

# 講師登録一覧表（美容・健康）

令和8年2月9日

No.	登録日	講座名	氏名	性別	備考
1	平成28年4月5日	ベビーヨガセラピー、マミー&ミー マタニティヨガ	松田 知客子	女	ママが子育てを楽しめる講座
2	平成28年10月12日	香りで一緒に癒されてみませんか	法元 美紀	女	日本ホリスティックアロマセラ ピー協会所属
3	平成29年5月2日	健康づくり（赤ちゃん～高齢者）	塩見 奈津子	女	赤ちゃんから高齢者までの健康 づくり教室
4	平成29年9月20日	笑いヨガ（ラフターヨガ）	山田 加代子	女	中高保健体育教員免許, ホーム ヘルパー2級所持
5	令和2年6月26日	からだと生活の10秒チャージ！	大山 敦史	男	リハビリテーション専門職とし て15年働いています。今回は たった10秒でできる身体のメン テナンス、姿勢や動作、歩き、 生活動作のワンポイントをお伝 えます。体や生活上のお悩み 事にもお応え致します。
6	令和4年7月7日	ベビーマッサージ	橋本 直子	女	首が座った子から、歩けるよう になるまでのベビーとママに、 親子の触れ合いや、ママ同士の コミュニケーションを大切にし てもらい、育児の不安や悩みな どを少しでも軽くし、楽しみま しょう。
7	令和4年7月7日	ヨガ	橋本 直子	女	運動不足解消・優しいヨガで心 を軽く。 キッズヨガでは子どもたちにヨ ガを知ってもらうことから始 め、深い呼吸・音楽に合わせて 体を動かす楽しみを知ってもら います。
8	令和5年1月16日	ベビーマッサージ教室	白子 千晴	女	親子のふれあいを通して、笑顔 あふれる教室をめざしていま す。
9	令和5年1月25日	顔診断講座	高山 いずみ	女	「愛され美顔メソッド」という 教本を基にメイク教室、美姿勢 ウォーキングを指導します。
10	令和5年4月7日	鍵盤ハーモニカを使って脳トレしま せんか	岩井 須美子	女	シニアの方に、鍵盤ハーモニカ を使って、脳トレしながら楽し く音楽を演奏します。唱歌や童 話を中心に。
11	令和5年6月29日	ぐちゃぐちゃ遊び・ベビーサイン・ STEAM教育・気質に関する講座 （妊婦、0歳～未就学児対象）	都築 貴恵	女	乳幼児教育×遊び×アート イヤイヤ期の声掛け方法 STEAM教育について など
12	令和6年2月7日	リラックスナイトヨガ	真野 奈々	女	基本となるポーズと呼吸法を通 して、精神の安定や集中力を高 めます。基礎代謝アップ、疲労 回復にも効果的です。
13	令和6年4月15日	公園ヨガ 陰陽ヨーガ ベーシックヨガ	須藤 亜紀	女	ヨガの他、摂食障害やココロの 相談、 カウンセリングも承っております。

No.	登録日	講座名	氏名	性別	備考
14	令和6年12月24日	鍼灸師が教えるちょっと詳しいお灸教室	山口 太毅	男	なぜ離れたツボが効くのか？鍼灸師が少しだけ詳しく、皆さんの体を使ってお伝えします。最初に簡単な講座を行い、その後実際にお灸を使って体感していただきます。
15	令和7年4月10日	助産師が伝える未来のためのカラダづくり	西野 裕子	女	将来的に妊娠を予定している方を対象に、妊娠しやすい体づくりや健康的なライフスタイルについてお伝えします。妊娠したいと願う方々が前向きに取り組める具体的なアプローチを提案していきます。
16	令和7年4月10日	私はこれでダイエット！低糖質スイーツ講座	西野 裕子	女	低糖質スイーツは材料を工夫し血糖値の急上昇を抑えるため、ダイエット中や糖尿病の予防を考えている方々に人気があります。低糖質スイーツの座学と実演といった講座内容です。
17	令和7年8月29日	ベビーマッサージ	天野 絵梨	女	ママ自身がリフレッシュ♪赤ちゃんとの毎日も楽しくなるベビーマッサージ教室を開催しております。生後一か月健診後からご参加いただけます。ママと赤ちゃんの幸せあふれるふれあいが楽しめます。
18	令和7年10月6日	yoga（ヨガ）	池側 あゆみ	女	ヨガをそれぞれの体調に合わせて無理せずに行います。ヨガの動きは体と呼吸を合わせることで、交感神経と副交感神経を安定させて脳内を安定させ、生命治癒力などの強化につなげ身体の改善に結び付けることが知られております。一緒に楽しくヨガを行っていきましょう。
19	令和8年1月5日	シニアのための脳トレピアノ®キーボードでアンチエイジングしませんか？	清水 千華子	女	初めての方でも指1本で大丈夫！お好きな曲を弾きましょう。軽く身体を動かしたり、脳トレしたり、ゲーム感覚で楽しむながらレッスンを受けていただけます。