

P T A、サークル、子ども会などのイベント等にご活用下さい。



寒川町 生涯学習人材登録制度

ステップ・アップ 登録メニュー紹介



生涯学習人材登録制度「ステップ・アップ」とは？

地域の方を中心に、持っている知識、技能、指導補助、アシスタントとしてさまざまな分野で登録をしていただき、「学びたい」という意欲のある方に紹介をするための制度です。個人や団体で、学習活動を行うための手段としてご利用ください。利用はもちろん、登録をしていただける方も随時募集しています。登録方法など、詳しくは担当までお問い合わせください。

利用方法について

- 人材登録制度を利用したい人は、登録メニューを見て、登録者に直接連絡を行い、指導日程の調整等、利用者と登録者同士で行ってください。
(連絡先非公開の登録者に関しては、担当で連絡先を紹介します。)
- 人材登録制度を利用される場合は、登録者、利用者ともに書面や電話での事前、事後報告等の手続きは不要です。ただしこの制度の利用により生じた事故については、町で加入するボランティア保険に適用される場合がありますので、2週間以内に担当までご連絡ください。
- 会場探しや開催形式などの講座の企画方法について、ご不明な点がございましたら、担当までご相談ください。

【問い合わせ】

寒川町役場 町民部 協働文化推進課 文化担当
Tel.0467-74-1111(内線274) Fax.0467-74-9141
Email.bunka@town.samukawa.kanagawa.jp
<http://www.town.samukawa.kanagawa.jp/index.html>



◀ ステップ
アップの情報は
ホームページ
でも公開中

【教育一般】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
1	地域の先生	学習補助	数学の補習。	小・中学生	いつでも	要相談	無料	山蔦紀一 75-6998
2		学習補助	英語・数学・算数の学習支援、補助等。わかるまで教えます。	小・中学生	土・日曜日 13:00~15:00	3回 1.5時間/回	有料・ご相談下さい。	古谷 喬 080-5442-2125 me.nt-al7@ezweb.ne.jp
3	乳幼児教育	ベビーマッサージ	ベビーマッサージを通して赤ちゃんの健やかな体と心を育み、親子の絆を深めていきます。	未就学児(生後3ヶ月1才半位迄)の親子 2~20組	ご相談下さい	2回 1時間/回	有料・ご相談下さい	女性 【茅ヶ崎市】 090-8175-9415 childtree@jcom.home.ne.jp
4		アートセラピー	描画や造形などの表現活動。心を解放し、創っていく中で楽しさを味わい、気持ちをリフレッシュさせていきます。	どなたでも 3人~20人				

※地域のせんせいについては、教育委員会 学校教育課 教育研究室担当へお問い合わせ下さい。TEL:0467-73-4639

【人文・社会科学】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
5	カウンセリング	傾聴講習	“聴き上手・話し上手”に成りませんか。「話すこと」「聴くこと」を学び、より素敵な自分になる講座です。	成人 2~30人	平日	4時間程度	無料 (講師料)	佐藤 進 【一之宮】 75-4605
6	労働安全衛生	安全衛生の基礎知識	①労働安全衛生法とは。②法体系について。③業務上災害と事業者責任。④安全配慮義務の履行。⑤怪我はどのように起こるか。⑥労働者が守るべき自己安全義務。⑦保護具の種類他。	成人 15~30人	ご相談下さい	2回 2時間/回	20,000円	安全衛生・メンタルサポートオフィス HOSAKA 保坂雅明 【倉見】 090-3536-5612 drummasa@jcom.home.ne.jp
7		事業者の責務と労働者の安全遵守義務	①法のしくみと労働安全衛生法の概要について。②安全配慮義務とは。③安全配慮義務を履行する上で配慮すべきこと。④労働者の安全遵守義務。⑤労働者の安衛法違反と事業者の刑事責任の関係。	成人 20~40人		2時間/回		

