ＰＴＡ、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	地域のせんせい	**学習補助**	国語・算数(小学生)・書写(毛筆)。	小・中学生	月・火・水曜日 9:00～12:00 13:00～15:00	要相談	無料	徳沢順子 【岡田】 75-6179
2		**学習補助**	国語・算数等の学習支援等。	小・中学生	水曜日 10:00～12:00	要相談	無料	押味忠雄 【岡田】 oshimi1@jcom.home.ne.jp
3		**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 yamatsuta@pep.ne.jp
4		**学習補助**	国語・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 2～3人	10:00～11:00 13:00～15:00	3回 1.5時間/回	無料	古谷 喬 【宮山】 080-5442-2125 me.nta17@ezweb.ne.jp
5	乳幼児教育	**親子リトミック**	親子でリズム体操・製作・童謡などを歌い、音楽要素を体験しながら、楽しい時間を過ごしましょう。入園前のプレとして、音楽教育の導入としてもどうぞ♪	親子3組～	平日	月2回 1時間/回	月1,500円 (講師料)	親子リトミック 田附明美 【倉見】 72-2650
6		**リトミック**	日常の身近な事柄をテーマに、リズムや音楽を通じてお母さんと一緒に体を動かしたり、遊びながら学んでいきます。	未就園児(1歳半位～)の親子 3～20組	月・火曜日を除く平日 9:00～15:00	40～60分/回	有料・ご相談下さい	金子友理 【岡田】 75-2332
7		**ベビーリトミック**	リズム・音楽に合わせて、ママと一緒に遊びます。	未就学児(0歳2ヶ月～1歳半位迄)の親子3～15組				
8		**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 【倉見】
9		**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
10	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 6～15人	平日	5時間程度	無料 (講師料)	佐藤　進 【一之宮】 75-4605 satou.susumu@sky.plala.or.jp
11	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怪我はどうして起こるか。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 ～30,000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
12		**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
13	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 yamatsuta @pep.ne.jp
14	パソコン	**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	長田澄代 【倉　見】 osa.0201@ joy.ocn.ne.jp

【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
15	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 【横　浜】 045-861-0819 sou-mosaic @ttmg.ne.jp
16		**フラワーデザイン**	生花やドライの花などを使用して、フラワーデザインをします。ブーケ・コサージュ・季節の花・行事の花等を楽しく作りましょう。	中学生以上	いつでも	3時間程度	ご相談 下さい	浜田寿子
17		**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フトです。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
18		**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）	小林恵美 74-0054
19		**結婚式に手作りブーケを作る・プレゼントする**	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	
20		**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	500円～	
21		**手作り製本講座**	手作りで本や箱を作る講座です。文庫本をオリジナルデザインに改装する方法や、本やハガキを入れる箱などを好きなデザインで作る方法を指導します。	1～10人	いつでも	2.5時間/回 ※単発・長期どちらの講座にも対応可	ご相談 下さい (有料)	女性 【中瀬】 050-3741- 2753 hon.kitoki@gm ail.com
22		**万華鏡シート教室**	古布の切れ端を使って、針や糸を使わず木工ボンドで作る手芸。 ２時間で１つの作品が出来上がります。	4～20人	月・木曜日 10:00～12:00	2時間/回	500円位	齋藤ツル江 75-4657
23	華道	**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)	永野登美枝 【一之宮】 75-5487
24	茶道	**茶道**	表千家の茶道です。					

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
25	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 1～10人	ご相談下さい	ご相談下さい	有料	原美代子 【宮山】 090-8430-1089
26		**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きます。	成人		月2回 1時間半/回		
27		**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 1～10人		月3回～ 1時間/回		
28		**楽しい書道**	気軽な気持ちで筆に触れましょう。 楷書・行書・草書・かな・賞状書き等。	小学生～成人	いつでも	1時間半位	ご相談下さい	浜田寿子
29	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	1,000円位/人 (資料代・講師料無料)	舛水政美 【一之宮】 72-5686
30		**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(基本発声)・声の出し方・作り方・呼吸法・開口法・発声法を楽しくレッスンします。					
31		**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				
32		**音楽教室**	ピアノ・声楽・ヴォイストレーニング・楽典・ソルフェージュ・合唱等 ※ご希望とレベルに合わせて、責任を持って指導致します。	子ども・大人・初心者・音大受験個人指導・グループレッスン等	ご相談下さい	ご相談下さい	ご相談下さい	小川雅子 【一之宮】 75-0076
33	日本舞踊	**やさしい新日本舞踊**	新日本舞踊の基本所作、扇の使い方、足の運び方、和服の着方や帯の結び方などを学びます。 さらに歌謡曲にあわせた新日本舞踊を踊ります。	小学生～成人 3～10人	いつでも	月3回 1時間/回	3,000円	琴扇流家元 琴扇智亜輝 【茅ヶ崎】 090-9311-5314

【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
34	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・薬代の減らし方を学び合い、実践します。	どなたでも 10～30人	いつでも	1時間/回	無料	市村のぼる 【藤沢】 090-4412-2358 no1@life.jp

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
35	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安衛法の一部改正に伴うストレスチェック制度の創設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 ～30,000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
36	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	5,000円	瀧芳子 【大磯】 0463-73-3485
37	アロマセラピー	**ホリスティックアロマセラピー講座**	ホリスティックアロマセラピーについて、基本的な使用方法や精油の取り扱い等実習も交えてお伝えします。	成人5～10人	水･木･土･日曜日	2時間/回	1,000円 (材料費)	臼井和佳子 【茅ヶ崎】 080-4150-3678
38	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
39	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	火･木･金曜日	1時間半/回	3,000円～	下條文子 【倉見】
40		**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 080-6776-1781
41		**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。					
42		**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。			45分/回		
43		**リズム＆ダンベル**	音楽に合わせて、誰にでもできる簡単な体操と玄米ダンベルです。	どなたでも 10～40人	いつでも 13:00～16:00	月2～3回 1時間半/回	5,000円/回	伊藤恵子
44		**ジャズ体操**	健康体操を音楽に合わせて行います。			ご相談 下さい		

	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
45	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】 58-0037 080-1037-9769 aikido@jcom.home.ne.jp aikido_kojima@docome.ne. jp
46		**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
47	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
48		**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 【倉見】 75-8515
49	料理	**おうちで簡単 手ごねパン作り**	家庭のオーブンで簡単に作れる手ごねパンを作ってみませんか？焼きたてパンを一緒に作って、作ったパンは全てお持ち帰り頂けます。お子様連れOKなので、育児中のリフレッシュにお気軽にお越し下さい。	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
50	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～	ご相談下さい	2時間/回	ご相談下さい (有料)	青木まき子 【倉　見】 74-8444
51		**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。	小学生～大人 2人以上～				
52	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。					
53	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 74-0054
54		**今年こそ初もうでは自分できものを着てでかけましょう**	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				

【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
55	年金	**スッキリしたい年金のこと**	年金の仕組みがよくわからない。 今から出来ることは？学んで考えてみましょう。	成人 1人～	ご相談下さい	ご相談下さい	有料・ご相談下さい	三角桂子 【一之宮】