

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
1	0201	社会活動	地域活動(コミュニティ活動等)	福祉レクリエーション 地域ふれあい 健康体操	島田市内	午前9:00～午後5:00	中高年から高齢者	カセットデッキ 和室でも可	講師料5,000円	コイケ サチコ 小池 幸子	心が元気になるレクリエーションをみなさんと笑顔いっぱい元気いっぱいでふれあいましょう！ うた体操や脳トレで元気になってストレスを吹き飛ばしましょう！
2	0201	社会活動	地域活動(コミュニティ活動等)	本の読み聞かせ	島田第一小学校	平日8:10～8:25	小学生以上			ホシタ キミユコ 堀田 恭子	
3	0202	社会活動	福祉活動(生活支援、ボランティア等)	・子育て支援実践のための講座 ・福祉レクリエーション講座 ・詩歌を楽しむ講座	島田市内	いつでも	子育て支援に関わる参加者から高齢者まで		講師料5,000円以上(1.5時間～2時間)	オザワ ヤスエ 小澤 康恵	レク指導40年、保育士34年の経験を生かし「人の元気づくり」「笑顔づくり」をめざし島田市の地域づくりをしていきます。「笑顔一番!!」がモットーです。
4	0202	社会活動	福祉活動(生活支援、ボランティア等)	新舞踊(演歌)のふりつけで踊る	島田市内 (福祉課あけぼの毎週火曜午後活動)	金曜以外	演歌舞踊の好きな人		月謝5,000円(月4回) 単発講座は応相談	アmano キヨウコ 天野 京子	音楽で踊ることは楽しく、経験の無い方も始めることで人生が面白くなります。 新人さん歓迎です。
5	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	・子育て支援実践のための講座 ・福祉レクリエーション講座 ・詩歌を楽しむ講座	島田市内	いつでも	子育て支援に関わる参加者から高齢者まで		講師料5,000円以上(1.5時間～2時間)	オザワ ヤスエ 小澤 康恵	レク指導40年、保育士34年の経験を生かし「人の元気づくり」「笑顔づくり」をめざし島田市の地域づくりをしていきます。「笑顔一番!!」がモットーです。
6	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	・ぬり絵やカードを使って、気付かなかった自分に気づく(カウンセリング) ・色で楽しい仲間づくり(ゲーム)	島田市内	土、日、祝日 10時～16時 18時～21時	小学生以上	テーブルがある場所	講師料5,000円(2時間) コピー代他300円	スズキ テツコ 鈴木 千津子	選んだ色には、実は意味があるのです。今日、なぜこの色が気になるんだろう。 何気なく目につく色は、あなたの心のメッセージ！
7	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	健康維持、親子ふれあい、美容、ストレス解消のためのヨガ ストレッチ、体操(イス可能)、呼吸法、マタニティヨガ	島田市内	日中 (浜松から出発して間に合う時間)	一般男女、妊婦さん(マタニティヨガ)、母子(親子ストレッチ)、高齢者(イスを使って可能)、学生さん	現在はコロナ対策で会場の広さにより人数制限や、内容も対応しながらとなります。	30分～120分で内容により対応が可能です。	ヒロノ ケイコ 廣野 啓子	今でしたら、心とストレス解消として、学生から高齢者までいやすいやさしいヨガ、呼吸法をお伝えしながら、コロナやウイルスに対する免疫力を上げることに力を入れています。
8	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	生涯学習を通じた健康生きがいづくり活動 ニュースポーツ「ディスコン」の普及による体づくり	静岡県内	いつでも	子供～高齢者	ニュースポーツ「ディスコン」による体験等は、5m×10mのフロアの確保	交通費実費 材料費	フジタ アキオ 藤田 秋夫	人生100年時代を迎え、子供から高齢者まで世代を越えた交流により社会活動に参加しよう。
9	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	はじめてのエッセイ投稿入門	島田市内	平日13時～15時 日曜日 応相談	どなたでも (小人数も歓迎)	フリーエッセイ用ノートを1冊用意してください	講師料5,000円	カワハラ ユカリ 川原 ゆかり	今日見たこと聞いたこと、感じたことを文にまとめたり歌にする。 この講座の目的は新聞等、様々な分野へ関心を高め、投稿にチャレンジすることです。脱パソコン、脱スマートフォンの精神でペンを手に取り、綴る習慣を今から始めてみませんか。 加えて社会問題にもアプローチします。
10	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	新聞投稿再発見！	島田市内	平日13時～15時 日曜日 応相談	どなたでも (小人数も歓迎)	参加当日の新聞(朝刊)をご用意ください。(新聞社は自由)	講師料5,000円	カワハラ ユカリ 川原 ゆかり	3密を避け、リモート学習があたりまえになってしまった今こそ、新しい余暇の過ごし方を見つける時です。その一つが、おうちでできる身近な新聞投稿です。短歌・俳句・川柳・エッセイなど、眠っている能力に出会うかもしれません。 最終目標は投稿ですが、そこに至るまでに高揚感を楽しみませんか。
11	0203	社会活動	生きがい活動(高齢者による活動の支援)	テーマを決めてのセミナー開催 (お口に関する健康に関して)	島田市内	火曜・水曜 13時～15時	小児～高齢者	内容に応じて、流しのある部屋を用意していただく場合があります	基本無料 必要に応じて材料費をいただきます	ミヤチ カナ 宮地 加奈	日頃、歯科医院や生活に対してのお困りごとをお話してもらうことで、お悩みを「すっきり」させて生き生きとした健康な生活を送りませんか？ まずは、食の入り口のお口の健康から元気になりましょう！

No.	コード	大分類	小分類	講座の内容	活動場所又は活動区域	時間会場	対象者	特記事項	費用	登録者氏名	その他(講師からのメッセージ等)
12	0204	社会活動	その他 (自然クラフト)	木という素晴らしい自然素材を使い動物等の置物を作る	島田市内	9時～15時の間で2時間程度	小学生以上 (小学3年生以下は親子同伴)	会場と定員については事前に打ち合わせをして下さい。	材料費200円	スズキ タケオ 鈴木 武男	森のクラフトづくりは、木というすばらしい自然からの贈り物を素材としています。 自分の考えと木の特徴をいかした置物を作りませんか。