

いちのせき名人・達人バンク
登録者名簿

No	講師名	講座タイトル	指導内容	趣味	文化 伝統	スキル・ 実務型 講座	食 親子 交流
【個人】							
1	伊師 みゆき	陶芸、かご作り	陶芸 くるみの皮かご作り	○			
2	一関マスタートレーナー	どの世代にも、どのカテゴリーでも無理なくできる体幹バランストレーニング	体幹バランストレーニング	○			
3	伊藤 明	切絵講座	切絵制作	○			
4	伊藤 明	蕎麦打ち講座	蕎麦打ち	○			○
5	伊藤 明	お菓子講座	お菓子、がんつき、明けガラス	○			○
6	伊藤とみ子きもの教室 伊藤福子	きものの着付けとマナー講座	浴衣の着付け 対象…大人/小中学生 男女（ひとりで着る浴衣と基本の帯結び）各5名～ 普段着のきものの着付け 対象：大人5名～ 和食のマナー（正しいお箸の使い方）対象：大人/小中学生 各5名～ 冠婚葬祭のマナー 対象：大人5名～		○	○	
7	岩淵こうき	動画編集講師	未経験の動画編集の操作（プレミアプロ）			○	
8	一関竹心会 代表大内靖	尺八の演奏及び体験レッスン	尺八の体験レッスン	○	○		
9	大沼佐樹子	各種アナウンス・司会技術、朗読指導、コミュニケーション術講師	職場やプライベートで役立つコミュニケーション術、朗読技術、司会や各種アナウンス技術指導			○	
10	小野寺 誠四郎	生物全般	食べられる野草			○	
11	小野寺 誠四郎	写真全般	撮影から暗室処理 デジタル処理	○		○	
12	ヨガインストラクター 小野寺梨花	ととのえヨガ	メディカルヨガ シニアヨガ	○		○	
13	小山 佳代	親子あそび(0～10歳までの親子対象)	親子体操(子供を仰向けにし、親が歌いながら子どもの体全体を刺激する)、毛布そり、スズランシャワー、ボールプール、手作り絵本の読み聞かせ等				○
14	ヨガインストラクター 柿崎典子	心とからだを整えるリラックスヨガ	リラックスヨガ	○		○	
15	加藤英理子/hug. kumu	演劇的手法による体験型コミュニケーションワークショップ	演劇的手法（ロールプレイ・即興ワーク）を取り入れた体験型の研修・ワークショップを行います。頭で「わかる」だけでなく、体感して腑に落ちることで、日常の行動が変わることを目指します。 主なテーマ： 職場のコミュニケーション改善（伝え方・聴き方） アンコンシャスバイアス（無意識の思い込み）への気づき ハラスメント防止 企業・団体の社員研修、地域の学習会、学校での出前授業など幅広く対応可能です。			○	○
16	菊地 正衡	防災士（防災アドバイザー）	防災に係る各種講話 HUG・DIG講習 防災マップ講習 タイムライン講習 応急手当AED講習			○	
17	きょうこ	家族や友人に喜ばれる！足裏&ふくらはぎオイルケア講座	家族や友人など「大切な誰か」に、心地よい癒やしを届けてあげたい方のためのトリートメント講座です。 オイルを使用し、足裏からふくらはぎまでを丁寧にほぐす手技を学びます。日々の疲れが溜まっているご家族や、身近な方をリラックスさせてあげたい時に役立つ、おうちでできる簡単なケア技術が身につきます。初心者の方や、力に自信がない方でも安心してご参加いただけます。			○	
18	工藤 晴男	水墨画	・和紙、色紙に花&風景を墨一本で描く ・自分の作品づくりをする ・地区の展示会に出品できるようになります	○			
19	オーダー家具森のくまさん 熊谷	家具作製講座・木工教室承ります。	家具作製・雑貨指導・アドバイス			○	
20	一般社団法人まるごとラボ 熊谷ゆう子	地域まるごと学びの場にするお手伝いをいたします	総合的な学習の時間、総合的な探究の時間に関するワークショップ 総合的な学習の時間、総合的な探究の時間に関するコーディネート 楽しく書ける読書感想文教室 地域と学校の連携を考えるワークショップ 教科書に載っていたあの話をもう一度読んでみよう講座			○	○
21	小岩 明美	剪定作業全般	植木は何故剪定するのか等 剪定足場の組み方 高所安全作業について			○	
22	櫻田 仁美	中国語講座・中国茶・中国料理	中国語講座 中国茶 中国料理	○		○	○
23	佐々木 勝裕	大雨などの気象災害に備えるために	地球温暖化の進行とともに、東北地方でも大雨などによる気象災害が頻発に発生し、しかも激甚化しています。気象庁は今年の5月下旬から新たな防災気象情報の運用を開始する予定です。改定の要点をお伝えすると同時に、いざという時に備えることを呼びかけます。地域の熟知に努め、防災マップを読み取り、危険の程を一緒に考えていきます。			○	
24	佐々木 節子	初心者向けのかぎ編み小物作り	アクリルたわし、コースター 帽子、スヌード、ペットボトルカバー等	○			
25	佐藤 育郎	もち食文化、もち本膳講習会	一関地方のもち食文化、もち本膳に関する講習		○		○
26	佐藤 晁僖	もち食文化、もち食本膳講習会	一関地方のもち食文化、もち本膳に関する講習		○		○

No	講師名	講座タイトル	指導内容	趣味	文化 伝統	スキル・ 実務型 講座	食 親子 交流
27	佐藤 隆夫	姿勢で変わる！健康寿命と子どもの姿勢・スポーツパフォーマンス向上講座	【指導分野】 健康づくり／スポーツ／介護予防／子育て・教育 【指導内容】 「姿勢」をテーマに、子どもから高齢者まで楽しく学べる参加型講座を行います。姿勢は見た目だけでなく、肩こり・腰痛・膝痛、転倒予防、集中力、運動能力にも深く関係しています。講座では、簡単な姿勢チェックや実技を交えながら、日常生活で実践できる姿勢改善のポイントをわかりやすくお伝えします。＜講座例＞ ・肩こり・腰痛を予防する姿勢習慣 ・健康寿命を延ばす「正しい姿勢」のつくり方 ・子どもの猫背とスマホ姿勢対策 ・スポーツ選手のケガ予防とパフォーマンス向上 ・足のアーチと身体のバランスの関係、転倒予防のための姿勢と歩き方講座 【対象】 幼児・小学生・中高生・保護者・高齢者・地域団体・企業・スポーツチーム	○			
28	佐藤 範子	楽しい創作体験	美術全般、絵画、彫塑、その他	○			
29	佐藤 広徳	生涯学習（学び直し）と地域づくり、会議改善、男女共同参画、防災、子育てグループ指導	生涯学習（学び直し）と地域づくり 会議改善 男女共同参画と地域づくり 防災と男女共同参画 子育てグループ指導			○	
30	菅原修明/木工とステンドグラスの工房 Kakemoku	ステンドグラス教室・木工教室	ステンドグラスランプ作りのワークショップ 木工教室	○			
31	菅原 順一	子そだて造形あそび	子どもの発達と造形活動 親子造形あそび（造形おじさんと作ってあそぼう） 各種イベント造形あそびコーナー				○
32	鈴木 正志（生田流箏 系会）	箏曲（箏、三絃）教授・教室	・箏曲全般にわたる知識の指導 ・初心者から経験者、段階に応じた実技指導	○	○		
33	鈴木道明（一関カメラ クラブ）	写真で潤いある生活を	写真作品の作成と楽しみ方	○		○	
34	瀬川 敏子	押絵	押絵	○			
35	瀬川 敏子（敏水）	華道	生花（主に自由花） ※資格申請可	○	○		
36	千田 広子	野菜をおいしく食べるコツ教えます！	講話、または実習			○	○
37	生田流しののめ会 千田 広子	初めてのお琴体験	琴の演奏体験	○	○		
38	千田 広子	郷土愛を育む「食育講師」	食育出前授業（実技あり）		○		○
39	千葉 榮市	地域の自然観察（特に大地の生い立ち）	地域内を歩いて巡り、各地の観察及び説明を行う （対象者：小学生以上）（人数：20名程度まで）			○	
40	UEロケットマイスター ちばくみこ	自信と可能性が奪われない社会を創造	ロケット教室（VTR視聴・ロケット製作・ロケット発射）				○
41	千葉 登喜代	両磐地方のむかし話と方言	地元のむかし話や伝承を、地元の方で語ります。方言や行事についての「ウンチク」も楽しくお話しします。		○		
42	『想い出リース』作家 サクラノアトリエ 永澤 美香	身近な布で日常に彩りをそえる。。。思い出の布で想いをつなぐ。。。『布リース』の手づくり体験講座	布のパーツを使ったリース、ツリー、チャーム作り	○			
43	二階堂 しづえ（雅楽 静）	生田流正派 二階堂箏・十七絃・三絃教室	子供からシニアの方、年齢問わず（6歳以上）箏・十七絃・三絃を指導いたします。古典からポップスまで、ジャンルを問わず楽しい曲を教えています。初心者歓迎。	○	○		
44	長谷川 あゆみ	①キットパスで楽がき（らくがき）します	原料に米ぬかワックスを使用した水溶性チョーク「キットパス」を使って窓ガラスやアクリル板に大きな絵を描きます。水拭きで消せるので用途に合わせることができます。また、窓ガラスに楽しく描く「楽がき（らくがき）」の体験、オリジナルのビニール傘制作、手形アートなどのワークショップの開催も可能です。	○			○
45	長谷川 あゆみ	②マリンバの音を聴きませんか	ミニコンサートで音楽のおはなしなどを交えながらマリンバ（木琴）の演奏をします。他の団体様とのコラボレーションも歓迎いたします。	○			○
46	笑い文字講師・畠山靖子	笑い文字で「ありがとう」を書こう	笑い文字で「ありがとう」を書けるようになる入門講座です。書いて渡すことで、自分の日常にたくさんの「ありがとう」があふれていることがわかります。	○			
47	畠山 靖子	kitpas×K-ART「光の透かし絵」講座	キットパス（水溶性固形マーカー）を使って、素敵な作品を作ります。講座での作品づくりを通じて、“集中することでストレスを解消”“自分の想像をこえる作品を完成できた達成感”“作品を通じて人から認められる喜び”を味わうことができます。	○			
48	畠山 靖子	「ほめカード®無料講座」	①「はじめましてのほめカード®」（30分・無料） ※ほめカード®とは？基本の「キ」をお伝えします。②「ほめ笑い®カフェ」（60分・無料） ※基本の使い方の説明と実践。後半はゆったりとおはなしタイムです。③「ほめトランプ®で自己紹介」（60分・無料） ※『ほめカード®』でほめあってから、『自己紹介ほめトランプ®』で自己紹介をします。自分と対話しながらほめていくとスッキリします。				○
49	爪切りバチバチwako （フコ）代表 三浦 和子	0歳から100歳まで、足が喜ぶフットケア	足、爪のトラブルの予防と対処方（靴の履き方や、爪の切り方、足の洗いや、保湿の仕方）転倒予防のための足、指運動。			○	
50	皆川 修 （日本棋院 一関支部）	囲碁	要相談	○			

