スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
1	講師 その他	ヨガ	スッキリ元気になるヨガ チェアヨガ講座	運動不足の解消や、姿勢改善を目的とした、ヨガのポーズやストレッチを教えることができます。60分～90分程度の講座です。準備物は、通常ヨガの場合場合はヨガマット、チェアヨガの場合は椅子の準備が必要です。各種イベントへの出演も可能です(詳細は応相談)。	市内全域	【資格】全米ヨガライセンス RYT200 【経験】福岡100プラザ、デイサービス、高齢者施設等実績あり。	依頼予約は1か月前から	交通費別途 ￥5,000～ ￥9,000	R7.10.1	R7.10.1
2	講師	フラダンス	フラ マウロア講座	フラダンスを教えることができます。初心者の体験教室からから上級者向けの教室まで幅広く対応できます。ステージ出演も可能です。	市内全域	【経験】自身も20数年のフラダンス経験あり。 現在も福岡市の施設で講師をつとめ、商業施設での出演など。	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
3	講師	読み聞かせ	絵本講座	子育てにおける絵本の読み聞かせの大切さ、絵本とこどもの関係性などについて教えることができます。１～２時間程度講座です。こどもや大人向けに絵本の読み聞かせ会の実施も可能です。	市内全域	【資格】NPO法人絵本講師養成講座、絵本講師	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
4	講師	囲碁	囲碁講座	囲碁を教えることができます。初心者の体験教室からから上級者向けの教室まで幅広く対応できます。15分程度の簡単な体験会、１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。	市内全域 平日のみ	【資格】関西棋院の囲碁インストラクター資格	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
5	講師	護身術	護身術講座	護身術を教えることができます。初心者の体験教室からから上級者向けの教室まで幅広く対応できます。15分程度の簡単な体験会、１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。	市内全域 平日のみ	【資格】活気柔術7段（師範）	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
6	講師	ダーツ	ダーツ教室	ダーツを教えることができます。初心者の体験教室からから上級者向けの教室まで幅広く対応できます。15分程度の簡単な体験会、１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。	市内全域	【資格】福岡ダーツ指導員C級　10年	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
7	その他	落語	落語を語る講座	落語の歴史や実際の小咄などを教えることができます。また、落語家として疑似活動できるまで養成指導を行います。60分～90分程度講座など柔軟に対応できます。	応相談	【経験】学生落語の経験有り。通算150高座の経験。TV、ラジオ出演。	応相談	交通費実費別 ￥5,000	R7.10.1	R7.10.1
8	その他	医療・福祉	未定	子育て、登校拒否、ひきこもりなどに悩んでいる方に対して個別相談対応や寄り添い支援などを行うことができます。内容は応相談。	応相談	【経験】短期大学非常勤講師（7年間）、児童福祉、子ども家庭支援 【資格】中学校教員免許、高等学校教員免許、保育士	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
9	講師	医療・福祉	健康講座	更年期障害や老齢期における体調の変化に対する備えなどの講話を行うことができます。１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。	応相談	【資格】助産師、看護師、教員（看護） 【経験】大学病院勤務（37年）	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
10	講師	手芸・クラフト	竹工芸講座	竹細工創作講座を行うことができます。簡単な体験会や１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。１回あたり6～7名まで同時に教えることができます。展示用の作品を創作することも可能です。	応相談	【経験】木工歴50年、竹工芸9年、「かなたけの里」で講師をやっていた。	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
11	講師	美容・食・ ライフスタイル	今すぐ片付けたくなるワクワク講座	シニアの生活スタイルにあった片付け（物の捨て方・生かし方など）に関する講座を行うことができます。講座時間は60分～90分柔軟に対応できます。講座形式と座談会形式があります。	市内全域	【資格】NPO法人ハウスキーピング協会認定講師 【経験】整理収納コンサルタント、 延べ4,500件以上のご家庭のコンサル実務経験 等々。	依頼予約は2か月以上前から	交通費実費 謝礼 ￥5,000 別途：資料準備	R7.10.1	R7.10.1
12	講師	記憶力	記憶力アップ講座	衰える記憶力に歯止めをかけたり、スムーズに記憶ができるようになる「記憶法」について教えることができます。１～２時間程度講座を想定しています。	応相談	【経験】幼児教育（七田式教育、EQWELチャイルドアカデミー）教材開発。大人用脳力開発。	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
