

令和7年度（2025年度）

くまもと県民カレッジ

認定講師 一覧



令和7年（2025年）3月
熊本県教育庁市町村教育局社会教育課

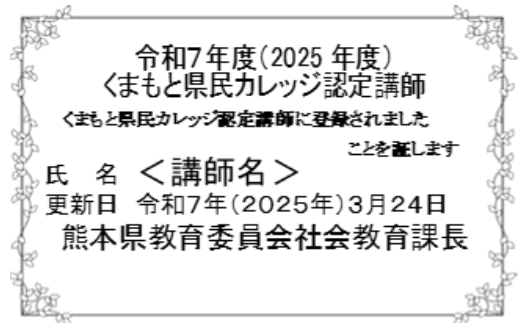
くまもと県民カレッジ認定講師とは？

令和元年度から始まった、熊本県社会教育課が運営する人材認証制度です。

生涯学習の講師になりたいという方を対象に、くまもと県民カレッジ主催講座において認定試験を実施し、一定の水準に達していると認められた方々を「くまもと県民カレッジ認定講師」として登録しています。

登録された認定講師には、証明として右のような認定証を交付しています。

令和7年度は、47名の認定講師を登録しています。



認定講師を活用するには？

熊本県社会教育課へ御連絡ください。くまもと県民カレッジ認定講師の連絡先等をお伝えします。

御不明な点などはお気軽にお問合せください。

【問合せ先】

熊本県教育庁市町村教育局社会教育課

☎：096-333-2698

✉：shakaikyoku@pref.kumamoto.lg.jp

この一覧に使用している表紙及び各講師のイラストは、くまもと県民カレッジ認定講師の 秋山 努 氏 (イラストレーター名：TOMMY-ZAWA) に作成を御協力いただきました。

令和6年度 くまもと県民カレッジ認定講師 名簿（50音順）

番号	ふりがな 認定講師名	分野	認定年度
1	あきやま つとむ 秋山 努	・イラストワークショップ ・メンタルケア	R 3
2	あらかき やすたか 荒木 康孝	・折り紙ヒコーキ	R 3
3	いけば まこと 池邊 誠	・そろばん ・暗算で脳トレーニング	R 3
4	いせだ しゅんじ 伊勢田 俊次	・スポーツ系	R 5
5	いなだ ゆうこ 稲田 裕子	・健康音楽（脳トレ） ・音楽レクリエーション ・音楽療法	R 3
6	いもと よしお 井元 義夫	・季節の星座と星を見る楽しみ	R 5
7	おおいし ひづる 大石 ひづる	・高齢者の健康教室	R 2
8	おおばやし さだよし 大林 定敬	・自己肯定感 ・能力開発 ・生き甲斐創造 ・コミュニケーション ・生産性向上	R 6
9	おかだ とみこ 岡田 富子	・幼児教育 ・親子レクリエーション ・いきいきサロン ・「親の学び」プログラム	R 1
10	おがた きよみ 緒方 清美	・コミュニケーション ・対人関係 ・家庭教育（親の学び合い）	R 2
11	おだ かおる 小田 佳生留	・日本の文化 ・民族衣装（きもの）	R 1
12	くにたけ みつのり 國武 光徳	・エシカル消費	R 6
13	くにもと さとこ 國本 聡子	・食と環境 ・健康 ・工芸	R 1
14	くろき ひろこ 黒木 裕子	・英語 ・英会話 ・おとなの学びなおし英会話	R 5
15	しげなが きょうこ 茂永 教子	・音楽（大正琴演奏、歌唱）	R 5
16	しまづ しんじろう 嶋津 紳二郎	・運動療法 ・関節痛の解消	R 5
17	しんやしき きみよ 新屋敷 紀美代	・健康 ・災害 ・手工芸	R 1
18	すぎやま みつあき 杉山 光明	・職業・キャリア教育 ・就職活動支援 ・就業支援	R 5
19	すぎき まさやす 須崎 雅保	・金融 ・資産形成・相続	R 5
20	せい まりこ 瀬井 まり子	・誰でも絵本時間 ～自分の『こころ』を振り返る～	R 1
21	せと もとこ 瀬戸 基子	・習慣化 ・子育て ・教育 ・コミュニケーション ・美容 ・健康	R 5
22	たかき まさみ 高木 正三	・福祉（障害児の親） ・健康（病気体験談） ・食と農（情報発信）	R 1
23	たかやぶ よしのり 高菺 義則	・音楽（参加者と歌を楽しむ・弾き語り）	R 6

24	たなか よしこ 田中 美君	・異文化共生 ・共生社会	R 4
25	たみなが ひろみ 民長 博美	・コミュニケーション ・自己肯定感 ・対人関係 ・「親の学び」講座	R 3
26	つつみ よしひろ 堤 良弘	・コミュニケーション（傾聴、自己肯定感、コーチング等）	R 2
27	なかお あき 中尾 晶	・健康づくり（気功・太極拳） ・語学（中国語）	R 6
28	ながしお わか 永塩 和佳	・読書活動 ・よみきかせ ・よみあい ・司書のお仕事体験	R 2
29	にしむら よしこ 西村 慈子	・健康習慣・予防 ・美容 ・ライフスタイル ・まちづくり ・社会貢献	R 6
30	にしもと まゆみ 西本 眞由美	・障がい者福祉 ・障害年金 ・メンタルヘルス対策	R 5
31	のぞえ すずか 野添 涼	・穏やかな気持ちになる（自己肯定感）	R 4
32	のむら じゅんこ 野村 順子	・職場研修 ・特殊詐欺防止 ・接遇マナー全般（新人研修含む）	R 2
33	はぎお やすひろ 萩尾 泰宏	・野菜栽培 ・パン作り概論 ・アロマセラピー ・ハーブ利用法 ・ブルーベリー栽培法	R 3
34	ふかや りょうこ 深谷 良子	・健康（健康寿命を生きぬく）	R 2
35	ふくだ のぶこ 福田 信子	・料理 ・食育 ・健康	R 2
36	まつした ともゆき 松下 智幸	・防災	R 2
37	まとば ゆきお 的場 幸雄	・危機管理（防災・救急法） ・「親の学び」プログラム ・青少年健全育成	R 2
38	みずま よしひと 水間 義仁	・いろいろな考えや文化を知る ・みんなちがって、みんないいを考える ・LGBTQ	R 4
39	みやざき かよ 宮崎 佳代	・マナー ・コミュニケーション ・印象力向上 ・チームビルディング	R 5
40	みやもと よしこ 宮本 儀子	・子どもの人権 ・子育て ・福祉	R 2
41	やの ひろし 矢野 博	・果樹栽培（ブルーベリー）	R 1
42	やまの ひろふみ 山野 博史	・終活全般	R 3
43	やまもと のりお 山本 徳雄	・高齢者の生きがい創造促進 ・青少年育成（子供や青年の夢を育む）	R 3
44	よしだ のりこ 吉田 紀子	・世界遺産	R 1
45	よしだ みき 吉田 美樹	・絵本で子育て支援・孫育て支援	R 5
46	よしだ ゆういち 吉田 雄一	・旅と歴史	R 6
47	わたなべ きみこ 渡邊 貴美子	・健康 ・子育て ・文化 ・芸術	R 4