No	講師名	講座タイトル	指導内容	趣味	文化 伝統	スキル・ 実務型 講座	食 親子 交流
51	湯浅藍／鍼灸師・歯並び育児®協会認定講師・一線笑万（ひとえま）	子育てと地域をつなぐ	鍼灸師として、姿勢・呼吸・筋肉バランスなど“体の土台”から整える視点をもとに、子どもの発達やママの不調に寄り添ったサポートを行ってきました。さらに歯並び育児®講師として、0～5歳の姿勢・呼吸・食事・睡眠・舌の使い方までを総合的に捉え、「歯並びは育てるもの」という考え方を、家庭で今日から実践できる形でお伝えしています。また、地域と協働するイベント企画・運営にも力を入れ、子どもを中心に多世代がつながる場づくりを実践。助成金申請、協賛依頼、運営体制構築、動線設計、当日オペレーション、SNS発信設計まで一貫してサポート可能です。想いだけで終わらず、“形にして動かす力”を指導できます。			○	○
52	李 在鐵	ステンドグラス製作教室	ステンドグラスによる小物の製作（サンキャッチャー、小型ランプ、小物入れなど）。ガラスカットから半田付けまでの基本工程が含まれます。	○			

No	講師名	講座タイトル	指導内容	趣味	文化 伝統	スキル・ 実務型 講座	食 親子 交流
【団体】							
53	一関将棋同好会	将棋の学びを指導	将棋個別指導 将棋団体指導	○			
54	一関もち食推進会議	もち食普及にかかる支援、活動	もちイベント支援、後援		○		○
55	いわいの里ガイドの会	観光ガイド、語り部	○観光ガイド ・骨寺村荘園遺跡 ・一関中心街等 ・松尾芭蕉の足跡 ・岩手宮城内陸地震震災遺構 ・厳美渓ほか観光地 ・平泉方面 ○語り部 ・一関地方の民話を主題とした語り部		○		
56	佐藤テル子他箏系会 員	和楽器体験講座（箏、三絃）	・箏曲の歴史、楽器についての説明 ・基本的な奏法、さくら等の実技体験 （学校関係は学校規定による）	○	○		
57	東磐地区技能士会	ものづくりマイスターによる技能者育成支援	小学生対象のものづくり体験教室や、学生生徒を含む若者にものづくり技能の魅力を発信し、ものづくり分野への入職・企業の人材確保・育成を促す観点から、技能検定受検を目指す若者への 実技指導			○	
58	特定非営利活動法人 多文化共生 I can	多文化共生社会に向かって	在留外国人の数は今後も増え続ける見込みで、日本人住民との多文化共生に向けて意識改革が必要となるでしょう。当会は市内で年間90回の日本語教室を開催しており、利用する外国人は年間300人を超えています。これらの経験から、「市内の在留外国人の現状」「異文化との接触」「やさしい日本語」等について話題を提示し、皆で一緒に考える機会にしたいと思います。在留外国人の代表者を同伴し、生の声を届けることも可能です。そこから何を掴み取るかは人それぞれです。				○
59	特定非営利活動法人防 災サポートいちのせき	地域の災害対応力を高める防災・減災の研修	後援・研修（講師が資料に基づき実施） 講師が①防災減災の基本②みんなの防災手帳活用③自主防災組織の活動④ボランティア活動⑤住宅防火対策 受講者参加型（受講者と講師が一緒に実施） ①防災クイズに挑戦②防災クロスロードゲーム③マイ・タイムライン④家族防災会議⑤DIG（地域のハザードの気づきと対策）⑥防災マップ作製⑦ハンドマップ作成 講演・研修参加型（法的なことなどを研修後受講者が作成、実施）①個別避難計画作成 ②地区防災計画 ③地域の災害対策本部設置運営訓練 ④避難所設置の運営訓練			○	

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



い し みゆき
伊師 みゆき

陶芸、かご作り

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
陶芸	2時間	1,000円/1時間	粘土代 500円/1kg
くるみの皮かご作り	3時間	1,000円/1時間	材料費 500円

●指導実績

陶芸 高齢者サロン等で陶芸教室10回以上
くるみの皮かご作り: 中学校地域他県制作会2回

●資格・免許・流派等



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いちのせきますたーとれーなー ー関マスタートレーナー

どの世代にも、どのカテゴリーでも無理なくできる体幹バランストレーニング

こんにちは。コバ式体幹トレーナーです。

体幹とは若い人や体力自慢の人がやるものと思いがちですが、そうでもありません。幼稚園児からお年寄りまで普段の生活から体幹を使いながら生活をしています。例えば歩く時、骨盤が安定していないと不安定になりつまずいたりします。骨盤を安定させるためには周りの筋肉インナーマッスルを鍛えなければいけないのです。それを鍛えるトレーニングがコバトレになります。幼稚園児から不安定なマットでトレーニングを取り入れてロコモ予防につなげている所もあります。もちろん、スポーツをやっている人の体幹トレーニングも対応しています。サッカー選手、水泳、スキー、テニス、バスケ選手など多くの選手がコバトレを取り入れています。一緒に頑張りましょう！

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
体幹バランストレーニング	1時間	1人1時間 1,000円	道具代 500円

●指導実績

●資格・免許・流派等

コバ式体幹バランストレーニング
マスタートレーナー

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いとう あきら

伊藤 明

切絵講座

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
切絵制作	2時間	3,000円	-

●指導実績

切絵ことりの会 第1月曜日、第2火曜日
中里市民センター切絵講座
滝沢市民センター切絵講習会 等

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いとう あきら

伊藤 明

蕎麦打ち講座

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
蕎麦打ち	3時間	3,000円	材料費は別途実費

●指導実績

JP OB会そば打ちの会、そばを打ちたいの会
滝沢市民センターそば打ち講習会
その他

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いとう あきら

伊藤 明

お菓子講座

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
お菓子、がんつき、明けガラス	2時間	3,000円	材料費は別途実費

●指導実績

一関市民センター老人大学 きょうよう・きょういく講座で指導

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いとうとみこのきものきょうしつ 伊藤とみ子きもの教室 いとう とみこ 伊藤 福子

きものの着付けとマナー講座

日本ならではのきものや和食のマナーについて楽しく学び、改めて「和の国ニッポン」の良さを感じてみましょう

●指導内容

指導内容	対象	所要時間	講師料	その他経費
浴衣の着付け (ひとりで着る浴衣と 基本の帯結び)	大人/小中学生 男女各5名～	1.5～2時間	人数5名以上: 1.5時間5,000 円～※人数、時 間により要相談	(必要のある場合 に限り)資料コ ピー代
普段着のきものの着 付け	大人5名～	1.5～2時間	人数5名以上: 1.5時間5,000 円～※人数、時 間により要相談	資料コピー代
和食のマナー(正しい お箸の使い方)	大人/小中学生 各5名～	1.5～2時間	人数5名以上: 1.5時間5,000 円～※人数、時 間により要相談	資料コピー代
冠婚葬祭のマナー	大人5名～	1.5～2時間	人数5名以上: 1.5時間5,000 円～※人数、時 間により要相談	資料コピー代