【産業・技術】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
8	省エネ	地球温暖化防止	CO2削減・家庭の省エネ・エコドライブ・リサイクルとの関係について学びます。	どなたでも 5~10人	土・日・水曜日 ならいつでも	4回 2時間/回	講師料無料	山蔦紀一 75-6998
9	パソコン	パソコン教室	お一人おひとりの取り組みをよく聞いて、IT機器の使い方を対話（コミュニケーション）をしながら進めてきているパソコン教室です。パソコン等各自持ち込み歓迎。やってみたら意外と簡単！さわってナルホド！	どなたでも 4人~	第1・第3水曜 (8月と1月は第2・第3水曜) 13:00~16:00	ご都合に合わせて	有料 (参加1回 100円)	問い合わせ：寒川社会福祉協議会 ボランティアセンターへ 0467-72-3721
10		音声ソフトを使ったパソコン操作	音声ソフトを使って、基本的なパソコン操作と文字入力・Eメール・インターネットを閲覧します。パソコンを使って本や新聞を読みます。	視覚障害者 1人	ご相談下さい	2時間	有料・ご相談下さい	女性

【芸術・文化】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
11	手芸・工芸	タイルモザイク	①生涯学習としてのモザイク指導 ②卒業制作等の共同制作の指導	どなたでも 10～30人	ご相談下さい	2～3回 2時間/回	8,000円/回	原 恒夫 045-861-0819 sou-mosaic @jcom.zaq.ne.jp
12		ハンブ編みで作る ナチュラルプレス レット	親子で手作りできる簡単なプレスレットです。 レザー調の紐で作るので、男女問わず身につけられるデザインです。ご自宅に訪問することもできます。たくさん作ってプレゼントにも。	どなたでも 1～10人	いつでも	2時間/回	無料または 100～200円	白石 愛 090-7727-1633
13	手芸・工芸	レカンフラワー	生花を立体的に乾燥させて、花の立体装飾アートクラブです。花の美しさを自然色のまま留める乾燥技術を学び「花の宝石箱」を作りましょう。	成人 3～10人	水・金曜日 13:00～16:00 月1回	3時間/回	2,000円	原田好子 【宮山】 75-2478
14		季節のイベントに 合わせたおしゃれな フラワーアレンジ	イベントに合わせたデザインで、アレンジレッスンをしています。学校などの父母会や、友人との集まりのレッスンも受け付けています。	どなたでも (親子可) 4～15人	9:00～16:00	2時間/回	2,500円 (父母会等の費用は応相談) (材料費含)	小林恵美 piropo88@gmail.com
15		結婚式に手作り ブーケを作る・ブ レゼントする	生花またはプリザーブドフラワーを使って結婚式のブーケを手作りしませんか。	どなたでも 1～2人		3回 2時間/回	8,000円～ /回 (材料費含)	
16		親子でフラワー アレンジ	母の日やクリスマス用に親子でフラワーアレンジを作りましょう。花の種類・色・作ること・プレゼントすることでやさしい穏やかな心を持つ時間を楽しみます。	幼児～高齢者 4組8人～ 12組24人		2時間/回	1,500円～ (材料費含)	
17	華道	古流の華道です。生花・盛花・投入・フラワーアレンジメント等。	どなたでも	いつでも		ご相談 下さい	ご相談 下さい (有料)	
18	茶道	表千家の茶道です。						
19	書道	楽しい書の世界	実用書道・ペン習字・かな・漢字・遊印・消しゴムハンコ等。	成人 3～10人	ご相談下さい	ご相談 下さい	ご相談下さい	原美代子 【宮山】 090-8430-1089
20		美しいかなの世界	かなの基礎から、上級コース作品づくりまで学びます。古筆や調和体作品等かなの美しさを楽しんでいただけます。	成人		月1回 1時間半/回		
21		書道教室	書道の基礎を楽しみながら丁寧に指導します (漢字・仮名・硬筆・消しゴムはんこ等)	小・中学生 3～10人		月3回～ 1時間/回		
22		かな書道入門	ゝいろは"から始めて、全4回で高野切三種の中の一首を書き上げる。①いろは単体を学習②変体仮名を学習③かなの連綿を学習④高野切三種を臨書し仕上げる。	どなたでも 4～15人		金曜日 午後1時30分～ 午後3時30分		

