レクリエーション講師一覧

令和8年10月20日現在

ジャンル		講師氏名	活動地域	内　容	講師料の有無		その他
レクリエーション	1	まるっちーず	広域	詐欺の手口や交通ルールを漫才で伝えます。	有	相談	結成20年!!
	2	フレンドシップ　ほほえみ	市内	創作コント、腹話術 歌、ダンス、踊り、 安来節	有	相談に応じます	一緒に楽しい時間が過ごせたら嬉しいです。
	3	生涯学習応援隊so-so.39	市内・県内	笑いヨガ・アロマハンドトリートメント・認知症予防ゲーム	有	5,000円から （時間・参加者によって相談）	
	4	みんなの脳活ゲーム たんぽぽ	市内	脳活ゲーム、認知症予防ゲーム	無	謝礼金は一切不要	歌を歌いながら、手指を使って楽しむゲームです。参加された皆さんに楽しんでいただける場にしたいです。
	5	草笛楽談♪ 葉ッピー・アオキ	市内・県内	①草笛と歌とその他（指笛、鼻笛、口笛、ハーモニカなど）の演奏 ②草笛・指笛などの体験教室 ③バラエティ（①②レクリエーションゲーム、歌遊び、手遊び、クイズ、手品などとりあわせた演芸）	無		一緒に楽しい時間が過ごせたら嬉しいです。草笛と歌とささやかな幸せをお届けします。
	6	フェルマータ （オカリナグループ）	市内	オカリナ以外の楽器も取り入れて演奏します。	無	講師料は基本無いですが、依頼者に任せています。	4人のグループです。老人施設、こども園、小学校、いきいきサロン、敬老会などで活動をしています。
	7	人形劇ｸﾞﾙｰﾌﾟ ドリーム	市内 近隣市	人形劇、ペープサート等の公演、 歌、手あそび等	有	交通費程度	依頼は予定日の1ヶ月半ぐらい前にお願いします。乳児から高齢者まで楽しんでいただけます。
	8	スマイルおどりゃんせ	県内	日本舞踊（新舞踊）、民謡演歌、その他のおどり	無		依頼者に喜んでもらえることを…
	9	華すみれ	市内	デイサービス等で歌を披露	無		
	10	全日本あすなろ腹話術協会 たんたん支部	市内	腹話術の実演・講習 簡単な手品 レクリエーション指導他身近な健康の話	有	交通費程度	会場の様子、開始時間、参加人数を事前に教えてください。出演に必要な物（マイクや机等）は持参します。会場の出入口に近い所に駐車場をご準備ください。（30分前着で動きます）
	11	銭太鼓「双葉会」	市内	銭太鼓を通じた交流	有	交通費程度	頭と体を使う良い運動です。
	12	日々草	市内	丹波市や丹波篠山市に伝わる昔話を紙芝居や素話で語ります。 童謡や唱歌等を皆さんと歌います。	無		紙芝居を置く台があると助かります。
	13	kani kani pua（カニカニプア）	市内	フラダンスを通じた交流、文化活動の活性化、ディサービス等への慰問	無		音楽機器があると助かります。素足のため、地面で踊る時は危険がないようお願いします。
	14	春日マジッククラブ	市内、県内	マジック（テーブルマジック・イリュージョン）、マジック教室、バルーンアート	有	バルーンの材料代や交通費など	食事中やアルコール飲食中は避けてほしいです。会場の出入口に近い所に駐車場をご準備ください。
	15	語りベサークル　こんぺいとう	市内	丹波の昔話の大型紙芝居	有	予算の範囲内でお願いします。	大型紙芝居枠を置く机などをご準備ください。（ボール紙全体の大きさ）会場によりマイクなども必要です。
	16	三輪車	市内	手作りの舞台や人形で懐かしい昔話の人形劇をします。歌や手遊びをします。	有	交通費程度	
	17	藤本　まん	市内・県内	バルーンアート レクリエーション	有	バルーンアートの場合は、材料の高騰のため、ご協力お願いします。	
	18	植木　淳子	柏原・氷上・春日・山南	脳活ゲーム、認知症予防ゲーム	無		失敗を楽しみましょう！ 輪になって座れればベストです。
	19	田舎の魔術師　長澤幹雄	市内	子どもさんからお年寄りまで、とマジックで楽しんで頂きたいと思います。	有	10,000円 （相談に応じます）	駐車場と準備する部屋をご準備ください。食事中は避けてください。
	20	南京玉すだれ　若竹会	市内	南京玉すだれ、皿回し、腹話術、安来節 それぞれの会員が特技を生かします	有	市島町外は車代をお願いします。	依頼は遅くとも1ヶ月前までに。電源と着替える場所をご準備ください。
	21	でこぼこ	市島・春日	高齢者向けの脳トレ、歌（ハンドベル等）、踊り（フラダンス）	有	要相談	
	22	飛行機雲	市内 丹波篠山市	・寸劇（詐欺にあわないよう啓発劇） ・手品　・歌謡ショー　・認知予防の話 ・踊り　皆で歌おう	無		机（長机でも可）1、椅子2 大変楽しく笑っていただけます
	23	人形劇グループくれよん	市内	人形劇　大型絵本公演		ご依頼側にお任せします。	人形劇の条件としてケコミがおける充分な場所があること。（ケコミ幅415cm、奥行115cm、高さ180cm）