13	講師	視機能	視機能アップ講座	日常生活で簡単にできる視機能アップトレーニングを教えることができます。視幅拡大、認知トレーニング、視点合わせ、目と手足の協応訓練など簡単な体験会や１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。	応相談	【経験】幼児教育（七田式教育、EQWELチャイルドアカデミー）教材開発。大人用脳力開発。	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
14	講師	スマイル	ビューティースマイル講座	対人コミュニケーションなどに必須といわれている「笑顔」に関する講座を実施できます。女性だけではなく、男性も対象の講座として実施できます。一回あたり最大３０名、60分～９０分程度の講座です。各種イベントへの出張も可能です。	応相談	【資格】一般社団法人日本マナーOJTインストラクター協会認定講師、日本接遇教育協会認定講師、マナープロトコル2級取得、福岡ユニバーサルマナー３級、日本語ボランテイア養成講座終了、MC（ブライダル、イベント）	依頼予約は1か月以上前から	交通費実費 謝礼 ￥5,000 別途：資料準備の場合は実費	R7.10.1	R7.10.1

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
15	講師	若見え	好印象と笑顔で10才若見え講座	若見えする人は長生きするといわれており、健康で長生きするためには印象と笑顔がとても大切です。その大切さをテキストに沿ってお話していきます。すぐに実践できる簡単でためになる内容です。一回あたり最大３０名、60分～９０分程度の講座です。 各種イベントへの出張も可能です。	応相談	【資格】一般社団法人日本マナーOJTインストラクター協会認定講師、日本接遇教育協会認定講師、マナープロトコル2級取得、福岡ユニバーサルマナー４級、日本語ボランテイア養成講座終了、MC（ブライダル、イベント）	依頼予約は1か月以上前から	交通費実費 謝礼 ￥5,000 別途：資料準備の場合は実費	R7.10.1	R7.10.1
16	講師 その他	司会 接遇	サークルや○○会の 司会が上手くなる講座（仮）	サークルや○○会の集まりで司会を頼まれた時、プロっぽく司会をこなすためのポイントを教えることができます。話し方や声のトーン、場のつなぎ方など教えます。緊張しなくなるのでもっと楽しく司会ができるようになります。一回あたり最大30名、60分～９０分程度の講座です。各種イベントへの出張も可能です。	応相談	【資格】一般社団法人日本マナーOJTインストラクター協会認定講師、日本接遇教育協会認定講師、マナープロトコル2級取得、福岡ユニバーサルマナー５級、日本語ボランテイア養成講座終了、MC（ブライダル、イベント）	依頼予約は1か月以上前から	交通費実費 謝礼 ￥5,000 別途：資料準備の場合は実費	R7.10.1	R7.10.1
17	講師	暮らし	暮らしに活かすISOとSDG'S（仮）	「ISO」「SDG'S」などよく目にするものについて講座を行います。企業に関するものと思われがちですが、ISOを暮らしに取り込むことで安全で優しい生活ができ、地球にやさしい生活につながるというような内容で実施します。	応相談	【資格等】中小企業事業再生マネージャー、ISO主任審査員・講師（環境、安全、事業継続）、エネルギー管理士、高圧ガス製造責任者、危険物取扱者、メンターコーチ（履修済）	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
18	講師	手芸・クラフト	「初めての編み物」 「癒しの編み物」	手編み講座、棒針編み、かぎ針編み、又は普段耳にしないアフガン編など様々な編み方により編み物の楽しさを教えます。	応相談	【資格】文部科学省後援毛糸編物技能検定1級 【経験】令和7年度講師にチャレンジプロジェクト「タメシバ。」にて初めて講座開講	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
19	講師	医療・福祉	電機の安全な使い方	感電対策に関する講座を実施することができます。アースの重要性、コンセント、テーブルタップの注意点などテーマは応相談です。	応相談	【資格】第一種ME（医用工学）技術者。 【経験】医療関係者に医療安全の講師を行っている。AEDの安全管理、医療機器の電気安全等。	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
20	講師	医療・福祉	人生百年時代 温泉で無理なく、楽しく、長く健幸生涯を	知っている様で知らない温泉の基礎知識（温泉とは何か？現状は？）、温泉の効果･効能（成分別、泉質別、症状別）、現代版湯治のすすめなどを教えることができます。１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。	応相談	【資格】温泉入浴指導員（国規定）。温泉保養士。温泉ソムリエほか。 【経験】R4年4月～R5年3月福岡100プラザ東シニア教室『楽しい温泉雑学』講師。R7年4月～R8年3月 福岡100プラザ早良シニア教室『新･健幸のための温泉めぐり』講師。温泉療法プログラム企画・運営。	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
21	講師	楽器・音楽	一緒に唱歌と昭和歌謡を 楽しみましょう	季節の歌、なつかしい歌謡曲を歌ったり、有名な曲を歌いながら体を動かしたりもします。	応相談	【資格】音楽講師 【経験】この2年間に公民館で3～4回程、 "一緒に唱歌と昭和歌謡を歌いましょう"を開催	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