●指導実績

- ◎2005年度～2024年度
一関市女性センター「和装の会」にて、きものの
着装とマナー指導
- ◎2008年度～2024年度
一関勤労青少年ホームにて、着物着付け講座
(前期、後期)およびクラブ活動の指導
- ◎2015年度～現在
一関修紅高等学校 普通科ライフデザインコー
ス(旧 生活教養科)にて、家庭科非常勤講師とし
て正課授業きものの着付けとマナーを指導

●資格・免許・流派等

内閣府認定
(公社)全日本きものコンサルタント協会
認定 装道礼法きもの学院
着装指導講師、礼法講師
I級きものコンサルタント

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いわぶち こうき
岩渕 こうき

動画編集講師

未経験からでもわかりやすく動画編集を教えます。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
未経験の動画編集の操作(プレミアプロ)	90分	2万円/時間	3万円/時間

●指導実績

<https://coconala.com/users/2647660/>

●資格・免許・流派等



おおうち やすし
一関竹心会 代表 大内靖

尺八の演奏及び体験レッスン

体験の場合は一度に沢山の人数よりは5~6人ぐらいまでの方が良いと思います。最初は難しそうですが、とても奥が深く楽しめます。気軽に声をかけて下さい。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
尺八の体験レッスン	約60分	4~5千円/時間	体験用尺八7~8本は無料でお貸します

●指導実績

平成19年より岩手竹心会一関支部代表として会を指導、中学校の邦楽(箏と尺八)の体験授業も複数回指導、毛越寺の萩祭りの邦楽演奏会も毎年参加演奏している。

●資格・免許・流派等

琴古流尺八奥伝

おおぬま さきこ
大沼 佐樹子

各種アナウンス・司会技術、朗読指導、コミュニケーション術講師

・コミュニケーション術は、上司・部下との会話術や各種会合での知らない人との会話などに役立ちます。
・司会術は、盛り上げ方やスムーズで親切的な進行のコツ、緊張しない方法などが学べます
・朗読は、発声や多種多様な朗読技術による演技指導を行います。(絵本などではなく主に大人向け作品対象)

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
職場やプライベートで役立つコミュニケーション術、朗読技術、司会や各種アナウンス技術指導	1時間半～ (ご希望に応じて複数回開催もできます)	時間に関わらず1日単位(1回)で3万円 対象人数は無制限です	一関市外の場合は交通費の実費をご負担ください。30名以上の場合資料コピー代をご負担いただく場合があります

●指導実績

- ・一関市や商工会議所、保育園教諭などの職員を対象としたコミュニケーション教室・司会術指導を多く担当
- ・他業種の企業参加によるコミュニケーション塾
- ・防災無線アナウンスの技術指導
- ・一関市や一関市立図書館主催の朗読教室・朗読劇の技術指導
- ・中学校、高校を対象にしたキャリア教育とコミュニケーション術の指導

●資格・免許・流派等

アナウンス歴・司会歴30年

いちのせき名人・達人バンク 登録講師

おのでら せいしろう
小野寺 誠四郎

生物全般

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
食べられる野草	要相談	要相談	要相談

●指導実績

●資格・免許・流派等

高校Ⅰ級(教職員)免許証

おのでら せいしろう

小野寺 誠四郎

写真全般

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
撮影から暗室処理	要相談	要相談	要相談
デジタル処理	要相談	要相談	要相談

●指導実績

一関市女性センター：2年デジタル写真教室（10回）
巖美市民センターで講演「音楽の四季」
若神子亭の写真教室講師、常設展示
文化協会で音楽堂の四季講演2回

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



おのでら りか
ヨガインストラクター
小野寺 梨花

ととのえヨガ

誰でもが健康で幸せに生きる権利があります。

高齢化社会になり、老後が心配、もしくは若くても自分の身体に目を向ける時間がない、そんな健康に不安の方が増えてきています。その人達の為に役に立ちたい、貢献したいと思い名人バンクに登録しました。是非一日でも早く自分の身体に向き合ってください。今日より若い日はないのです。年齢や身体に合わせたメニューでやらせて頂きます。どうぞよろしくお願い致します。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
メディカルヨガ シニアヨガ	60分～90分	5,000円/時間	交通費

●指導実績

ヨガインストラクター17年目

●資格・免許・流派等

メディカルヨガインストラクター
センセーションカラーセラピスト

いちのせき名人・達人バンク 登録講師

おやま かよ
小山 佳代



親子あそび(0～10歳までの親子対象)

私は、自分の子どもに、生後2ヶ月の頃から毎日「親子体操」を実施していました。そのおかげか、娘は3歳の現在まで、ほとんど体調を崩さず、元気に過ごしております。スキンシップを通じて、親子ともに健康になれることを実感しています。また、私が自宅で親子体操をやっていたら、夫も自然と覚えて、一緒にやっていました。私の経験上、ママが楽しく子どもと遊ぶことで、パパも自然と覚え、パパの育児参加も増えるのではないかと、期待しています。また、私は、一関市内のイベントや祭りである、千厩みちのく赤ちゃん相撲大会、大原水かけ祭り等を、遊びに取り入れております。子どもと親御さんが楽しく遊ぶことで、一関市の魅力を再確認するとともに、転勤等で一関に住む方々への、PRにも繋がるのではないかと期待しています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
親子体操(子供を仰向けにし、親が歌いながら子どもの体全体を刺激する)、毛布そり、スズランシャワー、ボールプール、手作り絵本の読み聞かせ等	30分～1時間以内	3,000円/時間	交通費

●指導実績

令和5年9月～子育てサロン「SUNキッズ」の代表を勤めており、一関福祉センターにおいて、毎月開催しております。(来年度も継続予定)

毎月平均10組以上の親子が参加しています。

<外部講師>

○令和6年5月、おやこ広場にて、「親子体操教室」を開催。12組の親子が参加。

○令和7年2月5日、ハピファミコープ(水沢あてるいコープ)にて、「ワクワク親子あそび」を開催。7組の親子が参加。

○令和7年2月15日、一関市内の保育園において、祖父母学級の「ふれあい遊び」を開催。園児45名、祖父母65名が参加。

●資格・免許・流派等

教員免許(高校・公民)、認定心理士、親子体操普及員

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



かきざき のりこ ヨガインストラクター 柿崎 典子

心とからだを整える リラックスヨガ

姿勢改善、肩こり解消、腰痛予防等、ヨガを通して疲れにくい体づくりが期待できます。また、深い呼吸とともに動くことで、自律神経のバランスを整いやすくし、ストレスの解消や、リラックス効果も高いヨガです。体の可動域や柔軟性は、人それぞれ違います。ご自身の心地よさを感じるところを選びながら、無理をしないで動いていくことを大切にしています。周りと比べる必要はないです。ゆったりとした呼吸で心と体を整えていきましょう。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
リラックスヨガ	1時間～1時間30分	3,000円～4,000円	交通費

●指導実績

ヨガインストラクター2年目

2017年に資格取得後、職場内のヨガサークルや、研修などで講師を務める。退職後、自宅で教室を主催して2年目。

●資格・免許・流派等

IHTA(国際ホリスティックセラピー協会)認定 ヨガインストラクター 1級

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



かとう えりこ

加藤英理子/hug.kumu

演劇的手法による体験型コミュニケーションワークショップ

「知っている」と「できる」の間には大きな溝があります。研修では、実際にやってみる・感じてみることを大切にしています。

演劇のように「役を演じてみる」ことで、相手の立場や自分の無意識の癖に気づく。

そんな体験を通じて、職場や地域のコミュニケーションが少しずつ変わるお手伝いをしています。

お気軽にご相談ください。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
演劇的手法（ロールプレイ・即興ワーク）を取り入れた体験型の研修・ワークショップ	60分～180分（内容・対象に応じて調整可能）	要相談（内容・時間により異なります）	一関市内…なし （市外の場合は交通費実費）

演劇的手法（ロールプレイ・即興ワーク）を取り入れた体験型の研修・ワークショップを行います。頭で「わかる」だけでなく、体感して腑に落ちることで、日常の行動が変わることを目指します。

◎主なテーマ： 職場のコミュニケーション改善（伝え方・聴き方） アンコンシャスバイアス（無意識の思い込み）への気づき ハラスメント防止 企業・団体の社員研修、地域の学習会、学校での出前授業など幅広く対応可能です。

●指導実績

- ・ 体験型コミュニケーション研修（90分）
- ・ 病院での医療安全研修（講話形式）
- ・ 企業向けハラスメント対策・レジリエンス研修
- ・ 複数企業合同の若手社員を対象とした研修を準備中

●資格・免許・流派等

hug.kumu（ハグクム）代表

元医療従事者（チーム医療・コミュニケーションの現場経験）

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



きくち まさとし

菊地 正衡

防災士（防災アドバイザー）

災害はいつ、どこでも発生します。災害は起きない地域はありません。年々、激甚災害が増加しており、さらに少子高齢化で隣り近所の助け合いの重要性が一段と高まっております。東日本大震災以降、孤独死も大きな社会問題となっています。近年の防災は助け合いだけでなく、近隣の皆さんで支え合うこともとても重要になっています。日頃から防災への備え、隣近所での支え合い安心して暮らせる地域づくりにお役に立ちたいと思っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
防災に係る各種講話	60分程度	要相談	テキストは依頼側で印刷
HUG・DIG講習	120分程度	要相談	テキストは依頼側で印刷
防災マップ講習	120分程度	要相談	テキストは依頼側で印刷
タイムライン講習	90分程度	要相談	テキストは依頼側で印刷
応急手当AED講習	90分程度	要相談	テキストは依頼側で印刷