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
23	音楽	カラオケ生涯学習体験講座	カラオケを基本から覚える楽しさ・素晴らしさをテーマに、発声法・呼吸法を基本から学習します。	成人 5～30人	いつでも	3時間/回	1000円位/人 (資料代・講師料無料)	舛水政美 【一之宮】 72-5686
24		楽しいヴォイストレーニング	カラオケ歌唱のためのヴォイストレーニング(初声基本)・声の出し方・作り方・呼吸法を基本から学習します。					
25		親と子のカラオケコミュニケーション	カラオケを通じて、基本発声やリズムのとり方など親子で楽しくレッスン。親と子のふれあいをカラオケを使用して楽しみます。	幼児～中学生の親子5～15組				
26	音楽	初めてのオカリナ	初めてオカリナを体験していただく講座です。奏法・呼吸などゆっくり丁寧に指導します。	青年～高齢者 3～20人	要相談	1時間×4回	要相談	岡村 悦子 73-0887
27		ハンドベル	どなたでも楽しむことができるミュージックベル。仲間が一つになって、一つの曲を仕上げる楽しさ、達成感を味わってください。クリスマス以外でも楽しむことができます。	5～30人		要相談		
28	ディンブルアート	車のフロントガラスにはさまれているPVB(中間膜)で作られたエコな絵の具。乾くとデコボコ、さざ波模様が浮かび上がり、スタンドガラス風に仕上がります。季節や年齢に応じた下絵を用意しますので、絵の苦手な方でも楽しく色づけしましょう。エタノールを使用しているため、反応のある方は、念のためご遠慮下さい。	幼児～高齢者 5～15人	いつでも	2時間/回	2,000円～ 3,000円	Sora-宙 原田玲子 080-4659-6320 9429quri@jcom.ne.jp	

【健康】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
29	医療費節約	医療費節約カフェ～医療費ゼロの生活習慣～	医療費・介護費・薬代のへらし方を学び合い、実践します。	どなたでも 5～30人	いつでも	90分/回	無料	市村のぼる 090-4412-2358 no1@live.jp
30	メンタルヘルス	「メンタルヘルス研修」(ラインケア編)～管理監督者に必要な取り組み、そして対応～	①「健康配慮義務」と「安全配慮義務」②メンタルヘルスとは③メンタルヘルス対策：心の健康づくり計画の策定④事例⑤ストレスとストレス反応⑥管理監督者がしなければならないこと	成人 10～20人	ご相談下さい	2時間/回	20,000円	安全衛生・メンタルサポートオフィス HOSAKA 保坂雅明 【倉見】 090-3536-5612 drummasa@jcom.home.ne.jp
31	姿勢法	ミツヴァ・テクニック	生活習慣からくる不自然な体の使い方やくせを見直し、「歪みのない弾力のあるからだ」を取り戻し、猫背・腰痛・肩こりを改善していきましょう！ 練習はきわめてシンプル。イスに座って立つ、歩く、床に寝てストレッチ等	成人 5～15人	月・火曜日 10:00～12:00 13:00～16:00	3回 1時間/回	1000円/回	瀧芳子 【大磯】 090-7944-6799
32	健康	心も身体も健康に！腸もみ講座	カラダの健康には、実はココロの健康が大きく関わっています。 自宅で簡単なセルフ腸もみの仕方を覚えながら大切なココロのお話をしたいと思います。	成人3～4人	平日 10:00～12:00 13:00～16:00	1時間半/回	1,000円	長谷川恵利子 090-3204-1549 ouchisalon.spica@gmail.com

【スポーツ・レクリエーション】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
33	体操	中高年のための健康体操	ストレッチをして体を動かし、ゆったりとした呼吸をしましょう。希望で健康気功を教えます。	成人～高齢者 3～15人	月・木曜日	1時間半/回	3,000円～	下條文子 【倉見】 090-6128-1067
34	体操	骨盤調整バンドヨガ	ゴムバンドを使って骨盤調整し、体のバランスを整えます。	どなたでも 3～30人	月・木・土・日曜日 10:00～19:00	1時間/回	ご相談下さい (有料)	森富美乃
35		アルファビクス	ヨガの動きを基本にバンドを使い、呼吸法で筋肉をほぐしていきます。ストレス解消と免疫力アップに効果があります。			45分/回		
36		チェアビクス	椅子に座って行うエアロビクスです。音楽に合わせ、座ったまま軽く汗をかく程度に体を動かしていきます。足・腰の弱い方でも参加できます。					
37		monimoniZUNBA	初心者からわかりやすく教えます。ズンバはラテン系のリズムが入っています。エクササイズとしてズンバを楽しみましょう！CUMBIA,SALSA,MERENGUE,REGGEATONこのようなリズムがあります。	どなたでも 3～30人	木、土曜日	1時間	要相談	女性 【岡田】 080-3707-0460
38	合気道	合気道(子ども・親子・初級)	親切・丁寧に合気道の指導をいたします。	どなたでも 1～30人	月曜日 18:30～19:30 又は土曜日 12:30～13:30	3回 1時間/回	2,000円	相模合気会 小島三男 【茅ヶ崎市】 58-0037 080-1037-9769 aikido@jcom. home.ne.jp aikido_kojima@do como.ne.jp
39		合気道(中級以上)	中級以上(初級修了者・合気道経験者)を指導いたします。		月曜日 19:30～20:30 又は土曜日 13:30～14:30			

