

スポーツ指導者登録一覧 (令和5年11月16日時点)

通し	人材	氏名	種目	性別	指導内容	指導可能対象者	指導可能日時	資格	活動歴・自己PRなど	問合せ先
1	4	倉石 隆現	スキー 水泳	男性	スキー、水泳、水上安全法	幼児から老人まで	一ヶ月前に受付 交渉にて	スキーバトロール、水泳上級教師、日 赤水上安全法指導員	スキーは小学校から、水泳は小学2年生から現在まで。水泳は地域の大会、市民水泳大会並び野尻湖遠泳50回完泳をもって選手としては退いて、引き続き指導者として、日赤水上安全法指導員、日本水泳連盟上級教師として60年以上行っている。スキーは19名の1級取得者、クラウン、テクニカル、正指、ナショナルコーチを育て、海外に留学させて、後輩の指導に当たらせている。	倉石 隆現 【電話】286-3916 【FAX】286-4009 【E-mail】zbc95011@wing.zero.ad.jp
2	5	小川 隆江	太極拳 健康体操	女性	健康体操、リフレッシュダン ス、太極拳など	社会人 (高齢者の指導も可能)	水・土・日曜日 (時間については要相談)	健康運動指導士・日本体育協会ス ポーツ指導員、日本武術太極拳指導 員	健康づくり・体力づくりを指導します。簡単なダンス、体操、太極拳、ゲームなどをして健康寿命を延ばしましょう。	小川 隆江 【携帯】090-9668-5644 【E-mail】moc75.05.05w@docomo.ne.jp
3	42	工藤 千恵	健康体操 水中運動 (アクアピクス、 水中ウォーキング) ラジオ体操 親子体操 キッズダンス 3B体操	女性	健康体操、転倒予防体操、リ ズム体操、ストレッチ体操、水 中運動(ウォーキング、水中 体操)、ラジオ体操、キッズリ ズムダンス、親子体操、中・ 高齢者体操、生活習慣病予 防改善運動(糖尿病など)、ク ラスお楽しみ企画指導・ダン ス振りつけなど	幼児、学童、一般、 中・高齢者	曜日、時間については相談で (定期的な指導についても 相談で)	厚生労働大臣認定健康運動士、日本 アクアサイズ協会認定水中運動指導 士、日本コアコンディショニング協会ア ドバンストレーナー、全国ラジオ体操 連盟1級指導士、公益社団法人全国 3B体操協会認定3B体操指導者、日 本ドッジボール協会認定B級審判員、 小学校教員免許、中学高校保健体育 教員免許	中学校保健体育正規教諭を退職し、長野に移住してから、地域の健康体操の普及に努める。「健康体操同好会」「子どものための体操教室・リズムダンス教室」など開設。長野市保健所健康課の講座講師、公民館成人学校講師、その他ラジオ体操の指導や、カルチャーセンター講師、スポーツクラブで「アクアエクササイズ」「水中機能改善」などのレッスンを担当し、豊富な経験を生かした幅広い指導を行っている。	工藤 千恵 【電話】026-217-7093 【E-mail】takoh8.tanabe@gmail.com
4	44	米望 和美	卓球	女性	卓球	子供、学生など	要相談	C級スポーツ指導員	子ども・学生等指導	※連絡先は、 スポーツ課【電話026-224-7804】へ、 お問合せください。
5	59	武井 敏子	ラジオ体操第1・ 第3スローバー ジョン、ストレッチ、 簡単ダンス、 ディスコ	女性	3歳～中学生キッズのジャズ 体操、知的障害者レクリエー ション、中高年のストレッチ・リ ズムダンス等の健康教室、 2019年より初のディスコダン ス講座も担当しています	老若男女(3歳～90歳)	日時については要相談	財団法人日本体育協会公認スポーツ指導 員、日本ジャズ体操指導者連盟(1985 年取得)	指導開始時は、転勤族であったため、各地域でのスポーツ行事進行の、お手伝いをしていました。 1994年に長野市に戻り、ナチュラルムーブメント 3-2-1・長野市体育指導委員に籍をおき、キッズ～中高年までの、ジャズ体操・ストレッチ・リズムダンス教室を、楽しくわかりやすく指導しています。 またオリンピック・パラリンピック・長野マラソンなどの参加経験を生かし地域行事への市民参加を積極的によびかけています。	武井敏子 【電話】026-233-5592 【携帯】090-4943-0752
6	64	塚田佳代子	ウォーキング エアロピクス 各種体操 ダンス指導	女性	ストレッチ体操、エアロピク ス、ウォーキング、ボールエク ササイズ、ヨガ、ピラティス、 ダンベル体操、チアダンス、 親子体操、障害者のダンス・ ヨガ・体操指導、チアリーディ ング指導、ストレッチボール、 頭の体操	幼児、小学生、学生、 社会人、高齢者、 障害者	要相談	AFAA(アメリカンフィットネス&エアロピ クス協会)認定フィットネスエアロピク スインストラクター、障害者スポーツ指 導員、PFAヨガ、PFAピラティス認定健 康管理士、健康指導員一般・ヨガ・ピラ ティス、シナプソロジー認定インストラ クター、健康管理能力検定1級、ペー シックコアコンディショニングインストラ クター	親子で楽しめるレクリエーションから、障害者・高齢者の方でも、楽しく身体を動かせるように指導していきます。 スポーツ講演会、スポーツ大会のウォーミングアップ、レクリエーションなど指導可能	※連絡先は、 スポーツ課【電話026-224-7804】へ お問合せください。