22	講師	足もみ 薬膳	健康寿命を延ばす 東洋医学からみた足もみセルフケア	東洋医学（薬膳）と自分の足をもんで健康を保つことを教えることができます。以下のいずれかの単独講座でも開講可能です。 薬膳のみの講座。中国伝統医学の身の講座。足もみセルフケア講座。	応相談	【資格】国際若石（じゃくせき）メソッドスクール認定講師。国際中医師。国際中医薬膳管理士 【経験】足もみ講師として8年。薬膳講師として3年	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
23	講師	生け花・フラワーアレンジメント	生け花教室 フラワーアレンジメント	盛花、瓶花、生花、荘厳華、心粧華などお教えできます。 様々な手法を使ったフラワーアレンジメントを教えることができます。輪盛体、環盛体、オアシス（給水スポンジを花留として使用）など。 １～２時間程度講座です。	応相談	【経験】福岡100プラザ早良シニア教室「生け花教室」講師。福岡100プラザ中央にてタメシバ。（福岡100プラザ中央大学）「生け花講座」講師（R7年6月～8月） 【資格】華道嵯峨御流正教授。福岡市緑のコーデイネーター。福岡市生涯学習講師	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
24	講師	教養 （ビジネス･語学･旅行）	映画で学ぶ英会話	お洒落で小粋な言い回しを映画のシーンの中で楽しく学びながら、ワンランク上の会話術を目指す講座を実施できます。（例「プラダを着た悪魔」など）１～２時間程度講座です。	応相談	【経験】R6年度、福岡女学院大学主催「大人のオープンキャンパス」において講座「映画で学ぶスタイリッシュ会話術」を担当 【資格】福岡女学院大学にて英語教員（R7.3まで）	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
25	講師	伝統舞踊	伝統舞踊で心も体も若々しく、免疫力アップ！	音楽に乗って身体を動かし、心身ともにリフレッシュできる伝統舞踊を教えることができます。初心者の体験教室からから上級者向けの教室まで幅広く対応できます。１～２時間程度講座です。	応相談	【経験】第12回コロンビア吟剣詩舞全国大会優勝 【資格】詩舞（詩剣詩舞）聖舞流師範、日本コロムビア吟詠音楽会会員ほか	応相談	応相談	R7.10.1	R7.10.1
26	講師 その他	ダンス・エクササイズ	Miku エクサ・フラメンカ！	「エクササイズより少しエレガント！フラメンコより簡単！」をテーマにどなたでもすぐ踊って頂ける新しいダンスエクササイズ「エクサ・フラメンカ」を教えることができます。フレイル予防や脳トレにもなります。スペインの曲に合わせてダンサー気分でオーレ！ 60分～70分程度の講座です。イベント会場での30分程度のエクサフラメンカを体験してみよう会も可能です。	博多・中央・早良・城南・西 月曜日以外可 １４時～１８時	【資格】エクサ・フラメンカ！インストラクター取得。福岡市スポーツ協会人材養成指導者受講 【経験】数カ所の公民館（シルバー対象）や患者会（ボランティア）で単発レッスンを実施。R7年4月よりカルチャーセンターで講座開講	２か月前の予約希望	交通費込み ￥5,000	R7.10.1	R7.10.1
27	講師	ヨガ	無理なく楽しい シニア向けヨガ	シニア向けのヨガ、ウエーブリングを使用したストレッチを教えることができます。１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。１回あたり最大10人まで同時に教えることができます。	中央区・博多区	【経験】メガロスアカデミー ヨガインストラクター、公民館での教室経験あり	応相談	応相談	R7.10.24	R7.10.24
28	講師	大正琴	大正琴教室	大正琴を教えることができます。初心者の体験教室からから上級者向けの教室まで幅広く対応できます。１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。老人ホーム・高齢者教室で演奏することも可能。	応相談	【資格】内閣府認定公益社団法人大正琴協会正会員大正琴講師　琴伝流 【経験】福岡100プラザ中央で大正琴講師	応相談	応相談	R7.11.1	R7.11.1
29	講師	教養（ビジネス･語学･旅行）	英会話教室	カタカナで覚える！使える英会話を教えます。日常生活で使える英語を教えることができます。初心者の体験教室から上級者向けの教室まで幅広く対応できます。１～２時間程度講座など柔軟に対応できます。通訳も可能です。	東区・西区以外	【資格】英会話（TOEIC805） 【経験】通訳経験多数あり	応相談	要・交通費ほか応相談	R7.11.1	R7.11.1
30	講師	ICT・パソコン	50代からのAI活用	シニア・プレシニア世代がAIを味方にして、安心してデジタル社会を楽しめるように支援します。基礎から丁寧に学べるAI講座を行ったり、生活や仕事に役立つ活用方法をわかりやすく紹介したりできます。講座、相談会形式など様々対応できます。	市内全域	【資格】R6年10月AIパスポート取得 【経験】講演、講師経験あり	応相談	応相談	R7.11.3	R7.11.3
31	講師	楽器・音楽	AIで音楽生成体験！	音楽生成AIを使用して楽曲を生成する体験を行います。この講座は、気軽に楽しむことがテーマです。	市内全域	【資格】生成AIパスポート・JASRAC準会員 【経験】講師経験あり	応相談	応相談	R7.11.5	R7.11.5
32	講師	その他	初心者歓迎　美文字講座 ～手書きのあたたかさをあなたに～	ボールペンなど身近な筆記具で、基本から丁寧にご指導します。（筆ペンも同様にご指導します）俳句や銘文、はがきなど、実用的なシーンに役立つ講座です。今からでも遅くない「正しい書き方」を習得して、美文字への一歩を踏みだしましょう！	中央区、城南区 平日希望 時間要相談	【資格】文部科学省後援 硬筆書写技能検定最高位１級	応相談	・要交通費 ・テキスト代1000円程 ・他都度相談	R7.11.5	R7.11.5
