

# 派遣指導者リスト（R07.12現在）

【広域スポーツセンター指導者バンク及び元気アップ運動認定指導者を統合整理し、R07年度より運用開始】

	氏名	読み仮名	指導可能エリア	派遣不可日	対象年齢	内容	メッセージ
1	藤岡 政春	ふじおか まさはる	全県	なし	幼年～大人	空手道	空手道
2	高橋 美緒子	たかはし みおこ	県南方面	水、金	乳幼児～高齢者	各世代の健康づくりの運動（ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニングなど）	各世代の健康づくりの運動（ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニングなど）
3	伊藤 美代子	いとう みよこ	大館市、北秋田市	水、木	中高年	ストレッチ、筋トレ、脳トレ、有酸素運動	ストレッチ、筋トレ、脳トレ、有酸素運動
4	由利 栄美	ゆり えみ	全県	特になし	特になし	脳トレ・ストレッチ・筋トレ・有酸素運動 リズム体操・ヨガ	脳トレ・ストレッチ・筋トレ・有酸素運動 リズム体操・ヨガ
5	佐藤美妃子	さとうみきこ	北秋田市・郡大館市	要相談	中高齢者	元気アップ運動（脳トレ、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動等・フレイル予防のための運動	元気アップ運動（脳トレ、ストレッチ、筋トレ、有酸素運動等） フレイル予防のための運動
6	竹澤 茜	たけざわ あかね	調整可能（秋田市）	要相談	高齢者向け	脳トレ・ストレッチ・筋トレ・有酸素運動 リズム体操・ダンス	（調整中）
7	袴田 清枝	はかまた きよえ	秋田県全域	水曜日(調整可能)	全年齢	元気アップ運動（フレイル予防、コグニサイズ、シルバーリハビリ）スローエアロビック レクリエーション（ニュースポーツ、ラジオ体操、レクダンス）ポッチャ競技	元気アップ運動（フレイル予防、コグニサイズ、シルバーリハビリ）スローエアロビック レクリエーション（ニュースポーツ、ラジオ体操、レクダンス）ポッチャ競技
8	畑山 幸代	はたやま ゆきよ	全県	月曜午後、火曜水曜午前 ※日によっては可能	主に高齢者、 小学生以下	健康づくり運動全般、貯筋運動、アクティブ・チャイルド・プログラム、ひめトレ、レクリエーションゲーム（レク指導員の資格はありません）、パワーポイントや紙看板を使った講	健康づくり運動全般、貯筋運動、アクティブ・チャイルド・プログラム、ひめトレ、レクリエーションゲーム（レク指導員の資格はありません）、パワーポイントや紙看板を使った講
9	猿田 千秋	さるた ちあき	南秋、能代山本	月、水、木、金（2回） 土、日（日中不可）	40歳～	・フレイル予防の待従付加マッサージ、 ・体の歪みを取り除く自己整体（ピラティス、ストレッチボールなど）	体に歪みがあると、肩こり、頭痛、腰痛など体に不調が出てきます。自分の体の重みを使い 負荷をかけ、ほぐしていきます。（介護予防に効果的）
10	近野 厚子	こんの こうこ	男鹿市	月、火、木、金	高齢者、小学生	・口腔機能～脳トレ ・簡単な筋トレ ・スローエアロビック ・ストレッチ ・ニュースポーツ	口腔体操や頭の体操をなるべく入れたい
11	進藤 昭子	しんどう あきこ	要確認	要相談	高齢者	有酸素運動（スローエアロビック）・椅子に座っての運動・ストレッチ・ スクエアステップ運動など	有酸素運動（スローエアロビック）・椅子に座っての運動・ストレッチ・ スクエアステップ運動など
12	武埜 祐子	たけはな ゆうこ	秋田市内全域、 男鹿南秋、県	前月の20日まで	60代以上の 高齢者	高齢者を対象としたストレッチ、筋トレ、脳トレ、有酸素運動	楽しく無理なく参加できるよう、音楽を使いながら体力に合わせた運動を行っていきます。
13	中川 典子	なかがわ のりこ	全県	毎週月 第134火曜日	不問	高齢者体操（脳トレ、筋トレ、ストレッチ、有酸素運動）音楽に合わせて体を動かす、ラフ ターヨガ	（調整中）
14	高橋 敬子	たかはし けいこ	全県	要相談	中高齢者	健康教室や介護予防教室などで指導	（調整中）
15	川尻 美紀子	かわしり みきこ	能代山本地域	火、土、日	高齢者	健康教室や介護予防教室などで指導	（調整中）
16	三浦 勝子	みうら かつこ	三種町～能代市	要相談	要相談	健康体操	（調整中）
17	山崎 啓輔	やまざき けいすけ	県南・県央	要相談	18歳以上	グループエクササイズ	運動に慣れている人、運動が久しぶりの人、好きな人、苦手な人 皆で楽しく体を 動かしましょう。
18	大原 美保	おおはら みほ	要確認	要相談	要相談	健康体操	（調整中）
19	原田 三枝	はらた みえ	東北全域	なし	中高年	介護予防事業・特定保健指導を主に健康づくりのための運動指導やレクリエーション 指導を担います。	（調整中）