1

あきやま つとむ
秋山 努TOMIYAMA TSUTOMU
Illustration

分野

- ・イラストワークショップ
- ・メンタルケア

絵を描くことで、日々感じているストレスを軽減。絵を描くことの楽しさを、年齢や機会に応じたワークショップを目的とする。
※子どもから大人のワークショップを打ち合わせをして行っております。

準備物

イラストワークショップ：使い慣れた筆記用具やスケッチブックなど。
会場：ホワイトボードとペン、参加人数分の椅子や机。色鉛筆や印刷物を場合によって準備。

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

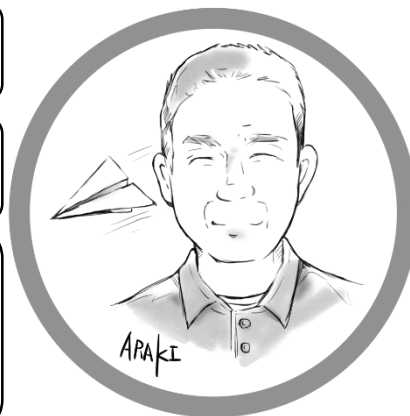
実施
可能日平日（夕方以降）
土曜日・日曜日（要相談）

経費

講師料：要相談（交通費含む）
教材費：500円程度主な
活動歴

- ・くまもと県民カレッジ
- ・親子ぬり絵ワークショップ：小学校や住宅展示場にて
- ・親子でお絵かきワークショップ：森都心プラザ図書館にて
- ・就労支援施設や、病院などでのワークショップ及び講師活動等

2

あらき やすたか
荒木 康孝TOMIYAMA TSUTOMU
Illustration

分野

- ・折り紙ヒコーキ

- ・飛行機の飛ぶ原理を学び、科学に興味をもってもらおう
- ・簡単な競技などで楽しむ

準備物

体育館、ホチキス、はさみ

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：交通費のみ
教材費：一人当たり10円程度主な
活動歴

- ・1996年～ 熊本市同植物園コスモス祭り紙ヒコーキづくり

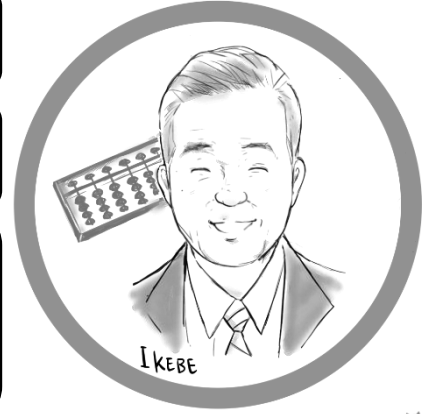
3

いけば まこと
池邊 誠

分野

- ・そろばん
- ・暗算で脳トレーニング

- ・暗算（珠算式）、フラッシュ暗算、見取算 等
- ・そろばんで数字の面白さを堪能し、暗算力アップ、脳トレーニングを楽しみましょう。

TOMMY # ZAWA
Illustration

準備物

・そろばん（当方で準備することも可能） ・筆記用具 ・ホワイトボード（会場）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日

・御相談に応じます

経費

講師料：要相談
教材費：なし

主な
活動歴

- ・熊本市白川公園・中央公民館 主催講座「こどもそろばん教室」
- ・熊本市託麻・五福・東部・秋津公民館、大津町 主催講座「そろばんで脳トレ」
- ・阿蘇市教育委員会生涯学習講座「脳トレそろばん」
- ・津奈木町教育委員会町民講座「そろばんで脳トレーニング」他多数

4

いせだ しゅんじ
伊勢田 俊次

分野

- ・スポーツ系

- ・里山、里地を歩き、山と人との関わりを学ぶ。
自然の風景の中に溶け込み、おいしい空気を吸って足腰を鍛えます。

TOMMY # ZAWA
Illustration

準備物

・歩きやすい服装・帽子・水筒・筆記具・手帳

対象者

小学生・高齢者

対象
地域

県央

実施
可能日

日曜日、祝日、平日の午前中

経費

講師料：なし
教材費：なし

主な
活動歴

- ・みかんの里地・里山を歩く 岩戸観音～旧松尾北小（平山集落）
- ・池上～谷尾崎～島崎の山際を歩く
- ・宇土市、立岡の堤を歩く
- ・草枕の道を歩く

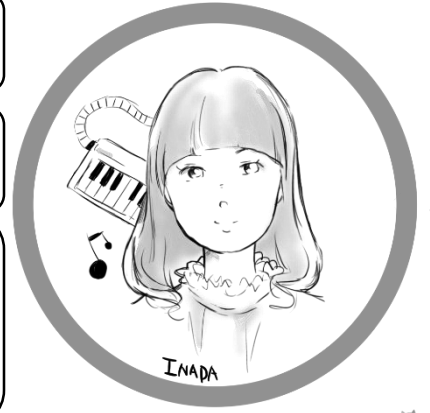
5

いなだ ゆうこ
稲田 裕子

分野

- ・健康音楽（脳トレ）・音楽療法
- ・音楽レクリエーション

- ・健康音楽講座（音楽を使って、参加型の認知症予防講座）
- ・音楽レクリエーション
（音楽を使ってゲーム・クイズ・身体を動かす 等）
- ・音楽療法
（参加者のよりよい生活・QOLの向上につながる活動）

TOMMY★ZAWA
Illustration

準備物

ホワイトボード（可能であれば、パソコン・プロジェクター・スクリーン）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日基本 土曜日 日曜日 祝日
※平日は要相談

経費

講師料：交通費のみ
教材費：不要主な
活動歴

- ・平成20年よりボランティアにて保・幼・小への読み聞かせ会で音楽演奏担当
- ・平成22年より支援学校・高齢者施設、療育園等にて音楽プレゼンターとして音楽を届けている
- ・令和2年より天草市各地区公民館講座講師

6

いもと よしお
井元 義夫

分野

- ・季節の星座と星を見る楽しみ

- ・季節の星座や星の観察を通して、星に親しむ。
- ・望遠鏡による月や惑星等の観察

TOMMY★ZAWA
Illustration

準備物

屋内：プロジェクター、スクリーン
屋外：電源、延長コード、プロジェクター、長机、移動式スクリーン、懐中電灯（各自）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：星座早見表100円（持参の場合は無料）主な
活動歴

- ・熊本市東部公民館講座「星に親しむ会」～宇宙ののぞき窓～（R6/6/14）
- ・熊本市東部公民館講座「ゆかたと着付けとお月見と」（R6/8/17）
- ・熊本市立湖東中学PTA主催「土星～もうすぐ環が消失～」（R6/10/15）
- ・熊本市東部公民館講座「星に親しむ会」～土星の環が消える？～（R6/12/13）