●指導実績

2010年防災士資格取得し、宮城県防災指導員として宮城県内の各市町村の町内会や自主防災組織、婦人防火クラブ、老人会などで防災訓練、防災講話等を100回以上に亘り実施してきました。また宮城県防災指導員のスキルアップ講習の講師も長年担当してきました。親の介護のため実家に帰り、地元でも安心安全な暮らしのため防災講話等の活動を行っています。

●資格・免許・流派等

防災士、応急手当普及員、日本防災士会会員



きょうこ

家族や友人に喜ばれる！
足裏&ふくらはぎオイルケア講座

足裏だけでなく、手のオイルケアも可能です。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
トリートメント講座	60分～	5,000円～	交通費

家族や友人など「大切な誰か」に、心地よい癒やしを届けてあげたい方のためのトリートメント講座です。オイルを使用し、足裏からふくらはぎまでを丁寧にほぐす手技を学びます。日々の疲れが溜まっているご家族や、身近な方をリラックスさせてあげたい時に役立つ、おうちでできる簡単なケア技術が身につきます。初心者の方や、力に自信がない方でも安心してご参加いただけます。

●指導実績

●資格・免許・流派等

・リラクセーションサロンでの勤務経験

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



くどう はるお
工藤 晴男

水墨画

運筆から丁寧に教えます。誰にも描けますので、仲間と楽しい時間、楽しい趣味ができます。
市内ですと5名～10名ほどで出張いたします。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
・和紙、色紙に花&風景を墨一本で描く ・自分の作品づくりをする ・地区の展示会に出展もできるようになります	3時間(5名～10名)	10,000円～ 15,000円	※要確認

●指導実績

- ・大東町摺沢教室(摺沢コミュニティセンター)12年
- ・大船渡 盛教室(盛カメリアホール)5年
- ・花泉教室(永井 工藤宅)3年

●資格・免許・流派等

岩手県水墨画協会講師
岩手県水墨画協会芸術祭審査員
岩手県水墨画協会副会長



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



くまがい
オーダー家具森のくま
さん 熊谷

家具作製講座・木工教室承
ります。

私自身職業訓練受けたもの、自分で学んだ技術
が身になっており、マニュアルにない技術を優しくア
ドバイスして参りたいです。

また、少しでも興味を持って頂き後継者の育成に
も尽力して参りたいです。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
家具作製・雑貨ご指導・アドバイス	作製する商品により 異なる	作製する商品により 異なる	作製する商品により 異なる

●指導実績

木工教室5回

●資格・免許・流派等

建築・CADの職業訓練6か月
実務経験25年

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



くまがい ゆうこ

一般社団法人まるごと ラボ 熊谷ゆう子

地域まるごと学びの場にする
お手伝いをいたします

子どもたちが学校の枠を越えて地域に飛び出して学ぶ場をどんどん増やしていきたいと考えています。社会教育士として、学校の体験活動と地域の文化や産業をつなぐコーディネート、世代を越えた交流や対話を促すワークショップのファシリテーションを行います。29年間、国語科教育に携わってきたので、大人も子どもも楽しく学べる国語講座もやります。どうぞよろしくお願いいたします。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
総合的な学習の時間、総合的な探究の時間に関するワークショップ	60分～	要相談	要相談
総合的な学習の時間、総合的な探究の時間に関するコーディネート	60分～	要相談	要相談
楽しく書ける読書感想文教室	60分～	要相談	要相談
地域と学校の連携を考えるワークショップ	60分～	要相談	要相談
教科書に載ってたあのお話をもう一度読んでみよう講座	60分～	要相談	要相談

●指導実績

2024年 一関起業支援事業 シゴト・ツクル・カレッジ「一関・オモシロ地域人と探すこれからの進路」ファシリテーター

2024年 一関図書館100周年記念 新館10周年記念事業「夏休み読書感想文教室」講師

2024年 中学校の総合的な学習の時間、高等学校の総合的な探究の時間のコーディネーター業務

●資格・免許・流派等

社会教育士、中学校国語科専修免許状、高等学校国語科専修免許状

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



こいわ としみ
小岩 明美

剪定作業全般

剪定未経験の方でも親切に指導いたします。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
植木は何故剪定するのか等	2時間	要相談	要相談
剪定足場の組み方	1.5時間	要相談	要相談
高所安全作業について	1時間	要相談	要相談

●指導実績

市内複数の公民館、市民センター生涯教育事業、庭園講座講師

●資格・免許・流派等

造園剪定指導免許

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



さくらだ ひとみ
櫻田 仁美

中国語講座・中国茶・中国料理

・現在まで700人以上の日本人（医者、薬剤師、看護師、公務員、高校生、会社員、主婦、小学生）等に中国語を教えました。

中国語検定2級合格者2名、中国語検定3級合格者5名、中国語検定4級7名、台湾への留学2名、中国へ日本語講師1名

・中国茶の飲み方 200名以上

・中国料理（手作り餃子、中華まん、小籠包等） 800名以上

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
中国語講座	1.5時間	5,000円／1グループ ※20名まで	コピー費、交通費は別途
中国茶	2時間	6,000円／1グループ ※20名まで	交通費、材料費は別途
中国料理	2時間	6,000円／1グループ ※20名まで	交通費、材料費は別途

●指導実績

中国語講座：一関勤労青少年ホーム、国際交流協会

中国茶：一関勤労青少年ホーム、国際交流協会、公民館

中国料理：一関勤労青少年ホーム、一関市女性センター、各地区公民館

●資格・免許・流派等

日本語能力検定2級

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ささき かつひろ
佐々木 勝裕

大雨などの気象災害に備える ために

まず、一関市内の過去の水害を振り返り、東北地方などの最近の水害を学び、背景となっている地球温暖化について解説します。その上で一関市の防災マップから当該地域に関する危険を事前学習して、避難行動に備えます。さらに、いざという時のために気象庁ホームページの「キキクル」の利用方法や避難行動の必要なタイミングに関して解説し、マイタイムラインの作成を呼びかけます。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
地球温暖化の進行とともに、東北地方でも大雨などによる気象災害が頻繁に発生し、しかも激甚化しています。気象庁は今年5月下旬から新たな防災気象情報の運用を開始する予定です。改定の要点をお伝えすると同時に、いざという時に備えることを呼びかけます。地域の熟知に努め、防災マップを読み取り、危険の程を一緒に考えていきます。	30分～90分 に対応	謝礼は不要	資料印刷費

●指導実績

2025年 6月1日 一関17民区集会所(30名)で「次に来る水害から全ての皆さんが身を守るために」と題して講演。2025年11月1日 一関市民センター(40人)において「想像を絶する大雨が明日来るかもしれません、激甚化・頻発化する気象災害に備えて」と題して講演。2025年11月26日 一関薬剤師会研修会(25人)において「水害のまち一関、この地で暮らし続けるために」と題して講演。

●資格・免許・流派等

気象防災アドバイザー(国土交通大臣委嘱)・
気象予報士



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ささき せつこ
佐々木 節子

初心者向けのかぎ編み小物作り

初心にもどり、10数年ぶりに活動に復帰します。編物を通して楽しく交流しましょう。皆様のご参加をお待ちしています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
アクリルたわし、コースター ※活動可能日時(平日10:00～12:00) ※活動地域(旧一関市内)	2時間(1回コース)	2時間5,000円(交通費別途※1km25円)	参加者材料費実費負担(200円～300円位) ※色、柄等はお任せでご容赦願います。
帽子、スヌード、ペットボトルカバー等	2時間(2回コース) 合計4時間	講師料2時間 1回 5,000円×2回コース= 10,000円	参加者材料費実費負担(200円～1,500位) ※色柄等はお任せでご容赦願います。

●指導実績

福祉施設、市民センター、個人宅等をお借りして活動していました。

●資格・免許・流派等

- ・服飾準教員
- ・手編み講師(日本編物文化協会)
- ・日本商工会議所簿記2級
- ・ビーズクラフト協会講師
- ・ガーデンコーディネーター
- ・サービス接遇実務2級
- ・中級食品表示診断士
- ・生涯学習コーディネーター
- ・普通自動車一種免許



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



さとう いくろう
佐藤 育郎

もち食文化、もち本膳講習会

仙台藩祖・伊達政宗公時代にはじまり、東北地方に残る礼儀食文化を堪能してみませんか。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
一関地方のもち食文化、もち本膳に関する講習	60分～90分 ※要相談	要相談	要相談

●指導実績

- ・ もち本膳講習会 平成20年～通算300回以上(対象:市民)
- ・ 一関市主催もち本膳体験授業 講師(対象:市内小中学生)

