで構成されています。老若男女どんな方にも参加していただけます。 ・健康寿命を延ばしたい。廿日市市内の公共施設にて活動中。	講義 実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▲曜日：応相談 ▲時間：応相談 ▲活動可能地域： 廿日市市全域	無償	個 14

人材バンク（個人）

指導内容	氏名 所在地	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
社交ダンス	こにし ひろき 小西 弘記 所在地：広島市	公益社団法人 全日本ダンス協会連合会中国地域会 広島県ダンススポーツ協会名誉会長、小西弘記 技術級、フェロー級、アマチュアダンス技術検定試験審査員	実技	成人(18歳以上)	▲曜日：水 ▲時間：その他 (10時～12時) ▲活動可能地域： 廿日市地域	有償 (1,000円/1時間)	個 4
お茶 お花	やまもと とみこ 山本 登美子 所在地：廿日市市	茶道、華道	実技	指定なし	▲曜日：月(午後)以外 ▲時間：指定なし ▲活動可能地域：-	応相談	個 11
スクエアダンス ラウンドダンス カントリーダンス	おおいし まこと 大石 詢 所在地：廿日市市	公益社団法人 日本フォークダンス連盟 公認指導者、一般社団法人 日本スクエアダンス協会 スクエアダンス・ラウンドダンス ライセンス取得、一般社団法人 日本スクエアダンス協会 中四国統括支部 監事、日本フォークダンス連盟広島県支部副会長、広島県スクエアダンス連合会副会長。ダンス歴は58年、指導歴は33年です。 現在2クラブで指導し、その内1クラブは「ダンシングシルバースズ廿日市」で高齢者クラブで会員36名です。2020(2019年～)年は、大芝小学校で3～6年生にスクエアダンスを1年間指導しました。小学生から高齢者の方まで楽しくダンスの指導ができます。楽しく歩く簡単なダンスから、少し練習をしながら踊るダンスまで易しく指導いたします。 (HP) http://www.squaredance.or.jp/	実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上)	▲曜日：火・木(全日) 月(午前) 金(午後) ▲時間：その他 (午前：10時～12時) (午後：13時～16時) ▲活動可能地域： 廿日市内全域 廿日市市外	無償	個 21

諸芸、娯楽

人材バンク（団体）

指導内容	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
------	--------	------	----	-----------------	----	----------

社会、ボランティア

音訊 ボランティア	音訊ボランティア グループ つばさ 所在地：廿日市市	依頼された図書の音訊（録音図書） 阪神タイガース・広島CARPニュースの音訊サービス 音訊ボランティアグループ つばさの定期便 朗読、朗読劇	実技 その他	指定なし	<ul style="list-style-type: none"> ▲曜日：応相談 ▲時間：応相談 ▲活動可能地域： 廿日市内全域 廿日市市外 	実費 （交通費・材料費） + 応相談（著作権の 関係等、費用のかか る場合あり。）	団 6
--------------	----------------------------------	---	-----------	------	---	---	--------

教育、風俗習慣

マナー・話し方	F Mはつかいち 76.1MHz 所在地：廿日市市	マナー講師によるマナー・話し方講座 (HP) http://www.761.jp	講義 実技	指定なし	<ul style="list-style-type: none"> ▲曜日：指定なし ▲時間：指定なし ▲活動可能地域： 廿日市内全域 廿日市市外 	応相談	団 4 -2
---------	---------------------------------	---	----------	------	---	-----	--------------