33	講師	美容・食・ライフスタイル	女性のからだにやさしい 50歳からのヨガ	背中、ウエスト、ヒップアップ、引き締めなど、いつまでもきれいな身体のラインづくりを教えます。	市内全域	【資格】JADP認定シニアヨガインストラクター 【経験】30数年の経験、少人数のレッスンを開催中。	応相談	応相談	R7.12.2	R7.12.2
34	講師	美容・食・ライフスタイル	所作と着付け教室	女性の心と身体を整える日本文化をお伝えする楽しい講座です。 ひとりひとりの個性に合わせた着こなしで、心地よい着物ライフを楽しんでみませんか。	市内全域 平日 １０時～１７時	【資格】着装師、着付助教授、きもの文化検定１級、日本所作協会公認インストラクター 【経験】九州大学日本文化イベント、美ライン着付け＆所作教室「花楽（はなたのし）」主催。	応相談	応相談	R7.12.2	R7.12.2
35	講師 その他	教養（ビジネス･語学･旅行） 心理	コミュニケーション講座 時事問題の講演	数多くのスクープを発出、３８年に及ぶ現場記者生活を経て、現在コミュニケーション講座や時事問題の講演を行っています。	市内全域 平日	【資格】キャリアコンサルタント・産業カウンセラー 【経験】TV報道現場取材３８年	応相談	交通費ほか応相談	R7.12.14	R7.12.14
36	講師	医療・福祉	老化に伴う疾患の 事前の予防講座	老化に伴う疾患の事前の予防を講座で教えます。白内障・糖尿病・骨粗しょう症など。	市内全域 平日	【資格】柔道制服教員免許 【経験】長年にわたる指導・講演経験あり	応相談	応相談	R7.12.15	R7.12.15

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
37	講師	和裁	着物の文化を守る	着物の価値を再認識し、着物を通して文化との接点を増やします。 シニアのつながりを深め、楽しく有意義な活動です。	中央区 平日のみ	【資格】和裁・着付け・中学校家庭科教員免許 【経験】和裁講師経験あり	応相談	応相談	R7.12.15	R7.12.15
38	講師 その他	手芸・クラフト	ソング＆リズム体操® バルーンアート 脳トレゲーム	50歳～90歳代の運動指導、健康づくり体操、認知症予防の脳トレゲーム、バルーンアート指導、クラフト作成指導、レクレーション指導など行っています。	市内全域 １０時～１７時	【資格】ソング＆リズム体操トレーナー、レクレーションコーデイネーター 【経験】脳トレゲーム、クラフト、バルーンアート、レクレーション指導	応相談	要交通費 材料費・謝礼 応相談	R7.12.18	R7.12.18
39	講師 その他	その他	”終活”に関するセミナー ソング＆リズム体操®	“終活”に関するセミナーです。エンデイングノートの書き方や実家・自宅の終活片付けを教えることができます。ソング＆リズム体操®はネオシニア向けの体操教室です。歌いながら音楽に合わせて身体を動かしたり体操したりします。	市内全域	【資格】生前整理アドバイザー、リズム＆アドバイザー®リーダー	応相談	要交通費 実費	R7.12.18	R7.12.18
40	講師	手芸・クラフト IT（Adobe）	マルチクリエイター	3Dプリンター・レーザーカッターのオペレーション・制作。機器によっては事前調査・習熟が必要。写真、動画撮影、SNSの投稿の許可。※顔のモザイク可能。 動画編集：PP,AE,PS,Ai。ハンドメイドアクセサリー（レジン）の制作指導(※要・材料、設備）	平日 時間応相談 公共交通機関使用	【資格】調理師免許、専門調理師免許、フードスペシャリスト、カラーコーデイネーター3級、マイクロソフト オフィススペシャリストWord2003 【経験】大手商業施設の子供施設にて指導経験あり。レーザーカッターとPGでロボット、図画工作など。	1～2か月前の予約希望	要交通費 材料費・謝礼 応相談	R7.12.19	R7.12.19
41	芸能披露講座	その他 （博多にわか）	博多にわか にわか教室	江戸時代から続く庶民の娯楽「博多にわか」をご一緒に楽しみませんか。にわか面を着用した演者たちの博多弁によるユーモアやオチの美学が楽しめます。 イベントでの芸能披露だけでなく、「にわか教室」の出張講座もできます。自分でにわかを作ってみませんか？にわかは周りの人を楽しくします。お金はかかりません。頭の体操になります。	市内全域	【経験】長年にわたり、博多どんたく、山笠等の祭り、町家ふるさと館、公民館、老人ホーム等で博多にわかを演じています。	応相談	要交通費	R7.12.20	R7.12.20
42	講師	心理	コミュニケーション（傾聴）講座	産業カウンセラー、キャリアコンサルタントの長年の経験を活かして、コミュニケーションに関わる各種講座を行います。また、カウンセリングも行いますので各種イベントでも活用いただけます。	市内全域	【資格】 産業カウンセラー、キャリアコンサルタント 【経験】 長年の指導や講演経験あります。	応相談	要交通費	R7.12.20	R7.12.20
43	講師	医療・福祉	ママティール 優しく触れるタッチケア	皮膚にアプローチして心と体をリラックスさせるスキンシップ法です。父母子間・夫婦間の絆形成や不安・心配・ストレスの軽減につながります。	応相談	【資格】看護師、認知症ケア指導管理士 【経験】市内公民館等で指導	応相談	交通費実費 謝礼 ￥5,000～	R8.1.8	R8.1.8
44	講師	医療・福祉	認知症緩和ケア （新感覚のリラクゼーション：ハンドマッサージ）	QOL（日常生活の質の向上）のため、触れる大切さをお伝えしします。一般的なマッサージと違いとても優しく触れる施術で、慢性的な痛みや不安や心配を和らげます。	応相談	【資格】看護師、認知症ケア指導管理士 【経験】市内公民館等で指導	応相談	交通費実費 謝礼 ￥5,000～	R8.1.8	R8.1.8