●資格・免許・流派等

一関・平泉地方に伝わる小笠原流、四條流を基とする「もち本膳」作法の伝承

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



さとう こうき
佐藤 暁僖

もち食文化、もち食本膳講習会

一関のもち食文化を学ぶことは、伝統を知り、食のあるべき姿を考えるきっかけになります。
子供たちが「ふるさとの食」を認識しなじむことによって「ふるさと愛」が育まれます。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
一関地方のもち食文化、もち本膳に関する講習	60分～90分 ※要相談	要相談	要相談

●指導実績

一関市主催もち本膳体験授業 講師（対象：市内小中学生）
もち本膳講習

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



さとう たかお
佐藤 隆夫

姿勢で変わる!健康寿命と子どもの姿勢・スポーツパフォーマンス向上講座

「姿勢は、生涯使い続ける体の土台です。姿勢が変わると、体の動きやすさ、健康、毎日の笑顔が変わります。『最近疲れやすい』『子どもの姿勢が気になる』『いつまでも元気に歩きたい』『スポーツで結果を出したい』そんな方に、今日からできる姿勢のコツを楽しくお伝えします。ぜひ地域や学校、職場で一緒に学んでみませんか?」

●指導内容(指導分野:健康づくり/スポーツ/介護予防/子育て・教育)

指導内容	講座例	対象者	所要時間	講師料	その他経費
「姿勢」をテーマに、子どもから高齢者まで楽しく学べる参加型講座を行います。姿勢は見た目だけでなく、肩こり・腰痛・膝痛、転倒予防、集中力、運動能力にも深く関係しています。講座では、簡単な姿勢チェックや実技を交えながら、日常生活で実践できる姿勢改善のポイントをわかりやすくお伝えします。	・肩こり、腰痛を予防する姿勢習慣・健康寿命を延ばす「正しい姿勢」のつくり方・子どもの猫背とスマホ姿勢対策・スポーツ選手のケガ予防とパフォーマンス向上・足のアーチと身体のバランスの関係・転倒予防のための姿勢と歩き方講座	幼児 小学生 中高生 保護者 高齢者 地域団体 企業 スポーツチーム	60分～90分(内容に応じて調整可能)	無料～(金額は依頼先様の状況に応じて相談可能)	会場費・交通費が必要な場合はご相談ください。

●指導実績

- ・花巻東高校スポーツコース 特別授業(8年連続)
- ・高校スポーツ部(陸上・バスケットボール) 姿勢講座(延べ10回)
- ・小中高学校PTA・保護者向け姿勢講座(延べ19校)
- ・市民センター健康講座(延べ27か所)
- ・学校保健会講演(3か所)
- ・スポーツイベントでの姿勢チェック会(毎月)

●資格・免許・流派等

徒手療法師/一般社団法人日本姿勢科学学会 認定 姿勢調整師/創造 学園大学ソーシャルワーク学部 姿勢科学コース 修了/米国ウェスタンステイツ大学 軟部組織の特別講義 修了/米国 カルフォルニア州立大学 ロサンゼルス校(UCLA)解剖学・機能学・生体力学実習 修了/姿勢科学士資格取得/KCSテクニカルアドバイザー認定/JFCP認定セラピスト/ウェスタンステイツ大学 姿勢科学の国際ディプロマ取得

【所属団体】

- ・全国姿勢調整師会会長 ・岩手県姿勢調整師会会長 ・KCSセンター一関院長

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



さとう のりこ
佐藤 範子

楽しい創作体験

創作することは楽しいことです。
手と頭をフルに使って生活を楽しみましょう。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
美術全般、絵画、彫塑、その他	2～3時間	要相談	-

●指導実績

中学校美術教師
市博物館造形教室

●資格・免許・流派等

中学校美術Ⅰ級

いちのせき名人・達人バンク 登録講師

さとう ひろのり

佐藤 広徳



生涯学習（学び直し）と地域づくり、会議改善、男女共同参画、防災、子育てグループ指導

行政で社会教育を担当した経験から、生涯学ぶことの大切さを知ってほしいと活動しています。また、大学院で「地域経営と地域づくり」を研究した経緯があり、学びと地域づくり、男女共同参画と地域づくり、防災と地域づくりなどを広くお伝えしたいと思います。なお、とにかく実践経験に基づく話ですので、お気軽にお声がけいただければと思います。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
生涯学習（学び直し）と地域づくり	要相談	要相談	要相談
会議改善	要相談	要相談	要相談
男女共同参画と地域づくり	要相談	要相談	要相談
防災と男女共同参画	要相談	要相談	要相談
子育てグループ指導	要相談	要相談	要相談

●指導実績

岩手県男女共同参画出前講座、一関市男女共同参画出前講座、岩手県あすばる研修講師、県内・市内公民館等で会議改善・男女共同参画講座、市内市民センター等で防災講座等

●資格・免許・流派等

社会学修士、社会教育主事資格、岩手県男女共同参画サポーター認定、防災士

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



すがわら しゅうめい

菅原 修明/木エとステ
ンドグラスの工房
Kakemoku

ステンドグラス教室・木エ教室

一関市で木工家具やステンドグラスを製作しています。2024年からワークショップや体験教室を始めました。

作ることの楽しさを通して物の価値を知り、製作したものを長く大切にに使ってもらいたいと思っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
ステンドグラスランプ作りのワークショップ	2～3時間	4,000円~/時間 (要相談)	材料及び工具費 4,000円～
木エ教室	2～3時間	4,000円~/時間 (要相談)	木材及び工具貸出 1,500～5,000円(価 格は製作物によって変 動)

●指導実績

- ・小学生向け木工教室(10名)木のロボット作り(木とボルト・ナットなどの金属)
 - ・木工ワークショップ ウッドビーズの時計作り&廃材けん玉作り
 - ステンドグラス教室(6名)全3回コース 猿沢市民センター様の講師依頼 幾何学模様の3面フットランプ
 - ・いわいの森わくわくフェスタ 木工教室(20名)木の実を使った木工品作り
 - ・毎月1回開催 ステンドグラス教室
- 2025年8月～2026年3月 合計30名

●資格・免許・流派等

木育インストラクター



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



すがわら じゅんいち

菅原 順一

子そだて造形あそび

子どもたちが育った時に、親子で物を作ってあそぶ生活習慣は大事。現代社会のデジタルあそびではなく、自分であそびを作っていける能力は、子どもの発達に決定的に重要です。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
子どもの発達と造形活動	2.5時間	5,000円～8,000円	-
親子造形あそび（造形おじさんと作ってあそぼう）	2.5時間	3,000円～8,000円	-
各種イベント造形あそびコーナー	1～2時間	3,000円～8,000円	-

●指導実績

駒沢女子短大（保育科）准教授
障害児童施設造形指導
宅老所施設造形指導
各種イベント親子造形あそび

●資格・免許・流派等

中学教員免許、いわい美術副理事長、美術家平和会議会長

いちのせき名人・達人バンク 登録講師

すずき まさし

鈴木 正志(生田流箏
系会)

箏曲(箏、三絃)教授・教室

親切丁寧にご指導いたします。

【推薦者からのメッセージ】

指導実績も多く、ノウハウもあり、箏、三絃の他、十七絃、尺八にも精通しております。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
・箏曲全般にわたる知識の指導 ・初心者から経験者、段階に応じた実技指導	個人の場合 45分～	6,000円	テキスト代別途

●指導実績

- ・文化庁委嘱事業、伝統文化お箏子ども教室の指導、同発表会での指導
 - ・小中学校授業にて、邦楽実技体験指導(前沢小ほか)
 - ・岩手県立千厩高校箏曲部にて、箏、三絃の指導
- 他多数

●資格・免許・流派等

宮城宗家『教師』免許取得(平成19年3月 首席合格)

流派:生田流宮城道雄派

すずき みちあき

鈴木 道明（一関カメラクラブ）

写真で潤いある生活を

カメラの性能があがって、誰でも綺麗に写真が撮れるようになりましたが、多くの皆さんは、せっかくの写真を撮りっぱなしのままにしているようです。そこで提案ですが、気に入った写真を作品にして、ご自宅の気に入った場所に飾ってみるのはどうでしょう。そのような作品づくりのお手伝いをしたいと思っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
写真作品の作成と楽しみ方	2時間	5,500円/2時間	講習内容により随時

●指導実績

- ・ サン・アビリティーズ一関 デジカメ教室講師
- ・ 狐禅寺市民センター 千歳大学カメラ講座講師
- ・ 一関カメラクラブ写真教室講師

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師

せがわ としこ

瀬川 敏子

押絵

5年に1回の展示会。古い歴史があるので残したい。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
押絵	要相談	3,000円	材料費は別途

●指導実績

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師

せがわ としこ(びんすい)

瀬川 敏子(敏水)

華道

花を生けることが楽しく、お弟子さん方から元気をいただいております。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
生花(主に自由花) ※資格申請可	要相談	月謝 5,000円	花代 2,000円/3

●指導実績

自宅でのお稽古、市役所職員の方々(ねぎぼうずの会)
50年余り生花に携わっております。

●資格・免許・流派等

生花引立教授 松風華道会 総司

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ちだ ひろこ
千田 広子

野菜をおいしく食べるコツ教えます！

野菜はちょっとの下ごしらえて、もっとおいしくなります。
一緒に学んでいきましょう。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
講話、または実習	講話1時間 実習2～3時間	要相談	交通費、食材費、レシピ代など