7

おいしい ひづる
大石 ひづる



TOMMY # ZAWA
Illustration

分野

・高齢者の健康教室

- ・感染症予防についての対策
- ・不安・不眠対策
- ・脳血管障害の前症状とその後の経過
- ・腰痛の原因と痛みに対する対策と運動

準備物

特になし

対象者

成人一般・高齢者

対象地域

県北・県央

実施可能日

月・火曜日と金・土曜日の午後

経費

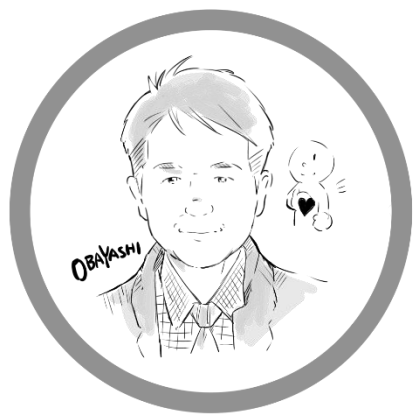
講師料：要相談
教材費：なし

主な活動歴

- ・熊本市花園公民館講座「老化とうまく付き合うためのポイント」
- ・老化に伴う不安と不眠の対処法
- ・脳血管障害について
- ・腰痛症について

8

おおばやし さだよし
大林 定敬



TOMMY # ZAWA
Illustration

分野

- ・自己肯定感・能力開発・生き甲斐創造
- ・コミュニケーション・生産性向上

- ・ご機嫌を循環させる「ご機嫌の自給自足とおすそ分け」の方法
- ・日常の足元から「愉しみ」や生き甲斐を見出す視点や発想
- ・不機嫌さに飲み込まれず、自分を「操縦」するための習慣

準備物

プロジェクター、スクリーン、ホワイトボード

対象者

高校生・成人一般・高齢者

対象地域

県北・県央・県南

実施可能日

特に制限なし

経費

講師料：要相談
教材費：なし

主な活動歴

- ・県職員時代に消費生活出前講座で県内各地で計40回ほど講演
- ・自主学習グループでの登壇依頼にて講演
- ・職場研修依頼で「ハタラク方改革としてのご機嫌の自給自足」講演
- ・自主開催の講演を企画し、実施中

9

おかだ とみこ
岡田 富子



分野

- ・幼児教育 ・親子レクリエーション
- ・いきいきサロン・「親の学び」プログラム

- ・幼児教育「親の学び」プログラム
- ・親子ふれあい遊び（昔あそび・まりあそび、体育遊び等）
- ・幼稚園教諭研修会（遊びの指導等）・園児の遊び指導
- ・高齢者いきいきサロン

TOMMY & ZAWA Illustration

準備物

音響機器（CD使用）

対象者

幼児・小学生・成人一般・高齢者

対象地域

県央・県南

実施可能日

月曜日～日曜日（相談に応じます）

経費

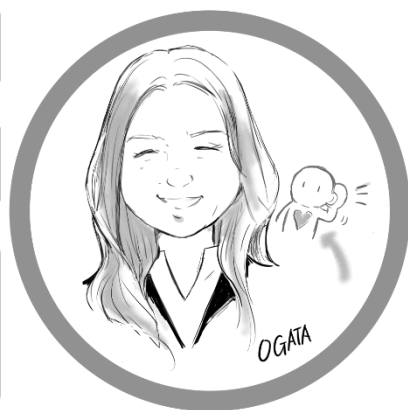
講師料：要相談（ボランティアOK）
教材費：なし

主な活動歴

- ・幼稚園、保育園の遊び指導（手遊び・集団遊び・昔遊び・まり遊び）
- ・幼稚園・保育園 親子ふれあい遊び
- ・くまもと「親の学び」プログラム（幼・保・小学校）
- ・高齢者いきいきサロン（脳トレ・スポーツレクリエーション等）

10

おがた きよみ
緒方 清美



分野

- ・コミュニケーション ・対人関係
- ・家庭教育（親の学び合い）

- ・子どもの身近な人の心に寄り添う傾聴
- ・人間関係をよくする傾聴の学び
- ・ワークショップでコミュニケーション力アップ
- ・Zoomオンラインによる講座

TOMMY & ZAWA Illustration

準備物

プロジェクター、スクリーン、マイク
※オンラインの場合：ネット回線、パソコン、タブレット、スマホ、カメラ、マイク

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

原則 いつでも可

経費

講師料：交通費程度
教材費：なし

主な活動歴

- ・2017.2月～幼稚園、小学校など29校でくまもと「親の学び」プログラム
- ・2024.6月 清水公民館校区家庭教育学級「子育て講演会」
- ・2024.6月 画図小学校家庭教育学級「校内探検&子育て座談会」
「子育てをテーマに横のつながり・縦のつながりをつくる」

11

おだ かおる
小田 佳生留

分野

- ・日本の文化
- ・民族衣装（きもの）

- ・民族衣装・きものについて学ぶ
- ・ゆかたを着てみよう
- ・きもの禅
- ・和室での立ち居振る舞い



TOMMY * ZAWA
Illustration

準備物

プロジェクター、スクリーン、マイク

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：なし

主な
活動歴

- ・「日本の伝統を学ぶ きものに込められたもの」くまもと県民カレッジ主催講座
- ・「ゆかたと着付けとお月見と」熊本市東部公民館講座
- ・「日本の民族衣装 きものに込められたもの」宇城市女性学級講座
- ・夏祭り ゆかた体験会

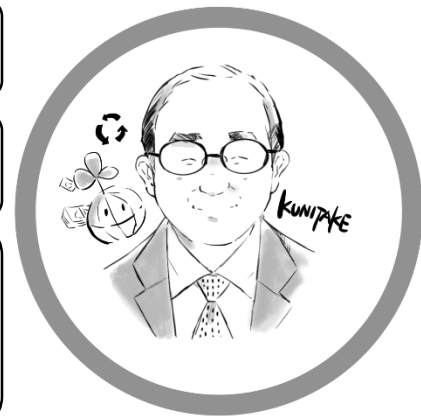
12

くにたけ みつのり
國武 光徳

分野

- ・エシカル消費

- ・食品ロス削減
- ・エシカル消費
- ・「エシカル」という言葉を耳にする機会が増えてきました。学校でもSDGsや地球環境について学んでいます。私たちの生活に密接につながる消費生活。自分にも、他者にも、環境にも、未来にも“やさしい”生活を学んでみませんか。



TOMMY * ZAWA
Illustration

準備物

PCのスライドを表示する機材（プロジェクター、テレビモニター、接続ケーブル、電源延長ケーブル）、講師用机（PCがおける程度）、ホワイトボード、筆記具

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日

開催1ヵ月くらい前までにご連絡ください

経費

講師料：交通費程度（要相談）
教材費：不要（資料印刷は申込者で）

主な
活動歴

- ・2022年～ 熊本県内の高校等、特別支援学校（授業）、教員研究会、団体に対し出前講座（講座内容）「食品ロス削減」、「エシカル消費」、「消費生活講座」、「ライフプランニング」、「金融リテラシー」等
- ・生命保険会社勤務時（2018年まで）に、セミナー・インストラクター