人材バンク（団体）

指導内容	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
自然科学、衛生学、予防医学						
健康教室	<p>ヤクルトでは皆さまの健康のために「健康で楽しい生活づくりに貢献したい」という想いから、管理栄養士・看護師による「健康教室・出前授業」を無料で実施しております。地域の集まり・公民館・市民センター・教育機関・事業所・企業など様々な場面でご利用頂いております。大人向けの講座は文字ばかりで難しいのでは…そんな心配はご無用です！もちろん座学が中心にはありませんが、クイズをしたり脳トレをしたりと楽しく学べるヤクルト講座となっております。教育機関（保育園・幼稚園・小学校・PTC）様でもご依頼の多い「ウン知育」教室では、小道具を持参し、さらにクイズあり、体操ありのとても楽しい授業となっております！中学校や高等学校での出前授業では、生活習慣が乱れてきやすいこれからの時期に合わせ、生徒の皆様へ寄り添った授業を心掛けております。「健康教室・出前授業」に関することなど、ぜひお気軽にお問合せくださいませ。</p> <p>(HP) 山口県東部ヤクルト販売株式会社 https://www.yamaguchikentobu-yakult.co.jp/ (HP) 健康教室の様子 https://www.yamaguchikentobu-yakult.co.jp/blog/category/health/</p>	講義	指定なし	<p>▲曜日：月・火・水・木・金・土 ▲時間：その他 (9:30～16:00) ▲活動可能地域： 廿日市地域 佐伯地域 大野地域</p>	無償	団 3
気象	<p>気象予報士による気象講座 (HP) http://www.761.jp</p>	講義 実技	指定なし	<p>▲曜日：指定なし ▲時間：指定なし ▲活動可能地域： 廿日市市内全域 廿日市市外</p>	応相談	団 4 -1
技術、家庭、工学、情報科学、製造、加工						
パン作り 家庭料理 お菓子作り	<p>パン教室 所在地：広島市</p> <p>パン作り、家庭料理、お菓子作り 宮園、宮内、四季が丘、友和市民センターでパン教室 五日市で子どものお菓子作り、男性料理教室</p>	実技	指定なし	<p>▲曜日：指定なし ▲時間：指定なし ▲活動可能地域： 廿日市地域 佐伯地域 大野地域</p>	実費（材料費）＋ 有償（4,000円/1時間）	団 2

人材バンク（団体）

指導内容	指導内容詳細	指導方法	対象	曜日、時間 活動可能地域	費用	登録 番号
------	--------	------	----	-----------------	----	----------

芸術

合唱・ミニコンサート	F Mはつかいち 76.1MHz 所在地：廿日市市	音楽講師による合唱・ミニコンサート (HP) http://www.761.jp	講義 実技	指定なし	<ul style="list-style-type: none"> ▲曜日：指定なし ▲時間：指定なし ▲活動可能地域：廿日市市内全域 廿日市市外 	応相談	団 4 -4
------------	---------------------------------	---	----------	------	---	-----	--------------

諸芸、娯楽

ダンス・ストレッチ	佐方・五日市 ジュニア ジャズダンスクラブ 所在地：広島市	廿日市市内市民センターにて、幼児から成人までのダンスクラブ。地域の子ども達が集まって、週1回練習しています。内容は、ストレッチ、マット運動、ダンス、高齢者ストレッチです。	実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上) その他 (幼児、高齢者)	<ul style="list-style-type: none"> ▲曜日：応相談 ▲時間：応相談 ▲活動可能地域：廿日市地域 	応相談	団 1
スクエアダンス カントリー ダンス ラウンドダンス	ダンシング シルバーズ廿日市 所在地：廿日市市	指導者は日本フォークダンス連盟公認指導者であり、日本スクエアダンス協会の指導ライセンス取得者です。日本では北は北海道から南は鹿児島まで1万人のダンス会員があり、世界でも各国で踊られています。スクエアダンス、カントリーダンス、ラウンドダンス、ミキサーダンスなど、誰でもすぐに踊れる簡単なで易く楽しいダンスです。カントリーソング、ポピラーソングの音楽に合わせて、小学生から高齢者まで楽しめる易しいダンスです。空いている時間で有れば、いつでも指導に伺います。市民センター活動、子ども会等にも活用ください。 (HP) http://www.squayedance.or.jp	実技	小学生 中学生・高校生 成人(18歳以上) その他(高齢者)	<ul style="list-style-type: none"> ・月・火 (10時～12時) ・木・金 (10時～12時、 13時～16時) ▲活動可能地域：廿日市市内全域 廿日市市外 	無償	団 5

言語

朗読	F Mはつかいち 76.1MHz 所在地：廿日市市	朗読 (HP) http://www.761.jp	講義 実技	指定なし	<ul style="list-style-type: none"> ▲曜日：指定なし ▲時間：指定なし ▲活動可能地域：廿日市市内全域 廿日市市外 	応相談	団 4 -3
----	---------------------------------	--	----------	------	---	-----	--------------