

サポート分野	健康
氏名・団体名	宇佐美 陽子
性別	女性
内容	音読の仕方、夫婦コミュニケーション、自分らしく生きるコミュニケーション、ボイストレーニング、話し方指導
登録公民館	中央公民館
活動可能地域	中央公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	MCS 認定マザーズティーチャー、NLP ビジネスプラクティショナー
PR メッセージ	

サポート分野	健康
氏名・団体名	北川 進
性別	男性
内容	「生活習慣病予防・改善」「介護予防・認知症予防」等の健康教室
登録公民館	中央公民館
活動可能地域	中央公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	かながわ介護予防健康づくり運動指導員、健康管理士一般指導員 他
PR メッセージ	簡単な運動を通じ、特に高齢者皆様方の健康増進にお役にたてればと思っております。

サポート分野	健康
氏名・団体名	椎野 文子
性別	女性
内容	地域の環境美化、健康運動、まつりの調理等のお手伝い
登録公民館	花水公民館
活動可能地域	花水公民館区域
資格等	
PR メッセージ	

サポート分野	健康
氏名・団体名	市川 八千代
性別	女性
内容	足心道、真向法（ツボ押し健康法）
登録公民館	神田公民館
活動可能地域	神田公民館区域
資格等	足心道指導員 1 級
PR メッセージ	足心道と出会って 7 年。道具もいらずにツボを刺激することで元 気になれる方法です。一人でも多くの方に知っていただきたいと 思います。

サポート分野	健康
氏名・団体名	非公開 ※登録公民館へお問い合わせください。
性別	女性
内容	足裏マッサージ・セルフケア講座
登録公民館	旭南公民館
活動可能地域	旭南公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	NPO 地球足もみ健康法実践普及協会賛助会員
PR メッセージ	

サポート分野	健康
氏名・団体名	立木 久子
性別	女性
内容	音楽に合わせて楽しく体を動かす有酸素運動。脳トレ、コグニサイズを取り入れた運動
登録公民館	旭北公民館
活動可能地域	旭北公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	日本3B体操協会公認指導者、健康運動実践指導者、レクリエーションインストラクター
PR メッセージ	3B体操は赤ちゃんから高齢者まで年齢に関係なく楽しんでいただける健康体操です。ストレッチ、有酸素運動を取り入れ、バランス運動・筋力づくり運動・心身のリラックスのあそびの運動を音楽に合わせて楽しく行います。

サポート分野	健康
氏名・団体名	若菜 后
性別	女性
内容	3B体操（健康体操）で、赤ちゃんから高齢者まで楽しみながらできる体操をサポートする
登録公民館	旭北公民館
活動可能地域	旭北公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	日本3B体操協会公認指導士
PRメッセージ	

サポート分野	健康
氏名・団体名	ママの会ももグループ
性別	
内容	高齢者食生活改善の料理教室
登録公民館	富士見公民館
活動可能地域	富士見公民館区域
資格等	
PRメッセージ	保健センターでの養成講座を受講し、地区で楽しく活動しています。回を重ねるごとにレポーターが多くなります。

サポート分野	健康
氏名・団体名	しきの会
性別	
内容	セルフリンパマッサージの技術を教える講習
登録公民館	花水公民館
活動可能地域	花水公民館区域 市内全域
資格等	
PR メッセージ	

サポート分野	健康
氏名・団体名	湘南フレンド平塚
性別	
内容	スポーツ吹き矢の指導及び体験会等の開催
登録公民館	城島公民館
活動可能地域	城島公民館区域 隣接区域 市内全域
資格等	日本スポーツウエルネス吹き矢協会公認指導員及び吹矢支部長 資格
PR メッセージ	

サポート分野	健康
氏名・団体名	金田地区民生委員 児童委員協議会
性別	
内容	社会福祉ボランティア全般
登録公民館	金田公民館
活動可能地域	金田公民館区域
資格等	
PR メッセージ	気軽な相談相手として、民生委員児童委員活動を行っています。困りごと、チョット手助けをしてほしい等あれば気軽に声をかけて下さい。

サポート分野	健康
氏名・団体名	神奈川県姿勢調整師会
性別	
内容	姿勢ケア普及
登録公民館	大神公民館
活動可能地域	大神公民館区域、市内全域
資格等	姿勢調整師（テクニカルアドバイザー）
PR メッセージ	<姿勢が変われば体は変わる>安心安全な姿勢ケア普及のため「姿勢調整師」が啓発活動を行っています。また学校や医療関係者、各種団体と幅広く講演を行ってきた経験を活かし、依頼者様のニーズや目的に沿うように対応させていただきます。姿勢と痛み（腰・肩・膝）の関係を模型やデモンストレーションを交え参加者と交流しながら楽しめます。