7	65	渡辺由紀子	ヨガ	女性	ヨガ全般、キッズアートヨガ、 マタニティヨガ、託児付ヨガ、 瞑想、椅子ヨガ	妊婦、一般、子ども、男 性、カップル	希望に応じます。	日本マタニティヨーガ協会講師、日本 フィットネスヨーガ協会講師、ヨーガニ ケタン協会ヨーガ療法	フィットネス&ヨガ指導歴20年 学校保護者会、幼稚園保護者会、地域公民館 などでの交流会などでも指導します。 マタニティヨーガに関しては、産婦人科医院との提携もしており、ご安心して、お受けいただくことが出来ます。	渡辺 由紀子 【携帯】050-6862-9692 【E-mail】 studioyukey@gmail.com
8	66	高木 裕子	ヨガ	女性	ルーシーダットン(タイ式ヨ ガ)、骨盤調整ヨガ®、ジャイ ロキネシス®	どなたでも	要相談	日本ルーシーダットン普及連盟認定イ ンストラクター、Self Adjustment骨盤 調整ヨガ®認定インストラクター、ジャ イロキネシス®認定トレーナー	長野市内を中心に活動しています。 ヨガを通し健康美の維持と体を動かす事の心地よさを一人でも多くの方にお伝えできればと思います。	高木 裕子 【電話】090-3440-6270 【HP】https://yusie.com 【E-mail】yusie07@yahoo.co.jp
9	70	和田 恵実	チアリーディング チアダンス 各種ダンス	女性	チアダンス、HIPHOP、ジャズ ダンス、ストレッチ体操、健康 体操	年少～小・中・高校生、 学生、一般	要相談	日本チアリーディング協会認定指導 員、チアダンスインストラクター養成 コース修了	大学時代は日本チアリーディング協会のチームに所属、バレーボール実業団フジフィルムプラネット専属チアリーダー、アメリカンフットボールASAHIビールクラブシルバスター専属チアリーダー、社会人ではクラブチームデビルズに所属、長野に帰省後、2002年～長野チアリーディングチームレンジャースの立ち上げに協力し、コーチ兼監督、2004年～スポーツ少年団長野チアリーディングチームホルツのヘッドコーチ、同時期に長野商業高校チアリーディング部に協力し初代コーチ、2007年～チアダンス&チアエクササイズ講座主催(講師)、2015年～白馬ホルツ立ち上げに協力、同時期飯田女子チアリーディング部立ち上げに協力(アドバイザー)、2019年10月～信州チアダンス教室辰野校講師、白馬チアダンス教室講師・日本チアリーディング協会認定指導員・日本チアダンス協会インストラクター養成講座修了・長野に帰省後10数年にわたりダンス教室にてHIPHOP、ジャズダンスを習い続け、10数年舞台芸術とバレエを学ぶ。	和田 恵実 【携帯】080-5146-8255 【E-mail】 777-em-happiness@ezweb.ne.jp
10	72	早川 拓志	太極拳	男性	陳式太極拳	小学校高学年以上の 男女 60歳以上の男女も歓迎	日曜日	日本陳式太極拳学会指導員	陳式太極拳とは、中国河南省の陳氏一族が、家伝の武術をもとに創始したと伝わっています。身体の丹田に、蓄えた力を活用するのが特徴で、老若男女を問わず、中国を代表する「健康法」として親しまれています。	【URL】 https://nctd2009.wixsite.com/nctd2 【E-mail】nctd2009@gmail.com
11	82	山口由喜夫	ノルディック・ ウォーク	男性	生活習慣病の予防、介護予 防、ダイエット&姿勢矯正、サ ルコペニア、フレイル	糖尿病の方、運動療法 お勧め、 運動したい方(誰でも)	月・土・日 R4.10月から水・木・ 金・土 その他の曜日をご希望の方 も、まずはご相談ください。	一般社団法人全日本ノルディック・ ウォーク連盟ウォーキングライフマ スター(指導者を養成する指導員)	歩かなかつたら歩けなくなる！4本歩きで安定歩行 姿勢が良くなり身体の歪みが取れバランスの良い体になります。 上肢下肢を動かして全身運動です。 股関節、肩甲骨の稼働域が広がって認知症予防になります。 自律神経が安定し気分爽快 お笑い健康指導員やっています。	山口 由喜夫 【電話】080-5147-4751
12	83	滝澤 秀貴	サッカー	男性	個人のボールを扱う技術レベ ルを上げるボールタッチ・ドリ ブル・リフティング・重心移動 ができる身体づくり	小学生・中学生	週末 時間は要相談	C級指導者ライセンス	・プロを意図的に育てた独自メソッドで子供たちの可能性と伸び代をつくります。 ・FCパルセロナのキャンプでMVPIに選ばれた選手を育成。	滝澤 秀貴 【E-mail】 threestripe_excelnoble@yahoo.co.jp
13	84	和田 恵	笑いヨガ	女性	笑いヨガ	要相談	要相談	ラフターヨガリーダー、保育士	2012年 ラフターヨガリーダー資格取得。当時の勤務先(市内の病院)内に笑いヨガクラブを立ち上げる。テレビ取材を受ける。 2013～2019年 勤務先の「出前講座」で市内の福祉施設・病院・公民館での実施。会社や官庁などでの研修やアイスブレイクの実施経験があります。(2021年退職) たくさん笑うので、妊婦さんや重度な腰痛のある方、3か月以内に手術を受けた方にはおすすめできません。大笑いをして心も身体もあつたまりましょう！	※連絡先は スポーツ課【電話026-224-7804】へ お問合せください。