お問い合わせは
南部支所：72-1236　西部支所：82-4613　東部支所：74-0477
山南分室：77-2359　青垣分室：87-0084　市島分室：85-0517
本所　：86-7171

ジャンル		講師氏名	活動地域	内　容	講師料の有無		その他
	24	もったいないグループ	市内	本読みや歌等	無		
	25	丹波のむかしばなしの紙芝居	柏原、氷上、青垣、山南	丹波の森公苑発行の「丹波のむかしばなし」紙芝居。昔から語り継がれてきた民話や伝説などもあります。		ご依頼側にお任せします。	紙芝居を置く長机がいります。 依頼はなるべく早くいただければうれしいです。
	26	丹波大衆劇場	市内	スライドショーによるゲーム、ジョーク、クイズで皆様と楽しめるアトラクション（余興）を行います。	無		劇場を楽しんでいただけると思います！
	27	乙女会	市内	紙芝居	無		
	28	ほ～げんたんば	市内 丹波篠山市	丹波弁で楽しむ丹波の昔ばなし。方言についての説明や民話にまつわる話もします。	無		
	29	たんば　ばあちゃん	春日・市島	一人芝居（今持っているのは、お笑いです）	無		全て一人でやるので、手を貸してもらうことがあります。 （雪の日や寒い早朝は不可です）
健康・体操	30	板野　厚美	県内	介護レクリエーション、介護美容、認知機能や運動機能などの改善。（エステ、ハンドエステ、フットケア、ハンドマッサージ、メイク、その他ご希望の内容）	有	要相談	すべてがエステシャンとしての資格保有者でプロです。
	31	紀　智子	市内	どなたでも楽しくできるヨガ	有	5,000円～（60～90分のレッスンです）ヨガマット200円でレンタルもあります。（20枚まで）	
	32	TISスクール　高橋祐樹	県内	丹波地域初、ドイツ発祥「ライフキネティック」。脳トレ×運動を軸に誰でも楽しめる新感覚エクササイズ。「できそうでできない」が眠っている能力の活性につながります。	有	1時間5,000円（応相談） ～60分以内	・必要な道具は準備します。 ・対象は子ども～ご年配の方まで幅広い。 ・学習能力、メンタルヘルス、認知症予防、仕事の効率向上が期待できます。
	33	たんけん倶楽部	県内	高齢者の方にもできる運動、脳の活性の運動等、生活習慣病予防及び改善のための運動、いろいろな歩き方、走り方(スロージョギング）で自分に合った運動 乳幼児のための運動あそび・親子運動あそび、親への講話	有	・1回(60分）5,000円 月1回～2回と定期的に実施の時は要相談 ・乳児(30分）幼児(45分）5,000円、指導者への講義(90分）10,000円 ※市外やアシスタント等が必要な時は要相談させたいただきます。	・40年間健康づくりの運動指導。 行政や学校、大学などでの講師。 ・大阪で年間200ヶ所以上保育園、こども園などへ12年間訪問経験有 ・乳児1-2歳は基本保護者の方と一緒にお願します。開催する前に事前に保護者の方への運動あそびの基本的なお話を無料でさせていただければ幸いです。