【家庭生活・趣味】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
40	室内 娯楽	コントラクトブリッジを楽しもう	4人でプレイする知的なトランプゲームをマスターしましょう。経験・性別・年齢を問いません。皆で会話を楽しみながら、頭の老化を防止できます。	どなたでも 1～20人	木曜日 13:00～15:00	10回 2時間/回	月1,000円 (材料費・ 講師料無料)	寒橋サークル 斎藤光由 【岡田】 74-3419
41		マジックの手ほどき	①トランプ・コイン・ハンカチ等を使ったもの ②ロープ(紐)などを使ったもの ③その他の道具を使ったもの	どなたでも 3～20人	ご相談下さい	ご相談下さい	無料	有馬久太郎 75-8515
42	料理	おうちで簡単手ごねパン作り	オーブントースターでパン作りができるおうちパン講座を開講しています。お子様連れOKの教室です。出張講座も行っています。	女性(子連れ可) 1～3人	月～金曜日 10:00～13:00	2.5時間/回	2,000円～ (パンの種類 により金額変 更有)	寒川町のパン教室 おうちパン 藤沢 真美 【倉見】 090-5559-9646 panpan.smkw @gmail.com

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
43	マナー	現代マナー	①日常生活のマナー（立ち居振る舞い・冠婚葬祭・お付き合い・食事・贈答・おもてなし等）②ビジネスマナーの基本	小学生～大人、結婚を控えている方2人以上～				
44		芝三光の江戸しぐさに学ぶ	江戸町衆(商人のトップ)の生き方・考え方を学びます。					
45	ラッピング	風呂敷ラッピングとスカーフの結び方	スカーフや風呂敷を用いておしゃれを楽しんだり、小物を包んで暮らしを豊かにします。	小学生～大人 2人以上～				
46	着付け	ゆかたの着付け講習会	浴衣のきれいでおしゃれな着方の講習を行います。	小中学生～大人 女性4～10人	10:00～12:00 13:30～15:30	2回 2時間/回	ご相談下さい	きもの着付けサークル 花みずき 小林 piropo88@gmail.com
47		今年こそ初もうでは自分できものを着てかけましょう	1月に2回に渡って自分で着られるように講習します。	女性4～8人				
48	家庭・趣味	色カルタ遊び	色カルタは読み札に色と色の名前、取り札に色が表示されたカルタのことです。色に親しんでほしい思いで誕生しました。色カルタで遊んでみませんか？	どなたでも 4人～	要相談 火・水・木を除く 午前9時～正午 火を除く 午後1時～3時	45分	無料	女性 【岡田】
49	趣味	ゆかいな腹話術	年齢問わず、何歳からでも始められる腹話術。お手持ちの人形で楽しめる新しいスタイルの提案をさせていただいております。台本の作り方、活用の仕方、動画でのチェック方法など具体的に説明致します。	1～10人	月～土曜日	1時間	1000円	宮澤 玲子 【藤沢市】 070-5654-3593

【市民生活】

No.	区分	タイトル	内容・指導実績等	対象・人数等	活動可能時間	標準指導時間	費用	登録者名
50	国際	たのしいスペイン語	誰でもようこそ！ 日常会話、旅行会話、学校の課題など楽しく学びましょう。介護施設で働いている方もどうぞ。	中学生～成人 ～10人	木、土曜日	1時間	要相談	女性 【岡田】 080-3707-0460
51	年金	公的保険と確定拠出年金(iDeCo)	ねんきん定期便を活用して資産形成について考えてみましょう	成人 1人～	ご相談下さい	ご相談下さい	有料・ご相談下さい	三藤桂子 【一之宮】