45	講師 その他	美容・食・ ライフスタイル	料理教室 栄養講座	年代別に適した料理メニューの指導講座や食べ方・食材・栄養に関する栄養講座などを行います。	市内全域	【資格】管理栄養士、調理師、栄養学修士号	2か月前の予約希望	要交通費 材料費他応相談	R8.1.10	R8.1.10
46	講師	医療・福祉	セミナー講師 アロマ施術	医療介護についてのセミナー。 メンタルヘルスを目的としたアロマトリートメント・マインドフルネス指導でリラックスや癒し効果を教えることができます。	市内全域 平日・日祝日 時間　応相談	【資格】看護師、専門学校教員、アロマセラピスト 【経験】長年にわたる指導・経験あり	1か月前の予約希望	交通費実費 材料費500円 その他応相談	R8.1.11	R8.1.11
47	講師	美容・食・ ライフスタイル	ゆっくり生涯運動・ゆっくりしなやかエクササイズ	健康運動メソッドを活用した全身運動を教えます。ゆっくりしなやかエクササイズはどなたでも楽しく学べます。	市内全域 平日	【資格】英国公認国際指導員ディプロマ取得 【経験】健康運動メソッド指導歴４５年	1か月前の予約希望	要交通費 その他応相談	R8.1.11	R8.1.11
48	講師	美容・食・ ライフスタイル	ほぐしエクササイズヨガ	ほぐしをベースにしたストレッチヨガです。 無理なく楽しく学べます。	西区・中央区 平日・時間応相談	【資格】RYT200ヨガ、IHTA国際ヨガ 【経験】指導経験あり	応相談	要交通費 その他応相談	R8.1.14	R8.1.16

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
49	講師 その他	医療・福祉 ICT・パソコン	仕事と介護の 両立支援コンサルタント	企業と従業員へ介護離職防止に関するセミナー、社内の実態調査アンケート、個別面談などを提供し、顧問相談窓口として活動を行っています。市民向け等の出前講座や講演も承ります。	市内全域 平日・日祝日 ９時～１８時	【資格】主任介護支援専門員、産業ケアマネ2級、ワークサポートケアマネジャー 【経験】介護現場10数年の経験を活かし、学生から医療介護専門職への講演実績があります。	応相談 （最低1ヶ月前には要予約）	不要	R8.1.15	R8.1.16
50	講師	その他	「A4用紙1枚に綴る自分史」 作成ワークショップ	話し、聞きあいながら、自分のこれまでを振り返り、A4用紙1枚に自分史としてまとめる講座です。対話を通して思い出や気持ちを整理し、「私のこれから」を考えるきっかけや、大切な人に残したいメッセージを言葉にしていきます。50～60代、70～80代以上と年代別に開催し、それぞれの人生段階に合わせた内容で進めます。1回2時間、全4回以上の連続講座として、書くことより対話を重視して、無理なく、安心して取り組める場を大切にしています。	応相談 ※１か月前には要予約	【資格】自分史活用推進協会 自分史活用アドバイザー、NLPプラクティショナー、交流分析２級 【経験】２０年以上の市場調査座談会インタビュアー、ワークショップの企画・実施も経験。	応相談	交通費・材料費 (資料代)実費	R8.1.15	R8.1.16
51	講師	その他	自己紹介、 ちょっと苦手な人のためのワークショップ	自分の「好き」を手がかりに、自己紹介を考えるワークショップです。決まった自己紹介文をつくることや、上手に話すことを目的とする講座ではありません。「好き」をたどりながら、自分の中にある考えや気持ちを、あらためて言葉にしてみます。話してみたい、聞いてみたいと思える自己紹介を体験し、最後に1分間の自己紹介を実践します。120分・1回完結の講座です。	応相談	【資格】自分史活用推進協会 自分史活用アドバイザー、NLPプラクティショナー、交流分析２級 【経験】２０年以上の市場調査座談会インタビュアー、ワークショップの企画・実施も経験。	応相談	交通費・材料費 (資料代)実費	R8.1.15	R8.1.16
52	講師	美容・食・ ライフスタイル	小顔ヨガ＆椅子ヨガ教室	日頃使ってない筋肉を動かして、元気な身体を目指します。小顔ヨガでは、お疲れ顔をリフレッシュして、お顔の土台を整えて表情豊かな顔ができるように、心からの笑顔になれるようにレッスンしていきます。元気な身体と心からの笑顔を手に入れることができる楽しい教室です。	応相談	【経験】福岡100プラザや公民館で長年指導しています。	応相談	交通費・材料費 など	R8.1.14	R8.1.25
53	講師	教養 （ビジネス･語学･旅行）	映画名作講座	映画は文学をなぞっているわけではありません。映画はどこまで文豪の意図を具現化し、肉薄し、時に超えたのか。 ポイントとなるシーンをDVDで鑑賞しながら、映画と文学の比較をみなさまと一緒に愉しみたい講座です。	市内全域	【経験】作家・映画評論家。テレビ局コメンテーター出演。地元新聞・雑誌にコラムやエッセイを執筆。	応相談	交通費実費 他応相談	R8.1.30	R8.1.31
54	講師	教養 （ビジネス･語学･旅行）	エッセイを書こう 自分史講座	生きてきた証、自分の人生を書いてみよう。平易な文章でわかりやすく、時代ごと（幼児期・小学校時代・中学校時代・高校時代・大学・社会人・・・）に割って出来事、エピソードを書き綴れば「自伝」が出来上がります。	市内全域	【経験】作家・映画評論家。テレビ局コメンテーター出演。地元新聞・雑誌にコラムやエッセイを執筆。	応相談	交通費実費 他応相談	R8.1.30	R8.1.31
55	講師	医療・福祉	①年齢層などに応じた体操や運動 ②認知症の講座や予防にまつわる体操	①日常生活では刺激が少ない部位への運動や体操を解説を交えて教えます。 ②認知症に関する座学だけでなく予防に関連した体操を行いますので楽しく学べる実践的講座になります。	市内全域	【資格】理学療法士、認知症キャラバンメイト 【経験】病院・高齢者施設で３０年以上の実績。 公民館での体操・認知症講座を長年継続中。	応相談	応相談	R8.1.26	R8.2.2