	34	（公益社団法人）日本3B体操協会　兵庫北支部	市内	3種類の用具を使って音楽に合わせて行う健康体操。 ※対象者に合わせ誰にでもできるよう工夫されています。	有	活動時間は1時間。 金額は要相談	3B体操の用具は準備いたします。
	35	たんば寺子屋 MAHORAS（ﾏﾎﾗｽ）	市内	日本や地域のくらし・文化・知恵をテーマに、世代を超えて語り合う交流型の寺子屋です。【テーマ例】昔の暮らし、行事・儀礼、祭り・伝統、歴史・物語、知恵・哲学・人生経験、日本の助け合い精神、etc	有	要相談（3,000円程度）	地域文化などをテーマにした「語り合い寺子屋」それぞれの経験や想いを共有する交流の場です！個性や生き方がわかる体癖診断もできます。
	36	大黒　浩司　大黒体操	市内、県内	誰でも簡単にできる健康体操や食事などのアドバイスをします。	有	応相談	簡単にできる体操で運動習慣を身に付けて健康で人生を楽しみましょう。
	37	丹波コーンホール協会	県内	アメリカ発祥のパーティーゲーム。 子どもから大人まで誰でも楽しめるスポーツです。	有	交通費程度(要相談）	室内外どちらでも可
音楽	38	魅惑のギターデュエット 足立ゆかり＆高村浩二	市内、県内	クラシックギター（ナイロン弦）を使用し、童謡唱歌、古賀メロディー、映画音楽やギターの名曲等お話を交えながら進めていきます。季節に合った歌など。子どもから高齢者まで幅広くあります。	有	20,000円～（40分から60分） 2人分の講師料、交通費込み	ギターの名曲から「昭和歌謡曲」「フォークソング」「懐かしの映画音楽」等々。参加型のコンサートです。平日OK、食事中OK。マイク等は不要(屋内）です。
	39	丹波シニアアンサンブル	市内	楽器演奏（施設、病院、アフタースクール、こども園、いきいきサロン、敬老会など）	有	交通費程度	楽器を持ち込みますので広い場所が要ります。ピアノがあればお借りしたい。なければキーボードで代用。 童謡唱歌を始め、色々なジャンルの曲を演奏します。
	40	音楽療法士	市内全域	色々な楽器を使って即興合奏などの体験をして頂いたり、ライアー(ドイツの楽器)や弾き語りなどの鑑賞を提供致します。 対象者：高齢者、乳幼児、児童、障がいがある方	有	1時間 10,000円 1時間以上 15,000円	活発な活動、癒しの活動、ご希望に合わせて提供致します。
	41	氷上歌謡詩吟グループ	市内	詩吟・歌謡詩吟の初歩的な指導	無		1～2か月前に連絡（希望内容等）いただきたいです。

お問い合わせは
南部支所：72-1236　西部支所：82-4613　東部支所：74-0477
山南分室：77-2359　青垣分室：87-0084　市島分室：85-0517
本所　：86-7171