13

くにもと さとこ
國本 聡子

分野

・食と環境 ・健康 ・工芸

- ・植物染色の仕組みと実技・ワークショップ
- ・ゴミ削減生（ゴミ堆肥化、プラスチック削減 蜜蝋ラップワークショップ）

TOMMY © ZAWA
Illustration

準備物

植物染色：調理室またはカセットコンロと水が使える場所
染織WS、蜜蝋ラップWSは、材料費（布等）の実費

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県央

実施
可能日土・日・祝日
（平日は応相談）

経費

講師料：要相談
教材費：作成物の材料実費主な
活動歴

- ・熊本県博物館ネットワークセンター ミュージアム・パートナーズクラブ 草木染めの会、キッズミュージアム講師
- ・くまもとのタネと食を守る会 学校給食プロジェクト
- ・toko-tokoたねのゆりかごプロジェクト主宰（在来種・固定種の自家採種・保存活動）

14

くろき ひろこ
黒木 裕子

分野

・英語・英会話
・おとなの学びなおし英会話

- ・楽しく学ぶ英会話
- ・カタカナ語や略語、和製英語など現代ならではの英語の知識

TOMMY © ZAWA
Illustration

準備物

筆記具等

対象者

成人一般・高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・2003年～ 熊本市託麻公民館主催講座「楽しい英会話」講師
- ・2008年～ 障がい者IT職業訓練センター英語講師
- ・2021年～ 熊本市龍田公民館生涯学習サークル「英会話」講師

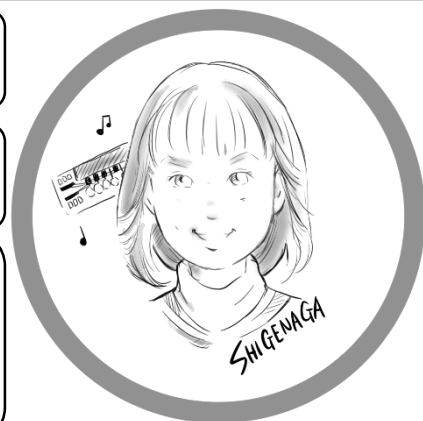
15

しげなが きょうこ
茂永 教子

分野

・音楽（大正琴演奏、歌唱）

- ・大正琴にあわせて発声練習
- ・演奏に合わせて歌うことで心と体、脳の活性化
- ・人と会うことでつながり、絆の構築

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

・音響機器

対象者

成人一般・高齢者

対象
地域

県央・県南

実施
可能日

水曜日、木曜日、金曜日

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・令和6年4月甲佐町橋まつり出前講座
- ・令和6年7月甲佐町北早川公民館出前講座
- ・令和6年10月甲佐町白旗区敬老会
- ・令和6年12月富合町れんげそうデイサービスセンター訪問

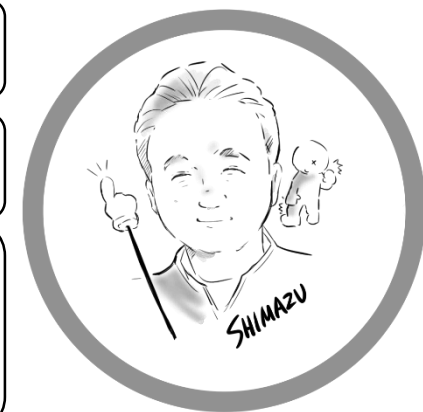
16

しまづ しんじろう
嶋津 紳二郎

分野

・運動療法・関節痛治療、整体

- ・リハビリテーションをととした身体機能の学習

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

・飲み物 ・タオル ・筆記具

対象者

成人一般・高齢者

対象
地域

県北・県央・県南

実施
可能日

土・日曜日、祝日

経費

講師料：要相談
教材費：コピー代（実費）主な
活動歴

- ・熊本リビングカルチャースクール講師（4年目）

17

しんやしき きみよ
新屋敷 紀美代

分野

・健康 ・災害 ・手工芸

- ・健康教室（主に認知症予防と肝臓のお話）
- ・災害DIGとHUG（白地図を使って地域を知る・避難所運営ゲーム）
- ・手工芸（身近な材料を使って作品作り）

TOMMY # ZAWA
Illustration

準備物

- ・災害DIG（地域の白地図）・災害HUG（広用紙）
- ・手工芸（事前に相談）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県北・県央・天草

実施
可能日原則 土曜日・日曜日・祝日
※平日の午後と夜間は応相談

経費

講師料：なし
教材費：なし主な
活動歴

- ・2014年以降 防災士として災害支援（熊本・朝倉・久留米・輪島）
- ・2019年以降 複数の県で認知症予防講座
- ・2023年以降 手工芸（つまみ細工・クラフトテープかご・レジン）

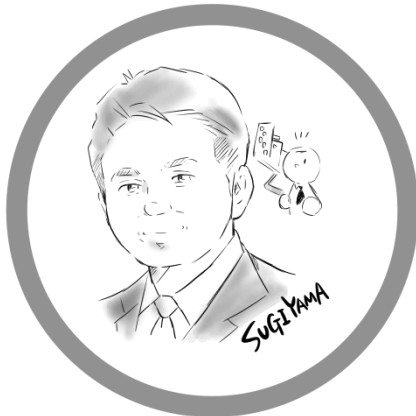
18

すぎやま みつあき
杉山 光明

分野

- ・職業・キャリア教育
- ・就職活動支援 ・就業支援

- ・親子で学ぶ【内定を取るための就活講座】
- ・【子供の就職活動】親がすべきサポートとは
- ・【社会に出て困らないために】家庭で行うキャリア教育

TOMMY # ZAWA
Illustration

準備物

配布資料の印刷（事前にデータをお送りします）

対象者

中学生・高校生・成人一般

対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：交通費程度で可
教材費：なし主な
活動歴

- ・2022年度 厚生労働省事業 就職ガイダンス講師（県内中学高校）
- ・2022年度～（株）CRS 公務員試験対策講師（県立大・学園大・金沢星稜大学）
- ・2024年度 熊本市立総合ビジネス専門学校 キャリア講座講師（生徒・教員向け）
- ・2020年度～雇用労働研究社 就活セミナー講師（毎月実施）

19

すぎき まさやす
須崎 雅保



TOMMY & ZAWA
Illustration

分野

・金融 ・資産形成 ・相続

・金融リテラシーを身につけて、各世代に応じたライフプランに沿った資産形成や運用そして相続対策を学ぶ講座です。

準備物

会場：ホワイトボード、プロジェクター 参加者：筆記具、電卓

対象者

中学生・高校生・成人一般・高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

平日（日曜日も可能）

経費

講師料：要相談
教材費：なし

主な活動歴

- ・日本FP協会九州ブロック相談員
- ・日本FP協会熊本支部FPフェア講師
- ・NHK文化センター講師
- ・熊本日日新聞「金融特集」執筆

20

せい まりこ
瀬井 まり子



TOMMY & ZAWA
Illustration

分野

・誰でも絵本時間
～自分の『こころ』を振り返る～

・絵本の『絵』を観てストーリーを楽しみ、その中でテーマを拾い数人のグループに分かれそれぞれに感じたことを話し、シェアしていきます。『絵本』の力を借りて自身を客観視して振り返る、気づきのワークショップです。