56	講師	その他	終活・遺言・相続に関する支援活動 （セミナー・相談会など）	終活・遺言・相続についての勉強会や個別相談を行うことができます。　また「これからの安心と、より自分らしく生きる」ためのエンディングノート教室も対応可能です。	中央区	【資格】行政書士・終活ライフケアプランナー・相続診断士 【経験】福岡100プラザでのタメシバ講師や相続会・セミナーで指導経験あり	応相談	応相談	R8.2.6	R8.2.14
57	講師 その他	終活 その他	終活 家財整理、福祉・遺品整理	「実家のレスキュー（救急）整理」 「もしも」を「いつも」の安心に・・暮らしを整える、未来への整理。終活に向けての様々なお困りごとの相談をお受けし、解決します。家族を介護で終わらせない・・プロが作る、新しい実家のカタチをお手伝いします。お困りごと、かたづけのプロにご相談ください。	市内全域	【資格】内閣府認定メンタルケアスペシャリスト、一般社団法人スペック遺品整理施行士・終活サポートライセンス、かたづけアドバイザー 【経験】長年の経験があります。	応相談	応相談	R8.1.20	R8.2.20
58	講師 その他	福祉・医療 住環境アドバイス	介護 福祉整理・住環境デザイン	できれば自分の家で最後まで暮らしたい。　ご高齢者の住環境のお困りごとを解決します。単なる「かたづけ屋」ではなく、最後までその人らしく、安全に暮らすための環境づくりをお手伝いします。「かたづけ」は単なる作業ではなく、これからの暮しを守る備えです。高齢者の『できる』を住環境の工夫で、ひとつでも増やし、安心をもたらすレイアウトに変えませんか？	市内全域	【資格】内閣府認定メンタルケアスペシャリスト、一般社団法人スペック遺品整理施行士・終活サポートライセンス、かたづけアドバイザー 【経験】長年の経験があります。	応相談	応相談	R8.1.20	R8.2.20

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア 条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
59	講師	その他 建築関係	高齢者の住まいを 暮らしやすくするヒント	高齢者住宅の間取りや、介護が必要な方がいらっしゃる住宅設備環境等の相談を承ります。	西区 平日 ９時～１６時	【資格】2級建築士、住環境コーデイネーター３級	応相談	要・交通費 ほか 応相談	R8.2.14	R8.2.22
60	講師	その他	チェアヨガ・棒ヨガ・ヨガ	優しいヨガ教室です。無理のない動きとゆっくりとした呼吸で体をほぐし筋力、バランスを維持し転倒予防、姿勢改善、肩こり、腰痛予防にも効果的です。体が硬い方、運動が苦手な方でも安心です。各種イベントの参加も可能です。	市内全域 月曜日を除く １０時～１６時	【資格】全米ヨガアライアンス（RYT200）終了、 IHTA認定ヨガインストラクター1級、 IHTA認定シニアヨガインストラクター、 IHTA認定チェアヨガインストラクター、ブレインアロマ認定講師、ビューテイーアロマクラフト認定講師	応相談	要・交通費 ほか 応相談	R8.2.25	R8.2.27
61	講師	その他	チェアヨガ、ヨガ棒、ヨガ	ご自分のペースで楽しく学べる講座です。初心者にも無理なく優しいヨガ教室です。体が硬い方、運動が苦手な方でも安心です。チェアヨガ、マットヨガ、ヨガ棒、どなたでも参加できます。楽しく学べて心も身体も健やかに！！各種イベントへの参加も可能です。	市内全域 日時は応相談	【資格】RYT200終了、IHTA認定ヨガインストラクター１級、 IHTA認定シニアヨガインストラクター、 IHTA認定チェアヨガベーシック 【経験】高齢者のチェアヨガの指導ほか通所リハビリ・グループホーム等での実績あり。	応相談	要・交通費 ほか 応相談	R8.3.6	R8.3.7
62	講師	ICT・パソコン	プログラミングを学ぼう！ （全世代型）	PC～スマホまで簡単なプログラミングを学んでみませんか？Python（大人・小学生・中学生）、scrach（小学生向き）など。 プログラミングによるドローン操作もできます。	城南区 早良区	【資格】中学校・高校教員普通免許（理科）、ドローン操作 【経験】プログラミング講師経験あり（情報２種免許）	応相談	交通費実費 その他 応相談	R8.3.7	R8.3.8
63	講師	その他	読み聞かせ、子育て支援、保育者相談、生け花（簡単にできる）	講座、実践活動、座談会、サークル等さまざまな活動形態が可能です	市内全域 平日は夕方以降 土・日祝日は、 全日対応	【資格】乳幼児教育関連全般、保育士、幼稚園教諭、子育て支援士、池坊生花 【経験】長年指導経験あり	応相談	交通費実費・材料費実費・その他 応相談	R8.3.7	R8.3.8
64	講師	教養 （ビジネス･語学･旅行） 心理	未来の姿を考える （シナリオプランニングを使った自己発見）	「シナリオプランニング手法（現在から未来を想像するのではなく、未来社会を想定し、逆算して未来への自己のあり方を探索する）」参加者3～５名程度のグループワークにより成果物を作成します。	市内全域	【資格等】キャリアコンサルタント、社会福祉士 【経験】コミュニケーションセミナー、キャリア支援セミナーなど	応相談	要・交通費、材料費 ほか応相談	R8.3.8	R8.3.11
65	講師	その他 （環境問題）	地球温暖化防止活動	環境問題をやさしく教える出前講座です。	市内全域 時間応相談	【資格】 福岡県地球温暖化防止活動推進員、福岡市脱炭素カードゲームファシリテーター、緑のコーデイネーター	応相談	交通費実費	R8.3.15	R8.3.15