ジャンル		講師氏名	活動地域	内　容	講師料の有無		その他
	42	マエストロ足立	どこでも	家庭で出た廃物等を利用して楽器にし、その楽器で民謡、演歌などからラテン音楽、アニメ曲を演奏します。お客様に合わせて曲を選定。トークでも笑わせます。	有	通常１万円＋交通費というのでやってますが、相談にのります。	飲酒NG。テーブルとマイクがあればOK。できれば室内がいいです。他では見ないようなリサイクル品で楽器を作っています。
	43	個人	市内	音楽療法（主に高齢者対象）	有	１時間8,000円 青垣地域以外は交通費2,000円	
	44	西芦田のピン芸人	市内	各地域のサロン、デイサービス等でデジタルによる昭和の演歌を歌います。	無		
	45	ボランティア青垣オカリナの風	青垣地域を中心に	オカリナの演奏	有	要相談	
	46	岩尾城太鼓クラブ	市内	祭りやイベントでの和太鼓演奏	有	イベント出演料は 15,000円からお受けいたします。	出演依頼日は基本的に土日。 演奏時間は太鼓移動含めて30分程度です。雨天の場合、屋外での演奏は中止させていただきます。
	47	たんばギターフレンズ	市内 県内	敬老会・いきいきサロン・イベント等でのギター演奏、一緒に歌う	有	1時間10,000円	演奏する曲目の歌詞カード作るので参加者分のコピーをお願いしたい。
	48	タづる会・毛利 充	市内	高齢者施設やサロン、イベントなどで津軽三味線や尺八の演奏をしたり、民謡、演歌、唱歌など、皆さんと一緒に歌います。	有	演奏時間は30分～60分 金額は要相談	事前に会場の下見をさせてください。控室をお願いします。夜は不可です。
	49	山南音楽協会	山南	コーラス、皆で楽しく一緒に歌います。 3グループで活動します。	無		3ヶ月前に依頼していただきたいです。 上久下コーラスさくらんぼ 久下グリーンコーラス 小川コーラス
	50	大正琴で楽しく一緒に歌いましょう（琴姫教室）	氷上	大正琴の演奏（演歌・同様）。みんなで楽しく一緒に歌っていただきます。（老人会、サロンなど）		ご依頼側にお任せします。	・長机（会議用）3台、椅子6脚 ・依頼は早めに連絡を頂ければうれしいです。
	51	ゆいまーる	市内	沖縄の三線と箏、ピアノ、太鼓を使い、主に沖縄民謡を演奏しています。沖縄の方言や歴史、文化に触れていただけると思います。	有	交通費程度	三線の演奏、沖縄民謡、他 津軽三味線も演奏します。
	52	丹波　ゆり	市内	主に老人ホームや自治会、敬老会などで昭和の名曲や、イベントに寄り添った歌を歌って、皆様に元気になっていただく。手拍子で楽しく過ごしたいです。	有	交通費程度	DVDの映るテレビがあると歌いやすいです。
	53	もんたん＋αの世界	柏原・氷上 青垣・春日 山南	もんたんの感性とAiを使って、作詞作曲した曲を歌います。オカリナ演奏します！	無 （その他も含む）		https： //montannosekai.notion.site/top その他、地域活動でお役に立てる何かがあれば、ご依頼、ご相談ください（URL参照）。魂に光を灯す音と言葉をお届けします♪
	54	青垣郷土民謡保存会	市内	老人会、寺イベント、公民館活動等に参加して、青垣に昔から伝えられる民謡をひろめています	無		皆さんと楽しく踊ることで、身体を活動的に動かしましょう。
	55	日本民謡アーティスト Seima	市内・県内 県外	日本の伝統文化である「民謡」の弾き語りをメインに、ステージ演奏や体験型ワークショップを行っています。手拍子やかけ声、唄などを通して参加者が一緒に楽しめる内容を大切にしています。	有	内容・時間・規模に応じてご相談ください。（目安：33,000円～）	民謡を初めて聞く子供でも楽しめるよう参加型の内容です。イベントの趣旨や対象年齢に合わせてプログラムを調整します。小人数の講座から地域イベントのステージまで対応します。日本民謡アーティスト・丹波篠山ふるさと大使
	56	アンシャンテ	市内	オカリナ演奏　（年齢に合わせて演奏で歌うことも有） 場所、年齢に合わせて選曲が出来ます。	有	交通費程度	演奏時間を伝えてほしい。控室（着替室）をご準備ください。
	57	大正琴　アンダンテ	市内	大正琴の演奏 皆で楽しく一緒に歌う	無		色々なジャンルの演奏ができます♪ 依頼は1ヶ月前には、伝えてください。 室外での演奏は機材の関係上、要相談。
詩吟	58	吟遊丹波	市内	詩吟を通して皆さまに活力を届けたいと思っています。	無		詩吟を通して皆様に活力を！
	59	Sno（消費の王様）	市内、 その他（篠山市）	丹波地域における消費者トラブルを減少させることをめざし、消費者教育・啓発活動を行っています。巨大スゴロクを使って、楽しみながら消費について学べます。	無		出前講座は丹波消費者センターへ申し込みください。スゴロクのみ実施可能。
	60	丹波市防災会	市内	防災訓練、防災講話など	無		