●指導実績

調理実習指導など

●資格・免許・流派等

野菜ソムリエ上級プロ



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ちだ ひろこ

生田流しののめ会
千田 広子

初めてのお琴体験

お琴をもっと身近に感じてみませんか？
まずは触ってみて、その音色を体験してみましょう。曲
「さくらさくら」など。
インバウンドの対応も可能です。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
琴の演奏体験	1時間	2,000円/時間 グループ体験要相談	(出張の場合)交通費

●指導実績

一関小学校クラブ講師
和楽器出張体験
自宅でのお稽古教室(1987年より)

●資格・免許・流派等

生田流箏曲師範

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ちだ ひろこ
千田 広子

郷土愛を育む「食育講師」

地元の食を見直す、食を選ぶ力を育てることを軸とし、
実技も交えてお伝えします。
食育はあらゆる世代に必要です。
親子レク、子供会、企業の福利厚生、地域のサロンな
どにご利用下さい。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
食育出前授業（実技あり）	1時間	6,000円~/時間	（距離ある場合）交通費、 食材費

●指導実績

食育出前授業（小学校、企業）
食育調理実習（中学校）

●資格・免許・流派等

野菜ソムリエ上級プロ
食育インストラクター
ベジフルティーチャー
アンチエイジングプランナー



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ちば えいichi
千葉 栄市

地域の自然観察（特に大地の生い立ち）

植物、動物、地形や地質、そして自然の中での遊びなど対応します。特に、自分たちの住んでいる大地について、理解を深めていただければ幸いです。

●指導内容

指導内容	対象者	所要時間	講師料	その他経費
地域内を歩いて巡り、各地の観察及び説明を行う	小学生以上 (人数:20名程度まで)	約2~3時間 (事前説明30分あり)	2,000円	-

●指導実績

山目市民センター(成人)

一関公民館(小学生対象行事)

教員時代に小学校、中学校にて(児童や生徒対象に実施)教員歴38年

●資格・免許・流派等

小型船舶操縦士Ⅰ級

アマチュア無線技士Ⅰ級

日本語検定Ⅰ級

漢字検定準Ⅰ級

教員免許(小学校Ⅰ級、中学校Ⅰ級※理科、高校2級※理科)

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ちば くみこ

UEロケットマイスター

ちば くみこ

自信と可能性が奪われない
社会を創造

「どうせ無理」をなくし「だったらこうしてみたら？」に。

できないと思っていたことが自分にもできた!という小さな成功体験の積み重ねから、自分を信じる心と無限大の可能性を再発見。

学校の総合学習や、地区PTA、スポ少、企業、様々な場面でご活用ください!

子どもから大人まで、夢を語り、応援し合える地域を一緒に育んでいきましょう!

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
ロケット教室(VTR視聴・ロケット製作・ロケット発射)	4時間	製作費5,000円/人	-

●指導実績

令和6年3月からロケット教室を計4回開催してきました。参加者51名の参加者とその保護者に対して、事故なく、実施することができています。自分で作るからこそ不安もあるけど、だからこそロケットが大空に発射された時の喜び、達成感、紛れもなく本当の自信に繋がっていきます。

●資格・免許・流派等

植松電機(北海道赤平市)での受講によるUEロケットマイスター



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ちば ときよ

千葉 登喜代

両磐地方のむかし話と方言

昔話だけでなく、郷土の偉人の話や伝承について、方言の話や暦の話等もご希望に応じて楽しくお話しします。方言クイズも用意しています。ご高齢の方からお子様まで、楽し時間を共有していただき、郷土に興味と愛着を持っていただければと考えて活動しています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
地元のおかし話や伝承を、地元の方で語ります。方言や行事についての「ウンチク」も楽しくお話しします。	1時間前後で 応相談	ご予算等に応じて応相談	交通費をお願いします (講師料に含めても構いません)

●指導実績

いわいの里ガイドの会の語り部として2013年から活動してきましたが、2026年2月末で卒業し、独立しました。

2004年に一関ケーブルテレビで放送した「一関弁講座」で、方言の語源や使い方を語る講師として、作・構成・出演を務めました(全20回)。

役者として舞台、テレビ、映画、TVCM等に出演しています(フジテレビ「監察医朝顔」瑞枝 役、NHK朝ドラ「おかえりモネ」戸倉のおばちゃん 役、映画「リトルフォレスト」近所の主婦 役、映画「マルサの女」税務署職員 役、映画「地震列島」登山帰りの乗客 役、TVCM「UMI UMA シリーズ」他)

●資格・免許・流派等

『思い出リース』作家 サクラノアトリエ

ながさわ みか 永澤 美香



身近な布で日常に彩りをそえる。。。思い出の布で想いをつなぐ。。。『布リース』の手づくり体験講座

特殊な技法でパーツを組んで作る『布リース』をご存知でしょうか!布やハギレ・大切な家族の使わなくなった服や小物など、家庭で眠っている思い出の品を『布リース』にして、日常に彩りを加えてみませんか。卒業や人生の節目のプレゼントにも喜ばれています。初心者だから…センスが無いから…と思いついてるあなたでも大丈夫!素敵なお布リース作りのお手伝いをさせていただきます。材料は全てこちらでご用意できますし、持ち込みも大歓迎。ぜひお問い合わせください。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
布のパーツを使ったリース、ツリー、チャーム作り	1時間～	1,000円～4,000円程度(作る物や大きさによる)	使いたい材料により追加有り。要相談

●指導実績

- ・ ハンドメイドイベント出店
- ・ ワークショップ、手づくり講座開催
- ・ 2026年7月 フランスパリにてJapan Expo Paris2026 出展&ワークショップ 予定

●資格・免許・流派等

2024年5月 初級ディプロマ取得
2025年7月 中級ディプロマ取得



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



にかいどう しづえ(うたしず) 二階堂 しづえ(雅楽静)

生田流正派 二階堂箏・十七絃・三絃教室

和楽器が見直されるようになり約30年程経つように
思います。
然しながら、箏並びに「和」の伝統芸能の存在が難
しい状況にあります。
是非、楽器に触ってみて、和楽器の素晴らしさを知っ
てほしいと思っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
子供からシニアの方、年齢問わず(6歳以上)箏・十七絃・三絃を指導いたします。古典からポップスまで、ジャンルを問わず楽しい曲を教えてまいります。初心者歓迎。	30分～60分	<月3～4回> ○大人(小学6年生以上) 6,000円/1人 ○小学校6年生未満 5,000円/1人	爪、チューナー楽譜等一式 10,000円 ※入門時のみ

●指導実績

1975年花泉町にて箏曲教室を開軒する
1980年頃から平泉毛越寺にて箏曲演奏会開催→あやめ祭2024まで
1984年より仙台に拠点を移し活動。震災復興記念会にて2回演奏会を仲間と開催
1992年花泉に戻り、箏&KOTOアンサンブル結成。年2回の演奏会を開催
2024年11月16日一関文化センターにて初リサイタル開催
・国立劇場 2回出演演奏(正派演奏会)
・NHKホール 1回出演演奏(正派演奏会)
・その他多数の出演・演奏をしている。

●資格・免許・流派等

生田流正派邦楽会 大師範

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



はせがわ あゆみ

長谷川 あゆみ

キットパスで楽がき(らくがき)
します

キットパスは、日本理化学工業で知的障がいのある社員さんたちが作っています。キットパスを使って楽しんでいただける方を増やしていくことで、障がい者雇用に貢献できる応援にもなります。窓ガラスがキャンバスとなりますので、外の景色を見ながら描くことは、なかなかない体験かなと思います。筆圧が弱い方でも描きやすい画材です。絵があることで、お部屋がいつもとはちょっと違う楽しい空間になったら嬉しいです。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
原料に米ぬかワックスを使用した水溶性チョーク「キットパス」を使って窓ガラスやアクリル板に大きな絵を描きます。水拭きで消せるので用途に合わせることが出来ます。また、窓ガラスに楽しく描く「楽がき(らくがき)」の体験、オリジナルのビニール傘制作、手形アートなどのワークショップの開催も可能です。	大きな絵の制作は5時間程度。ワークショップは要相談。	要相談。まずはコーヒー1杯から、お気軽にお声がけください。	ワークショップを開催する場合、参加人数分の画材の用意をお願いいたします。

●指導実績

一関図書館、川崎市民センター川の楽校でキットパスを使ったお絵かきイベントを開催。また、挿し絵などとして使うイラスト(画材は主に色鉛筆)を提供しています。

●資格・免許・流派等

キットパスアートインストラクター



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



はせがわ あゆみ

長谷川 あゆみ

マリンバの音を聴きませんか

マリンバは木琴の一種で、低音から高音まで音域が広く豊かな響きのする楽器です。横幅が2mある大きな楽器ですが、組立式になっておりますので、軽自動車で運搬することができます。

会議室やロビー、屋外でも演奏可能(雨天不可)です。気軽に音楽を楽しんでいただきたいなと思っております。よろしくお願いいたします。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
ミニコンサートで音楽のおはなしなどを交えながらマリンバ(木琴)の演奏をします。他の団体様とのコラボレーションも歓迎いたします。	楽器搬入1時間、撤去1時間かかります。演奏時間は1時間程度 ※曲目により準備期間が必要となります。ご依頼は開催日の半年～3か月前までにいただけると大変助かります	要相談。まずはコーヒー1杯から、お気軽にお声がけください。	マイクをお借りする場合もあります。