準備物

筆記具のみ

対象者

中学生・高校生・成人一般・高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

随時、調整可能（開催2ヶ月前までに御連絡ください）

経費

講師料：6,000円～
教材費：ワークシートコピー費用

主な活動歴

- ・2022年2月 大人のための絵本朗読会
- ・2023年9月 幼保保育関係者の方々への絵本セラピー
- ・地域子育てグループやサークル活動等への絵本セラピー
- ・独自主催、個別にて絵本セラピーの実施 等

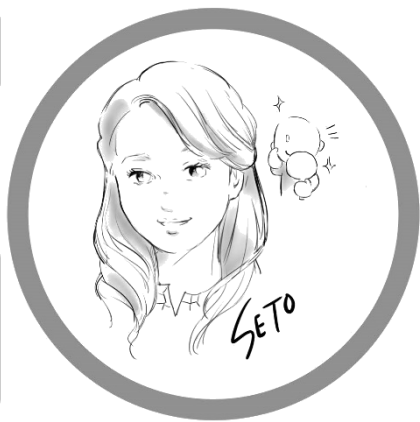
21

せと もとこ
瀬戸 基子

分野

・習慣化 ・子育て ・教育 ・美容
・健康 ・コミュニケーション

・「習慣化×表情筋トレーニング」を通して
円滑なコミュニケーション・笑顔の子育て・若返り美容・
健康をめざします。

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

・手鏡 ・スマートフォン ・筆記用具

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県央

実施
可能日

応相談

経費

講師料：応相談
教材費：資料代1人100円程度主な
活動歴

- ・朝活表情筋トレーニングコミュニティ（1500回 12000人に提供）
- ・災害支援チャリティ表情筋トレーニング（年間5回継続実施）
- ・諸団体様主催（大人向け・親子向け）表情筋トレーニング講座
- ・個人様向けパーソナル表情筋トレーニング講座

22

たかき まさみ
高木 正三

分野

・福祉（障害児の親） ・健康（病気体験談）
・食と農（情報発信）

- ・障がい者への理解を深めるため、障がい児の親の立場から提言
- ・病気克服における心の持ち方、立ち直り方法等
- ・地産地消、身土不二等に関し、農の大切さの普及
※講演形式もワークショップも可

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

音響機器

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

いつでも可

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・2019年8月 尾ノ上校区自治会「同上～苦難と闘病を乗り越えて～」
- ・2019年9月 松橋公民館自主講座「心が折れた時の立て直し」
- ・2020年7月 宇城市中央公民館自主講座「苦難に打ち勝つ笑顔と感謝」
- ・2024年6月 県民カレッジ講座「笑顔と感謝で悪性リンパ腫脱出」
- ・2024年6月 岱明中学校PTA学習会「障がい児を持つ親本音」

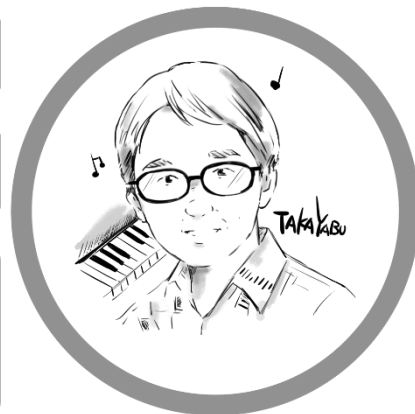
23

たかやぶ よしのり
高数 義則

分野

・音楽
(参加者と歌を楽しむ・弾き語り)

・歌や音楽で幼児期や青春を回想する(弾き語り)

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

ホワイトボード、マグネット

対象者

成人一般・高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

応談

経費

講師料：応談
教材費：なし

主な活動歴

- ・JA女性部大会
- ・JAが実施するミニデイサービス
- ・高齢者デイサービス
- ・保育園
- ・各婦人部大会(地域、商工会等)
- ・公民館活動 ・老人会活動

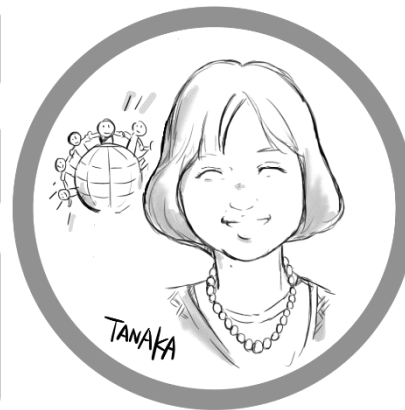
24

たなか よしこ
田中 美君

分野

・異文化理解 ・共生社会

- ・同じ漢字でも、中国語の漢字と日本語の漢字では意味が違う
- ・外国人のための地域コミュニティと防災
- ・多文化共生とコミュニティ
- ・中国語講座

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

なし

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

相談に応じます

経費

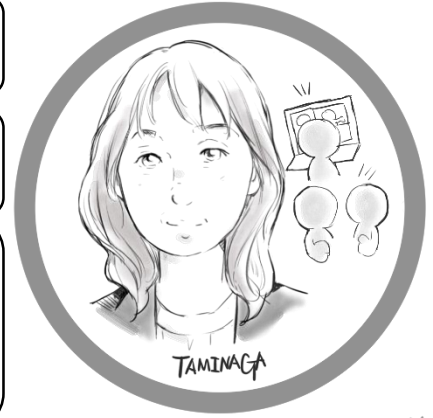
講師料：要相談
教材費：実費のみ

主な活動歴

- ・「多文化共生理解のために～同じ漢字でも意味が違う～」コミュニティサロンよしこ処
- ・宇城市役所「人権講座」
- ・在日外国人、外国人研修生への指導及び研修
- ・異文化コミュニティの実践
- ・観光ガイド&日中通訳学科紹介

25

たみなが ひろみ
民長 博美



分野

- ・コミュニケーション ・対人関係
- ・自己肯定感 ・「親の学び」講座

- ・「コミュニケーションカアップ」「自己肯定感アップ」
(講話とワークショップを取り入れた受講者参加型の講座)
- ・親子関係、孫育てに関するワークショップ形式講座
※Zoomによるオンライン講座(ワークショップ有)可

準備物

ホワイトボード、プロジェクター、スクリーン、マイク
※オンラインの場合：インターネット回線、カメラ、マイク

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

応相談(希望日程で調整可能)

経費

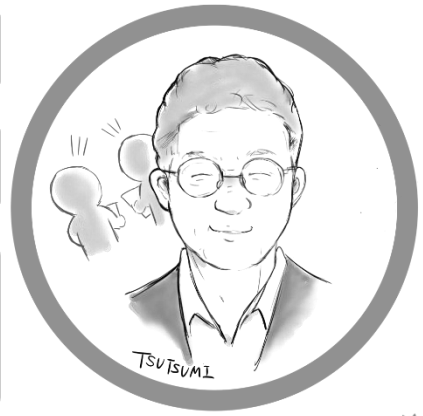
講師料：要相談
教材費：なし

主な活動歴

- ・R2～R6年 親力スキルアップセミナーファシリテーター(オンライン含)
- ・R5.3月～R6.3月 KDSネクステージでの講座講師(計6回)
- ・R6.2月 ひとつづくり・地域づくりin山口フォーラム 実践発表
- ・R6.11月 熊本県親の学び 講座講師