お問い合わせは
南部支所：72-1236　西部支所：82-4613　東部支所：74-0477
山南分室：77-2359　青垣分室：87-0084　市島分室：85-0517
本所　：86-7171

ジャンル		講師氏名	活動地域	内　容	講師料の有無		その他
講座・講義・ワークショップなど	61	エサク	県内 京都府	オリジナル工作キットを使ったワークショップです。京都芸術大学でプロダクトデザインを専攻する知見を活かし、子どもたちの創造性を育む「ものづくり体験」を提供しています。	有	1回1万円＋キット代（×人数分） ※要相談	工作を通じて、子どもたちが自由に自分を表現し、わくわくする想像力と自分らしくいられる居場所を大切に育てます。
	62	こんぺいとう	市内	丹波の森公苑より出ている昔話や、身近な話を大型紙芝居にして講演します。 細見綾子俳人の生家があり案内します。	有	交通費程度	丹波弁で語ります。
	63	さくらplanning （終活セミナー）	市内/県内	終活は自分自身も、周りの人までもを幸せにできる活動です。 セミナーを通じて終活の必要性の気づきを促します。	有	時間は90分程度 参加者5名まで　13,000円 参加者6名以上　18,000円 ですがご相談ください	セミナーに参加された方は、みなさん楽しかったと笑顔で帰られます。 ※セミナー開催時には司法書士の先生にも同行していただきます。専門的な質問にもお答え出来ると思います。
	63	さくらplanning （終活セミナー） （エンディングノートを作る会）	市内/県内	終活は自分自身も、周りの人までもを幸せにできる活動です。 セミナーを通じて終活の必要性の気づきを促します。（90分バージョンと月1回×11ヶ月バージョンがあります）	有	時間は90分程度 参加者5名まで　13,000円 参加者6名以上　18,000円 1回7,000円×11ヶ月 （要相談）	終活を始める方々と同世代ですので寄り添いながら進めてまいります。 それぞれの方にあったエンディングノートが作れるようなっています。気安く参加してください。
	65	アトリエ	市内	未経験の人に絵を楽しく描けるパステル画です。 子どものころ、描いて遊んだ感覚でチャレンジしてほしい。人数は15人くらいまでがやりやすい。	有	交通費と画材等。3,000円～	テーブル等の準備をしてほしいです。 手や指が汚れるので拭くもの等も準備をお願いします。
	66	東京海上あんしん生命	県内	相続・生前贈与セミナー NISA・イデコセミナー	無		
	67	SOUREI（そうれい）	県内	高齢者施設や地域のサロン等で、化粧療法を実施します。化粧教室、スキンケア指導、対面メイクを通じて笑顔を引き出し、交流促進や意欲向上をサポートします。	有	・初回体験無料 ・継続実施の場合1回（60分～90分）10名程度5,000円～	・必要なものは講師側で準備します。 ・1対1の対面から10名程度のグループまで対応します。 ・事前打ち合わせで内容調整可能です。

お問い合わせは
南部支所：72-1236　西部支所：82-4613　東部支所：74-0477
山南分室：77-2359　青垣分室：87-0084　市島分室：85-0517
本所　：86-7171