66	講師	その他	家にある着物で楽しむやさしい着付	日常に着物を取り入れて楽しめるようお手伝いをします。ご自宅に眠る着物の活用をお教えします。手結びでの着付けを 基本に、自分で着る方法や、家族への着付けも楽しく学びます。参加者は、着物・長襦袢・帯（名古屋帯）・帯まくら・帯板・肌着・足袋・伊達締め等を持参していただきますが、着物を新しく購入する必要はありません。	中央区・南区 金曜～日曜日	【資格等】着付け講師 【経験】長年指導しています	応相談	要・交通費、材料費 ほか応相談	R8.3.13	R8.3.16
67	講師	その他	ヨガ （マットヨガ、チェアヨガ、アロマヨガ）	タオルやボールを使って無理なく筋肉を動かしたり気持ちよく体を動かすヨガを伝えます。	東区 平日・日祝日 １０時～１９時	【資格】リアンアカデミーベーシックヨーガ認定インストラクター、リアンアカデミーアドバンスコース認定インストラクター、全米ヨガアライアンスRYT200 【経験】長年、小学生～80歳代の方を指導しています。	応相談	交通費込み ￥4,000	R8.3.13	R8.3.18
68	講師	その他 （体操）	「OTK Sumiko」大人の体操教室	呼吸法・ストレッチ等。職場等で体操服に着替えずに、いつでも、どこでもできるものから、体力トレーニングまで幅広く体を動かす。	市内全域	【経験】福岡県立久留米高等学校4年、春日高等学校19年、修猷館高校19年、保健体育教諭	応相談	交通費 謝礼 応相談	R8.3.18	R8.3.18

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
69	講師	教養（ビジネス･語学･旅行）	日常英会話	楽しい日常英会話（初級）をやさしく教えます。 出張講演・テレビ講演も承ります。	南区 金曜日 １０時～１７時	【資格】中学・高校教員免許、調理師免許、英検2級(準１級・高２で取得) 【経験】教師歴あり。公立高校、私立高校で３８年以上。	応相談	応相談	R8.3.19	R8.3.21
70	その他	医療・福祉 美容・食・ライフスタイル その他	愛♡幸せ♡感謝★無限大∞★ ありがとうございます。	クリニカルアロマスペシャリスト、フードアナリスト、整理収納アドバイザー、猫ボランティアなどの特技を活かしてオリジナルな講座をいたします。	市内全域 平日 時間は応相談	【資格】日本アロマ協会　アロマテラピー1級、AEAJアロマセラピーアドバイザー、整理収納アドバイザー、環境カオリスタ、食品衛生責任者、フードアナリスト、クリニカルアロマスペシャリスト(リンパトレナージュ)、ソシオエステティックエステシャン、介護職員初任者研修課程終了 【経験】長年続けています。	応相談	交通費・材料費・その他 応相談	R8.3.19	R8.3.21
71	講師	医療・福祉	楽しく続けられる やさしいストレッチ教室	自らの体調不良を改善した経験とスポーツジムで20年以上学んだ知識を活かし、高齢者の方や運動が苦手な方でも安心して取り組めるストレッチを指導します。 椅子に座って出来る運動や無理のない動きで、肩こり・腰痛・血流改善・転倒防止など、日常の不調改善をめざします。 一人ひとりの体調に合わせ、楽しく無理なく続けられる内容を大切にしています。	市内全域(博多、中央、南を中心に対応)※他地域も可。時間:平日10～15時の間で開始時間を相談 会場・移動距離で調整をお願いする場合あり	【資格】ヘルパー2級・防災士 【経験】スポーツジムにて20年以上の運動・身体づくり経験 、自身の体調改善を実現した実体験あり	応相談	応相談(内容・人数・時間・会場により調整) 目安：60分 3,000円～ 4,000円程度、 交通費別途(福岡市内) ※小人数・短時間の講座もご相談ください	R8.3.20	R8.3.22
72	講師	その他	暮らしの書 レクリエーションダンス	現在100プラザ博多でシニア教室の講師として活動中。 【くらしの書】冠婚葬祭の表書き、自分の住所氏名、平仮名の基本、葉書手紙の宛名書など、日常で役立つ実用的な美しい文字を毛筆やペン字で学べます。季節の言葉や短冊・色紙作品なども楽しめ、初心者でも気軽に体験する事ができます。 【レクリエーションダンス】"いつでも・誰でも・すぐに踊れる"をモットーに振り付けられたダンスです。今流行りの歌、演歌、ポップス、民謡、童謡など自由に選択し　簡単な動作を繰り返す踊りで若い方から高齢者まで楽しく健康作りが出来ます。	市内全域	【資格】書道、書写検定一級、毛筆、硬筆、レクリエーションダンス指導者、日本フォークダンス連盟4級 【経験】梅光書道教室30年、小学校卒業証書記名、町公民館書道講師 【賞】文部科学省認定書写検定（文部科学大臣賞受賞）	応相談	応相談	R8.3.10	R8.3.27
73	その他	アート・イラスト・絵画	レトロポップアーティスト アクリル画教室 イラスト教室 イラストボード作り教室	アクリル絵の具を使ったトールペイントやイラスト、最近ではデジタルイラストを手掛けるイラストレーターです。福岡県美術協会会員として実績を活かし、アートの楽しさを誰にでも分かりやすくお伝えしております。 講座では、木製のボードにアクリル絵の具でキャラクター、動物、お花、干支のイラストをモチーフに描くトールペイント体験を行ないます。子どもから大人まで、それぞれのペースやレベルにあわせた指導を行ない、絵が苦手な方や初心者の方でも安心して参加できるように、下書きや工程を工夫し、短時間でも満足度の高い内容に仕上げていきます。どんな内容でもご相談ください。	市内全域 平日 時間は応相談	【資格】福岡県美術協会会員、トールペイント講師 【経験】福岡県美術展デザイン部門にて福岡県教育委員会賞、西日本シテイ財団賞、奨励賞、福岡市美術展デザイン部門にて奨励賞、早良南図書館「おはなしの部屋」壁面画担当、公民館イベントポスター、パズル雑誌イラスト掲載「満点まちがい絵さがし」、九州大学サークル広報誌装丁、ぬりえっこ！イラスト、ワークショップ、小学生対象のアクリル画ワークショップ、福岡フラワーショー開催に向け一人一花運動で公民館に階段アート(公民館にて開催)、個展（アクロス福岡、ともてらす早良）	応相談	材料費@500～1,000円 交通費 その他 応相談	R8.3.21	R8.3.27