26

つつみ よしひろ
堤 良弘



分野

- ・コミュニケーション
(傾聴、自己肯定感、コーチング等)

- ・傾聴、承認を深めるワークショップ
 - ・コーチング基礎講座、体験会等
 - ・笑顔のコーチングワークショップ
 - ・育自の魔法ワークショップ(自分を育むワークショップ)
 - ・安心安全な場づくりセミナー
- ※ご要望に応じプログラムを構成しますのでご相談ください。

準備物

プロジェクター、スクリーン、筆記用具、楽しむ心

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

要相談
(早めにわかれば対応可能です)

経費

講師料：要相談
教材費：コピー代(実費)

主な活動歴

- ・2024年2月18日 八代市市民活動政策課主催 市民活動団体スキルアップセミナー
- ・2024年7月13日 合志市生涯学習課主催 自分みがき塾「育自の魔法Part2」
- ・2024年7月19日 玉名市商工政策課主催 城北地域企業活性化協議会通常総会講演会
「今だから大切にしたいコミュニケーション」
- ・2024年8月22日 上天草市中央公民館主催 いきいき成人大学「育自の魔法Part2」他

27

なかお あき
中尾 晶

分野

- ・健康づくり（気功・太極拳）
- ・語学（中国語）

- ・腹式呼吸のよさー気功・太極拳の健康法
- ・中国語を始めたい方に難関の発音からの講座

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

動きやすい服装

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県北・県央

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・公民館自主講座 りらくす気功
- ・公民館自主講座 健康太極拳
- ・《初めての中国語》主催講座数回
- ・《はじめての気功・太極拳》主催講座数回

28

ながしお わか
永塩 和佳

分野

- ・読書活動・よみきかせ・よみあい
- ・司書のお仕事体験

- ・よみきかせ講座 ・おはなしかい
- ・大人がたのしむ絵本 ・グループでよみあい
- ・えほんであそぼう
- ・司書のおしごと教えます

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

ホワイトボード、机、椅子、その他材料

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談（100分10000円）
教材費：なし主な
活動歴

- ・津奈木町「えほん講座・よみあい」通年（対象：おとな）
- ・嘉島町「えほん講座・よみあい・おはなし会挑戦」（対象：おとな）
- ・益城町「ゆるりとえほんを楽しむ日」主催（対象：全年齢）

29

にしむら よしこ
西村 慈子

分野

- ・健康習慣・予防 ・美容・ライフスタイル
- ・まちづくり・社会貢献

- ・健康習慣・予防×ゆるリハ：（無理なく続けるセルフケア）
- ・美容・ライフスタイル×ヘルスマネジメント：（美しく健康を保つ新習慣）
- ・共創×しあわせまち創り（みんなでつくる、心地よいまち）

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

プロジェクター、スクリーン、マイク
※オフラインの場合：ネット回線、パソコン、タブレット、スマホ、カメラ、マイク

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：実費主な
活動歴

- ・1997～2022年 作業療法士として、25年間、リハビリテーション病院に勤務
- ・2017年～ 水俣市総合計画策定審議会委員等、多数の委員委嘱あり
- ・2020年 福岡市科学館5G&IoTデザインワークショップ1位受賞
- ・2022年～ 熊本総合医療リハビリテーション学院 非常勤講師

30

にしもと まゆみ
西本 真由美

分野

- ・障がい者福祉・障害年金
- ・メンタルヘルス対策

- ・ちょっとした知識で応援できる一歩～障がいに関すること
- ・ちょっとした知識で安心に繋げる一歩～障害年金に関すること
- ・ちょっとした知識で心の健康への一歩
～メンタルヘルスケアのこと

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

- ・プロジェクター（可能であれば）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

火曜日、金曜日以外の日

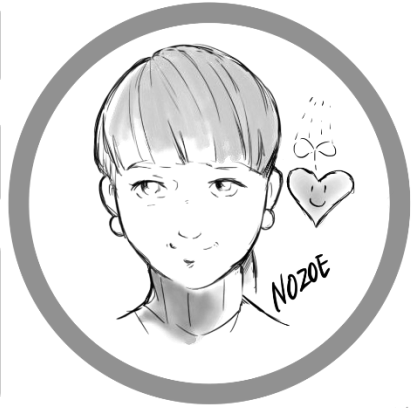
経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・社会保障・公的年金に関する周知・広報等のボランティア活動
- ・所属NPOにおける障害年金等に関する相談支援のボランティア活動
- ・「ご自身のメンタルヘルスに関する研修会」講師
- ・「組織におけるメンタルヘルスに関する研修会」講師

31

のぞえ すずか
野添 涼



分野

・穏やかな気持ちになる（自己肯定感）

- ・苦しみと向き合う
- ・自分にもできることがあることに気づく
- ・自分を認め大切にする

準備物

プロジェクター、スクリーン

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

要相談

経費

講師料：なし
教材費：なし

主な活動歴

- ・地域住民向け お話会の企画・開催（年4回程度）
- ・企業職員研修での授業実施

32

のむら じゅんこ
野村 順子



分野

・職場研修 ・特殊詐欺防止
・接遇マナー全般（新人研修含む）

- ・人間関係を円滑にする5つのルール、コミュニケーション等
- ・職場でのマナー、報連相、電話対応、携帯電話のマナー等
- ・企業が求める人材とは
- ・特殊詐欺防止について

準備物

筆記用具、ホワイトボード、プロジェクター及びスクリーン（※使用可能であれば）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域（要相談）

実施可能日

原則 平日
土曜日・日曜日・祝日は要相談

経費

講師料：交通費程度
教材費：なし

主な活動歴

- ・熊本刑務所「職場におけるマナー・電話対応・企業が求める人材」
- ・熊本県警・防犯連絡協議会・公民館「振り込め詐欺防止について」
- ・民間企業店舗「接客レベルアップ研修」
- ・不動産会社「営業マンレベルアップ研修」
- ・医療機関・施設関係「職場におけるビジネスマナーを見直そう」

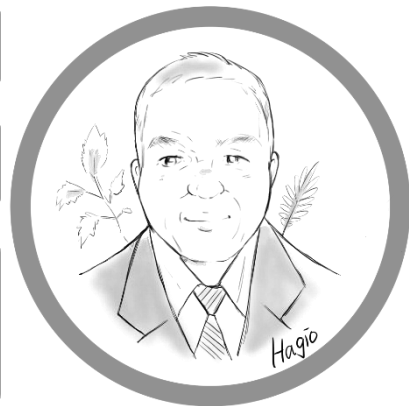
33

はぎお やすひろ
萩尾 泰宏

分野

- ・野菜栽培・パン作り概論・ハーブ利用法
- ・ブルーベリー栽培法・アロマセラピー

- ・野菜の育て方
- ・土壌管理
- ・精油の利用法
- ・ハーブ利用法、
- ・ブルーベリーの育て方

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

投影用のスクリーン、HDMI ケーブル、電源延長ケーブル

対象者

中学生・高校生・成人一般・高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日

・いつでも可

経費

講師料：要相談
教材費：実費

主な
活動歴

- ・熊本県立熊本工業高校 学生向けハーブ水蒸気蒸留法講座開催
- ・熊本市立長嶺中学校 支援学級生徒向け ジャガ芋栽培指導
- ・サンライフ八代 パン作り講座（2か月1回程度開催中）

