

**指導者バンク登録者一覧表**  
**D 健康・運動**

分類	指導内容	指導曜日・時間	氏名	登録番号
①健康管理	ヨガをすることによって、ストレスから起こる種々の疾患を予防・改善できるように導きます。 アクロバティックなものではなく、高齢の方でも、身体に不具合がある方でもできるヨガを指導します。	要相談	にしかわ やよい 西川 弥生	0066
④体力づくり	市内の小学生が放課後や土日に集合し、屋内外で運動します。(1~2時間程度)。また、夏休みなどは一週間程度、定期的に集合して一緒に運動します。	要相談	にいもと ゆう 新本 友	0087
⑥その他	危険・予知・トレーニング(K・Y・T)の指導をします。自治会や子ども会の活動の中で、あらかじめ危険を避ける訓練や、その危険を乗り越えていくことについての実技指導を行います。	土・日曜日	おおはら まちこ 太原 町子	0041