●指導実績

一関図書館クリスマスコンサート、千厩図書館演奏会、舞川市民センター寿学園開講式記念イベントで演奏しました。



●資格・免許・流派等

はたけやま やすこ

笑い文字講師・畠山靖子

笑い文字で「ありがとう」を書こう



この度は数ある講座の中から、笑い文字初級講座を見つけたださって、ありがとうございます。

この講座では、満面の笑顔が入った「ありがとう」が書けるようになります。

感謝の気持ちをハガキに書いて渡しませんか？

絵や字が苦手でも大丈夫♪小学1年生から筆を持てる方なら、年齢を問わずお申し込みいただけます。

●指導内容

指導内容	受講資格	所要時間	講師料	その他経費
笑い文字で「ありがとう」を書けるようになる入門講座です。書いて渡すことで、自分の日常にたくさんの「ありがとう」がふれていることがわかります。	どなたでも ※子ども:自分の意志で参加する 小学生～高校生	2時間	①初回 4,070円 (内訳:受講料:2,750円 教材費:1,320円) ②再受講 2,970円 (内訳:受講料:1,650円 教材費1,320円)	ワークノート 筆ペン2本 はがき クリアポケット

●指導実績

・2018年3月～現在まで

宮城県登米市、一関市で対面講座を開催。これまでにのべ150人以上に初級講座を教える。

・2019年12月 金ヶ崎町町民大学「笑い文字講座」の講師を務める。

・2020年、2021年の2年連続で、登米市社会福祉協議会主催の「ライフアップ講座」にて初級講座の講師を務める。

・2020年からはオンライン講座も開始。

●資格・免許・流派等

笑い文字普及協会認定講師

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



はたけやま やすこ

畠山 靖子

kitpas×K-ART「光の透かし絵」講座

- この度は、たくさんの講座の中からこの講座をえらんでいただき、ありがとうございます。
- ・「光の透かし絵」講座は、シンプルなプログラムなので、どなたでも美しい作品に仕上がります。
 - ・塗り方も自由で、個性豊かな表現が可能です。
 - ・0才の赤ちゃんから高齢者まで、幅広い年代の方に喜ばれています。
 - ・豊富なデザインの中から好きな作品を選べます。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
キットパス（水溶性固形マーカー）を使って、素敵な作品を作ります。講座での作品づくりを通じて、“集中することでストレスを解消”“自分の想像をこえる作品を完成できた達成感”“作品を通じて人から認められる喜び”を味わうことができます。	30分～40分程度	1レッスン 2,000円	教材費 500円/人

●指導実績

2018年にキットパスアートインストラクターの資格取得。
特別支援学校やカフェでのイベントでワークショップを開催。
「光の透かし絵」プログラムについては、2024年から一関市内のワンコインイベントやサロンで開催。

●資格・免許・流派等

キットパスアートインストラクター

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



はたけやま やすこ

畠山 靖子

「ほめカード®無料講座」

ほめカード®に出会ってくださってありがとうございます。

・ほめカード®はカードを使うことでほめたり、ほめられたりする練習ができます。ほめ合うことで自己肯定感アップにつながります。

・ほめトランプ®は良いところに焦点を当てていく練習ができます。ポジティブ思考に切り替えることができます。

『ほめて』『ほめられて』を一緒に楽しみましょう。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
①「はじめましてのほめカード®」(30分・無料) ※ほめカード®とは?基本の「キ」をお伝えします。 ②「ほめ笑い®カフェ」(60分・無料)※基本の使い方の説明と実践。後半はゆったりとおはなしタイムです。 ③「ほめトランプ®で自己紹介」(60分・無料) ※『ほめカード®』でほめあってから、『自己紹介ほめトランプ®』で自己紹介をします。自分と対話しながらほめていくとスッカリします。	①30分 ②60分 ③60分	無料	対面で開催する場合、会場費を参加者からいただくことがあります。

●指導実績

2022年6月

・ほめカード®サポーターに認定される。(地球ほめ笑い企画主催のほめカード®サポーター認定講座修了)

2023年～

・保育士園内研修、図書館読書指導員等研修、子育て支援センターのイベントでの無料講座を開催している。

※オンラインでの開催も可能。

●資格・免許・流派等

ほめカード®サポーター

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



みうら かずこ

爪切りパチパチwako (ワコ)

代表 三浦 和子

0歳から100歳まで、足が喜ぶ
フットケア

私は、藤沢病院にて看護業務にあたり、週一回糖尿病患者様の足病予防の為のフットケアに携わってきました。

退職後は、個人事業を立ち上げ、爪切りを中心とした予防的フットケアに取り組んでいます。

現在も、病院内にて完全予約制でケアを行う他、在宅や、福祉施設に訪問しケアや指導を行っています。

また、フットケアの重要性について全国各地に出向き講演活動を行っています。

爪が厚くなったり、巻き爪で自分では切れない。魚の目やタコが痛い、どんな靴を履いたら良いのかなど足のトラブルでお悩みの方はお気軽にご相談ください。今日からできるフットケアをご紹介します。0歳から100歳まで、いつまでも元気に歩が続けられる足作り、足が喜ぶフットケアを目指しています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
足、爪のトラブルの予防と対処方（靴の履き方や、爪の切り方、足の洗い方や、保湿の仕方） 転倒予防のための足、指運動	60分	10人～20人：5,000円 30人以上：10,000円	交通費1,000円

●指導実績

千厩町介護予防教室での転倒予防のための足指の運動（老人クラブの皆さん）

小学校での子供の足育の講演

藤沢地域住民の方への転倒予防教室

医療、福祉スタッフへのフットケア方法

岩手県看護協会からの依頼で、看護師への足病予防の為のフットケア方法

看護雑誌でのフットケア特集掲載

●資格・免許・流派等

看護師 フットケア指導士 足病予防指導士
メディカルフットケア1級 ソックスアドバイザー
フットケア心理士3級 巻き爪矯正技術者
介護支援専門員





みなかわ おさむ

皆川 修
(日本棋院一関支部)

囲碁

小学生から100歳まで誰でも参加できます
九路、十三路、十九路と段階的に向上するおもしろさがあります。

小中学生や高校生の県大会や全国大会を目指しましょう。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
要相談	要相談	要相談	要相談

●指導実績

- ・日本棋院一関支部で30年間指導して会員の棋力向上に努めた
- ・ヒカルの碁で小中学生を指導した
- ・一関市民センターや山目市民センター、千厩市民センターで初心者への指導に当たる

●資格・免許・流派等

日本棋院囲碁六段(免状有)
一関支部では九段格



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ゆあさ あい

湯浅藍／鍼灸師・歯並び育児®協会認定講師・
一縁笑万（ひとええま）

子育てと地域をつなぐ

私は、鍼灸師として“体の土台”を整える視点と、歯並び育児®講師として“お口と発達”を育てる学び、そして地域と人をつなぐイベント企画を通して活動しています。

子どもの歯並びや発達は、遺伝だけで決まるものではありません。姿勢、呼吸、食事、抱っこ、遊び方——日々の積み重ねが未来をつくれます。

鍼灸では、症状だけでなく、その人本来の力を引き出すことを大切にしています。

また、イベントは“ただの催し”ではなく、人と人が出会い、想いが循環する場だと考えています。目的設計から運営体制、広報、当日の動きまで整えることで、「やってみたい」を形にするお手伝いをしています。

後悔ではなく、安心を。孤独ではなく、つながりを。不安ではなく、希望を。

一人ひとりの未来につながる一步を、丁寧に、確かな形で育てていきたいと思っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
鍼灸師として、姿勢・呼吸・筋肉バランスなど“体の土台”から整える視点をもとに、子どもの発達やママの不調に寄り添ったサポートを行ってきました。さらに歯並び育児®講師として、0～5歳の姿勢・呼吸・食事・睡眠・舌の使い方までを総合的に捉え、「歯並びは育てるもの」という考え方を、家庭で今日から実践できる形でお伝えしています。また、地域と協働するイベント企画・運営にも力を入れ、子どもを中心に多世代がつながる場づくりを実践。助成金申請、協賛依頼、運営体制構築、動線設計、当日オペレーション、SNS発信設計まで一貫してサポート可能です。想いだけで終わらせず、“形にして動かす力”を指導できます。	講座45分～ 要相談	45分6,000円 要相談	交通費 実費

●指導実績

歯並び育児講座 1年間10回 120人受講
(大人)

親子イベント企画・運営 3年間で大小50件

●資格・免許・流派等

鍼灸師

歯並び育児®協会認定講師

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



リー ざいてつ

李 在鐵

ステンドグラス製作教室

2024年3月から一関市地域おこし協力隊として厳美町を拠点に活動をしています。シンプルな小物づくりを通して、ステンドグラス製作工程の基本を学びます。市民の皆様と創作の喜びと達成感を共有できればと願っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
ステンドグラスによる小物の製作（サンキャッチャー、小型ランプ、小物入れなど）。ガラスカットから半田付けまでの基本工程が含まれます。	6時間弱	3,000円／時間 （参加定員5名まで） （6名以上の場合は 要相談）	材料費：3,000円／人 交通費：1,000円／時間 会場使用料：該当する場合のみ