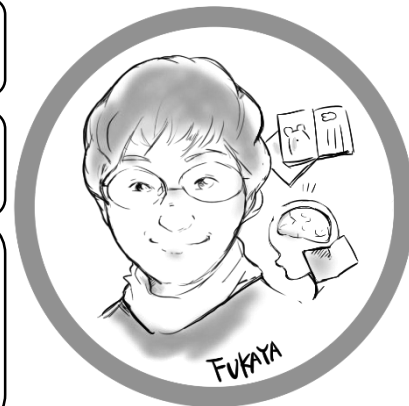
34

ふかや りょうこ
深谷 良子

分野

- ・健康（健康寿命を生きぬく）

- ・100歳までぼけず寝込まず生きぬいた母に学んだこと
- ・世界の昔話から生きる力・知恵を学ぶ
- ・ユーモアで心豊かに
- ・認知症とのつきあい方（介護が楽になるコミュニケーション）

TOMMY & ZAWA
Illustration

準備物

長机と椅子（各1講師用）、ホワイトボード、マグネット20個、（あれば）実物投影機

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象
地域

県内全域（※JR、バスで行ける所）

実施
可能日

火曜日、水曜日
午後1時以降（夜も可）

経費

講師料：要相談（交通費含む）
教材費：なし

主な
活動歴

- ・山鹿・松橋の公民館・パレアで講話
- ・パレアで講話・楽語
- ・学校・障がい者施設・高齢者イキイキ会等で楽語会
- ・完全自然栽培野菜づくりで家族が返信！！（命は食事で作られる）

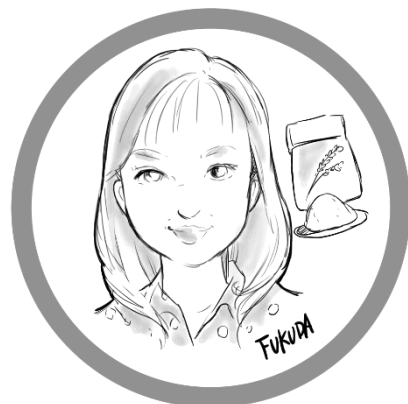
35

ふくだ のぶこ
福田 信子

分野

・料理 ・食育 ・健康

- ・米粉を食卓に！！
- ・米粉の活用について
- ・米粉料理・パン教室

TOMMY & ZANA
Illustration

準備物

パソコン、プロジェクター 実習の場合：調理室、オーブン等

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

原則、土曜日、日曜日、祝日

経費

講師料：要相談
教材費：実費主な
活動歴

- ・米粉インストラクターとして学校で米粉パン教室
- ・公民館での料理教室
- ・パン教室主宰
- ・レシピ掲載

36

まつした ともゆき
松下 智幸

分野

・防災

- ・防災についての心構え、準備

TOMMY & ZANA
Illustration

準備物

・パソコン、プロジェクター、スクリーン、音響機器

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

天草

実施
可能日

土曜日、日曜日、祝日

経費

講師料：なし
教材費：なし主な
活動歴

- ・平成28年(2016年)～令和3年(2021年) 天草市地区公民館防災講座講師
- ・平成28年(2016年)～令和6年(2024年) 天草市内各地区防災訓練時等防災講師
- ・令和2年(2020年) 全国公民館研究会熊本大会事例発表

37

まとば ゆきお
的場 幸雄



分野

- ・危機管理（防災・救急講習）
- ・「親の学び」講座 ・青少年健全育成

- ・あなたの街の防災
- ・もしものときに（危機管理）
- ・心肺蘇生法
- ・「親の学び」プログラム
- ・みんなで楽しく孫育て

準備物

パソコン、スクリーン

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

相談に応じます

経費

講師料：交通費程度
教材費：なし主な
活動歴

- ・1979年～避難訓練、防災講話、心肺蘇生法を実施
- ・2012年～熊本市「親の学び」プログラム講座講師
- ・2017年 熊本市公民館講座担当
- ・2024年 甲佐町青少年健全育成町民会議講演会講師

38

みずま よしひと
水間 義仁



分野

- ・いろいろな考えや文化を知る ・LGBTQ
- ・みんなちがって、みんないいを考える

- ・みんなのちがいを知って、仲良くなる研修とワーク
- ・「いろいろな人がいるってすごいね！」のお話
- ・LGBT「みんなの『ちがい』」を知って『つながり』理解を深める
- ・法律上の性・自認する性・表現する性・好きになる性への理解
- ・ジェネレーションごとの意識に触れ、働きやすい環境と採用実現へ

準備物

オンライン研修可：事前の設定が必要な場合はご相談ください。
対面研修の場合：プロジェクターは当方で用意します。

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般

対象
地域

県内全域

実施
可能日（年未年始を除く）日程調整は事前
の打ち合わせをお願いします

経費

講師料：要相談（形態により）
教材費：不要主な
活動歴

- ・2024年1月 県内金融機関（信用金庫）にて「多様性と人材採用」
- ・2024年2月 県内建設企業にて「LGBTQの正しい知識」研修
- ・2024年3月 県内交通系企業にて「多様性を認める人材採用」研修
- ・2024年11月 市内校区会議にて「個性を理解するアライの可視化」

39

みやざき かよ
宮崎 佳代TOMMY # ZAWA
Illustration

分野

- ・マナー ・コミュニケーション
- ・印象力向上 ・チームビルディング

- ・印象力向上研修
- ・ビジネスマナー研修
- ・勝てるチームづくり
- ・古来から続く新しい夢のかなえ方（予祝講座）

準備物

・プロジェクター

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

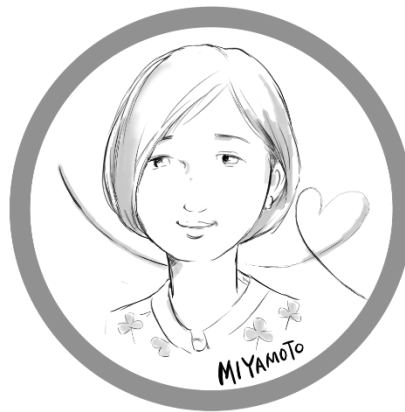
いつでも可能

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・選挙ウグイスアナウンス・印象力向上人材育成講座
- ・個人・企業様向けビジネスマナー研修
- ・保育士様向けマナー・コミュニケーション研修
- ・小学生への校内アナウンス実践練習

40

みやもと よしこ
宮本 儀子TOMMY # ZAWA
Illustration

分野

- ・子どもの人権 ・子育て ・福祉

- ・大切な人を亡くし、日常を過ごせるありがたさを学び、人との出逢いや繋がりを命がつけさせてくれている。そんな私の経験を伝えたい。

準備物

なし

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・R4. 8. 17 宇城市女性学級
- ・R4. 8. 26 宇城市あじさい学級
- ・R5. 6. 30 八代市校長・園長等人権同和教育研修会
- ・R6. 10. 30 熊本県立高等技術専門学校
- ・R6. 12. 12 上天草市松島総合センター

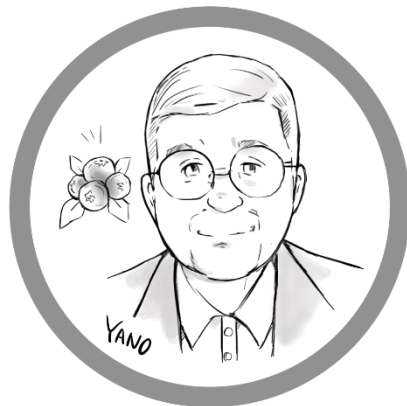
41

やの ひろし
矢野 博

分野

・果樹栽培（ブルーベリー）

- ・ブルーベリーの特性（効能・歴史）
- ・育て方・注意点



TOMMY # ZAWA Illustration

準備物

実物投影機

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県北・県央

実施
可能日

冬季（1月下旬～3月）

経費

講師料：交通費のみ
教材費：なし主な
活動歴

- ・R6.7.3 「ブルーベリー講座」パレア
- ・ほぼ毎年「ブルーベリー講座」秋津公民館

42

やまの ひろふみ
山野 博史

分野

・終活全般

- ・終活セミナー
- ・エンディングノートの書き方講座
- ・相続診断



TOMMY # ZAWA Illustration

準備物

ノートパソコン、プロジェクター

対象者

成人一般・高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日1週間以上前に連絡いただければ、
原則いつでも可

経費

講師料：要相談、交通費
教材費：なし主な
活動歴

- ・R6.1月 合志市教育委員会「就活セミナー&エンディングノート講座」
- ・R6.2月 山都町教育委員会「就活セミナー&エンディングノート講座」
- ・R6.6月、8月 長洲町教育委員会「就活セミナー&エンディングノート講座」
- ・R6.11月 津奈木町教育委員会「就活セミナー&エンディングノート講座」

43

やまもと のりお
山本 徳雄



分野

- ・高齢者の生きがい創造促進
- ・青少年育成（子供や青年の夢を育む）

- ・高齢者こそ「光齢者」 永久に輝く人生を！
- ・「夢に挑戦、感動の人生を」
（初代0系新幹線運転士の経験から）

準備物

プロジェクター、スクリーン、ホワイトボード、マグネット、長机（講師用）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県内全域

実施可能日

いつでも可
（ただし事前日程合わせ要）

経費

講師料：要相談
教材費：なし

主な活動歴

- ・平成25年8月 菊池市・七城高齢者大学講座「生涯現役・生きがいについて」
- ・令和5年6月 やつしろ市民大学講座「高齢者こそ『光齢者』輝く人生を！」
- ・令和6年6月 上天草いきいき成人大学「高齢者・明日へ出発・進行！」
- ・令和6年7月 甲佐町教育委員会講座「高齢者の生きがいを求めて！」
- ・令和5年12月 熊本市内高校「初代新幹線が教えた、夢を持つことの大切さ」

44

よしだ のりこ
吉田 紀子



分野

- ・世界遺産

- ・世界遺産を学び、世界各地の観光地、歴史等を知る。
- ・世界遺産を通じて、自分自身の世界観、価値観を広げることにつなげる。
- ・日本の遺産も学び、地元の魅力を再発見する。

準備物

プロジェクター、スクリーン、マイク

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者

対象地域

県北・県央

実施可能日

土曜日、日曜日、祝日

経費

講師料：要相談
教材費：なし

主な活動歴

- ・2018年 熊本市南部公民館講座
- ・2020年 令和2年度 松橋公民館主催講座「ひまわり学級」
- ・2022年 令和4年度合志市6月市民講座
- ・2024年 菊池市中央公民館主催講座

45

よしだ みき
吉田 美樹

分野

・絵本で子育て支援・孫育て支援

- ・プレパパ・プレママのための絵本講座
- ・お孫さんに絵本を読んであげたい方への初心者向け講座
- ・絵本でグリーンケア

準備物

・プロジェクター ・スクリーン（無い場合も対応可能です）

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日いつでも可
（ただし、事前日程合わせが必要）

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・2023年1月より 肥後銀行子育て応援サイト「ひごっこクラブ」各月寄稿
- ・2024年1月 熊本エデュケーションウィーク「生きる力を育む絵本との出会い」
- ・2024年3月 熊本市小中学校司書部会「大人にも絵本の魅力を」
- ・2024年11月 特定非営利活動法人教育支援プロジェクト・マスターズ熊本企画
熊本市子どもの未来応援基金事業
「絵本は心の栄養 生きる力を育む絵本との出会い」

46

よしだ ゆういち
吉田 雄一

分野

・旅と歴史

- ・写真を交えて旅のエピソードを紹介
- ・1972年から2023年、半世紀に渡り世界120か国を旅しました。今、戦争や自然災害で、海外に行きにくい時代になってしまいました。歴史上日本にも関係のあるシルクロードを軸として「仏教伝来」「アレキサンダー大王東征」「ジンギスカン征西」等の道を中心に写真を交えて旅のエピソードをお話します。

準備物

特になし

対象者

高校生・成人一般・高齢者

対象
地域

県内全域

実施
可能日

いつでも可（体調不良時を除く）

経費

講師料：要相談
教材費：印刷代主な
活動歴

- ・2018年1月 熊本市竜田公民館にて「旅の楽しみ方」講座
- ・2017年10月 熊本市東部公民館にて「旅の楽しみ方」講座
- ・2007年6月（約1年間） 旅行会社クラブツーリズム講師「マダマダ旅は終わらない」
- ・2007年10月（約2年間） 東京多摩市民塾講師「走馬観花の旅」

47

わたなべ きみこ
渡邊 貴美子

分野

・健康 ・子育て ・文化 ・芸術

- ・高齢者向け「座ったままでもできるフラダンス」
- ・女性向け「骨盤底筋を意識したフラダンス」
- ・幼児・児童向け「ハワイの文化と創作フラダンス」

TOMMY + ZAWA
Illustration

準備物

座って行う場合と立って行う場合により、活動可能なスペース
座学を行う場合は、プロジェクター、スクリーン

対象者

小学生・中学生・高校生・成人一般
高齢者対象
地域

県内全域

実施
可能日

要相談

経費

講師料：要相談
教材費：なし主な
活動歴

- ・2013年～ 熊本市北部公民館及び東分館初心者向け自主、短期講座講師
- ・2013～2019年 熊本市内老健施設ボランティア（慈愛園・朋暁苑）
- ・2023年 県漁連・九山女性幹部研修会講演「美しい姿勢と認知症予防」
- ・2023年 西合志図書館講演「座ってチャレンジ認知症予防とフラダンス」
- ・2024年 バラエティーコース「フラで幸せホルモンアップ」