●指導実績

毎月定期開催している製作教室において講師を務めています。

●資格・免許・流派等



いちのせきしょうぎどうこうかい

一関将棋同好会

将棋の学びを指導

山目市民センターで毎週木曜日午後と第2・第4日曜日に将棋をしておりますので、興味のある方はいらしてください。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
将棋個別指導	2時間	200円／2時間	-
将棋団体指導	3時間	1,000円／半日	-

●指導実績

山目市民センター少年事業、春休み将棋教室で10年以上の実績があります。

●資格・免許・流派等

同好会は20人の会員がおり、有段者も数名いるので、初級から上級まで幅広い方に指導ができます。

いちのせきもちしょくすいしんかいぎ
一関もち食推進会議

もち食普及にかかる支
援、活動

もちつき体験授業の予算目安は、1クラス30名
で1人当たり1,000円です。もちつき隊様の1回
の派遣料が30,000円程度となります。時間は、
45分～60分で調整いたします。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
もちイベント支援、後援	要相談	要相談	要相談

●指導実績

- ・自治会・生産組合：大東町ちいきづくり
- ・学校関係：岩手県立清明支援学校／一関市萩荘中学校
- ・民間事業者：宮城NEXT商店街リーダーズ／VISTはちのへ／かすみがうらCP

●資格・免許・流派等

一関市もちマイスター検定

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



いわいのさとがいのどのかい

いわいの里ガイドの会

観光ガイド、語り部

魅力あふれる一関を皆で学びましょう

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
○観光ガイド ・骨寺村荘園遺跡 ・一関中心街等 ・松尾芭蕉の足跡 ・岩手宮城内陸地震震災遺構 ・厳美溪ほか観光地 ・平泉方面	要相談	3,000円／2時間 ※以降1時間ごとに 1,000円加算	見学箇所により入館料 等は自己負担
○語り部 ・一関地方の民話を主題とし た語り部	要相談	要相談	要相談

●指導実績

- ・市内及び平泉方面のガイド対応
- ・語り部の会の開催、イベントや講習会での語り部
- ・一関市観光ボランティアガイド養成講座の運営

●資格・免許・流派等

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



さとうてるこほかそうしかいはいん

佐藤テル子他箏系会会員

和楽器体験講座（箏、三絃）

奈良時代より伝わる日本の伝統楽器を次世代に継承すべく活動しております。これまで、異ジャンルとのコラボレーションを通じて、箏曲の魅力を発信（オーケストラ、朗読、長唄、コーラス、声楽家、茶道、日舞、詩吟等他）

一関文化協会の会員として、生涯学習にも取り組んでおります

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
・箏曲の歴史、楽器についての説明 ・基本的な奏法、さくら等の実技体験 （学校関係は学校規定による）	個人の場合 45分	1,500円／人	テキスト代別途

●指導実績

文化庁委嘱事業、伝統文化お箏子ども教室の指導・同発表会での指導

・小中音楽授業にて、おこと体験等（花泉小、山目小、前沢小、千厩小、磐井中他）

・岩手県立千厩高校箏曲部にて、箏・三絃コーチ

・各サークルの指導

・藤沢さくらの会 等

●資格・免許・流派等

宮城宗家『教師』免許取得（平成2年）

流派：生田流宮城道雄派

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



とうばんちくぎのうしかい

東磐地区技能士会

ものづくりマイスターによる 技能者育成支援

子供から大人まで幅広く、ものづくりの魅力と楽しさをわかりやすくお教えします。若年技能者や高校生に実践的な実技指導を行います。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
小学生対象のものづくり体験教室や、学生生徒を含む若者にもものづくり技能の魅力を発信し、ものづくり分野への入職・企業の人材確保・育成を促す観点から、技能検定受検を目指す若者への実技指導	ものづくり体験教室 1時間～3時間	要相談	材料代等

●指導実績

- ・ものづくりマイスター制度を活用して市内学童クラブ、放課後子ども教室事業での木工教室（年5回程）
- ・高等学校：卒業記念作品製作実技指導、ものづくりコンテスト実技指導、技能検定受検に伴う実技指導
- ・一般：一関市民フェスタでの木工教室

●資格・免許・流派等

厚生労働省認定ものづくりマイスター、職業訓練指導員、技能検定1級技能士、1級・2級建築士、福祉住環境コーディネーター、各種技能講習修了

いちのせき名人・達人バンク 登録講師



たぶんかきょうせい あいきゃん 特定非営利活動法人 多文化共生 I can

多文化共生社会に向かって

「日本語教育」とは、日本語”非”母語話者に対し日本語を外国語として指導するものです。日本語母語話者への「国語教育」とは本質的に異なります。縁あって当地へ辿り着いた外国人の方々の生きづらさが軽減され、彼らが自己実現するために我々は何ができるのか？、一緒に考えていきたいと思っています。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
在留外国人の数は今後も増え続ける見込みで、日本人住民との多文化共生に向けて意識改革が必要となるでしょう。当会は市内で年間90回の日本語教室を開催しており、利用する外国人は年間300人を超えています。これらの経験から、「市内の在留外国人の現状」「異文化との接触」「やさしい日本語」等について話題を提示し、皆で一緒に考える機会にしたいと思っています。在留外国人の代表者を同伴し、生の声を届けることも可能です。そこから何を掴み取るかは人それぞれです。	90～120 分間／回	1人2,500円 ／時間	交通費：1人500 円／回 資料を準備する場 合は別途コピー代 (要相談)

●指導実績

- ・岩手県立花泉高等学校にて1年生26名を対象に「多文化共生特別講座」を開催（令和6年2月27日）
- ・在留外国人向け定例日本語教室は年間90回開催（令和5年度／6年度／7年度）
- ・同じく、出張日本語教室を室根と千厩で開催（令和6年11月）
- ・日本語を母語としない児童への日本語指導を3件受託（令和6年度）
- ・他に、在留外国人による「スピーチ大会」「書初め体験会」「花見会」などの交流事業を開催

●資格・免許・流派等

日本語教育能力検定試験合格 第
201110078号、日本語教師有資格者、在籍



いちのせき名人・達人バンク 登録講師



ぼうさいさぽーといちのせき 特定非営利活動法人 防災サポートいちのせき

地域の災害対応力を高める 防災・減災の研修

一関市の防災力は、行政機関（市）の防災力と住民・地域の災害対応力で決定することを基本として、住民・地域の災害対応力を高めるため市の防災行政を担当した消防職員OBで平成21年12月NPO法人を設立し、活動しております。近時、地震等の自然災害が全国のいたるところで発生しています。この地域でも、三陸沖の後発地震として「日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震」の発生が危惧され、令和4年9月に岩手県被害想定で、一関市では、最悪の場合、死者90人、全壊1,400棟と想定されています。そのため、住民・地域による災害対応力を充実することは急務であり、私たちは市民の皆様と一緒に「地域の災害対応力」を高め、市の防災力向上を図ります。

●指導内容

指導内容	所要時間	講師料	その他経費
後援・研修（講師が資料に基づき実施） ①防災減災の基本②みんなの防災手帳活用法 ③自主防災組織の活動④ボランティア活動 ⑤住宅防火対策	90分程度	0円	資料印刷は受講者実施
受講者参加型（受講者と講師が一緒に実施） ①防災クイズに挑戦②防災クロスロードゲーム ③マイ・タイムライン④家族防災会議 ⑤DIG（地域のハザードの気づきと対策） ⑥防災マップ作製⑦ハンドマップ作成	90分程度 （受講者の設定時「可」）	0円	資料印刷は受講者実施
講演・研修参加型（法的なことなどを研修後受講者が作成、実施） ①個別避難計画作成②地区防災計画 ③地域の災害対策本部設置運営訓練 ④避難所設置の運営訓練	120分	0円	資料印刷は受講者実施

●指導実績

・岩手県市町村防災担当、福祉担当職員「個別避難計画」研修65人・中里小学校復興教育防災講和177人・一関5区防災研修会28人・金ヶ崎町自主防災組織リーダー研修会100人・一関12、14、15区マイタイムラインなど25人・舞川3区防災防火講演25人・重度障がい者個別支援計画に基づく避難訓練3回／62人・中里4区防災研講演15人・一関防災指導員養成講習（市と共催事業）3回／55人・東山町田河津防災公園47人・岩手県自主防災組織リーダー研修会2回／83人・中里1区防災避難訓練76人・花泉町油島地区防災講演会28人・一関市社会福祉協議会防災講演290人・北上市防災マイスター養成講習会2回／48回・一関市防災フォーラム（市と共催事業）202人など22回の事業を行い1,422人受講

私たちは市内ばかりでなく県内においても地域防災力を向上し、住民の皆様と一緒に被害軽減に努めています。令和5年度は、県内約1,422人の方と繋がりを持つことができました。

●資格・免許・流派等

特定非営利活動法人防災サポート委いちのせきは、一関市の防災行政に携わった消防職員OBで平成21年12月に結成し、会員は防災士や救急救命士、岩手大学認定まちづくりリーダーなどの資格があります。