74	講師 個人相談 指導	医療・福祉	リューマチ・膠原病・ アトピー・喘息の食事講座を、 闘病期から。	リューマチ・膠原病・アトピー・喘息の原因悪化する悪い食べ物・生活とは何か？　改善する良い食べ物・生活とは何か？　その法則と治療法、目標などもアドバイスします。希望者には、最近の食事内容を見て相談の上改善を提案させていただきます。	南区	【資格】 食生活アドバイザー・薬膳コーデイネーター・心理カウンセラー講座受講経験 【経験】自然療法など治療の情報提供及び相談生活指導、講演会を長年行ってきました。30年間の経験による有効性・改善例などの蓄積情報があります。	応相談	応相談	R8.3.21	R8.3.28

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
75	講師	教養	一からはじめる水彩画	【水彩画】【絵手紙】初心者の方でも安心して楽しめる水彩画。短時間での絵葉書づくりなど、絵を描くことを楽しんでもらいたいと思います。	市内全域 応相談	【経験】水彩画・絵手紙教室の講師・デコレーター、文芸コンクールでの絵本の挿絵にて奨励賞を受賞。現在公民館などで水彩画講師を務める。フラワーアレンジメント・ラッピング・カラーコーデイネイト・ハーブコーデイネイト・カラーテラピスト・テーブルコーデイネーター	応相談	応相談	R8.3.21	R8.3.29
76	講師 その他	教養 手芸・クラフト その他	生活の中にもデイスプレイ	【デイスプレイ（装飾）】公的な空間やプラベート空間など、ご要望に合わせてデイスプレイ（装飾）いたします。またイベントや季節の催し（カレンダーマーケット）など、多くの資格を持った、デイスプレイのプロ、デコレーターが、ご要望に合わせて、かわいくも、ポップにも、スタイリッシュにも、おしゃれにも、華やかにも何でも彩り装飾いたします。	市内全域 応相談	【経験】職業として長年デイスプレイ関連の会社に勤務し、デコレーターとしての実績多数。実践を重ね資格取得。デコレーター・テーブルコーデネーター・ハーブコーデイネーター・フラワーアレンジント・カラーセラピスト	応相談	応相談	R8.3.21	R8.3.29
77	講師	心理 手芸・クラフト その他（読み聞かせ）	編み物中心に活動 読み聞かせ	幅広い年代の方々に小物づくり（手芸品等）を伝えます。子ども相手の読み聞かせをします。	市内全域 平日・日祝	【資格】手編物指導、カウンセラー（産業カウンセラー・ゲシュタルト療法） 【経験】長年にわたる指導経験あり	応相談	交通費・材料費・その他 応相談	R8.3.28	R8.3.29
78	講師	楽器・音楽	ピアノで脳の活性化	【ピアノレッスン】聞く・弾く・唄う・特に映画音楽を聞くことで、回想ができ、心身とも穏やかになり健康寿命に貢献できます。	市内全域 平日・日祝	【経験】音楽短期大学オルガン科卒、ヤマハピアノ・エレクトーン講師・個人ピアノ講師。ブライダル演奏やホテルやラウンジでの演奏経験あり・美術館ボランテイアピアニスト	要相談	要相談	R8.3.24	R8.3.31
79	芸能披露	楽器・音楽	ポップjazzピアノ 癒しのピアノ	【ピアノ演奏】懐かしの映画音楽　/　結婚式などのイベント　/ 高齢者施設 / などご相談に応じます。 高齢者にも認知症予防など音楽がもつ癒しの力で脳の活性化も期待ができます。（音楽療法）	市内全域 平日・日祝	音楽短期大学オルガン科卒、ヤマハピアノ・エレクトーン講師・個人ピアノ講師。ブライダル演奏やホテルやラウンジでの演奏経験あり・美術館ボランテイアピアニスト	要相談	要相談	R8.3.24	R8.3.31
80	講師	エクササイズ ダンス 健康	～からだのゆがみを整える～ 背骨コンディショニング教室	「背骨コンディショニング」とは、背骨や骨盤のゆがみを整え、その周りにしっかりと筋肉をつけていくことで、からだの不調を改善していく運動プログラムです。激しい運動ではなく、運動が苦手な方も安心して無理なく続けられるので、肩こりや腰痛でお悩みの方や、長時間のデスクワーク、赤ちゃん抱っこ世代のママなど、若い世代からシニアまで幅広く参加できる内容となっています。「整えるだけでカラダは変わる」楽しみながら、本来の自分の姿と健康を取り戻してアクティブになれる内容となっています。	中央区 南区 城南区 他エリア応相談	【資格取得】背骨コンディショニングインストラクター資格、マットピラティス資格、リフォーマーピラティス資格、ボディーメイキング資格 【活動経験】Jazzダンス、HIPHOP、テーマパークダンサーの経験を経て、ダンススクール代表として２２年間、活動をしている。ピラティス・ストレッチ・背骨コンディショニング教室を運営しながら、幅広い年齢層に寄り添った指導で多くの受講者から支持を得ている。	応相談	要交通費 他応相談	R8.4.14	R8.4.20
81	講師	医療・福祉	～誰かに話したくなる～ 知ると得する 「人のからだと健康つくり」	医学博士の資格取得、大学や各種医療機関の第一線で長年勤務した経験や知識に基づき、「人のからだのしくみ」において、わかりやすくまた話題性のある講座や講演をすることが可能です。高校生向けの講演から、「人体の不思議展」説明員などの経験もあり、人のからだの構造や働きを知ることにより、健康つくりの基本やきっかけづくりに役立つ講座やワークショップを楽しめます。また、専門分野の知見から「からだのパーツ」を掘り下げていくようなシリーズ化した内容も提案できます。	市内全域	【資格】 医学博士・獣医師免許証 取得、ドイツ・マインツ大学医学部留学（文部省派遣在外研究員）、佐賀大学医学部名誉教授（2022～）活水女子大学看護学部看護学科（～2024年）福岡国際医療福祉大学医療学部（～2025年）嬉野医療センター付属看護学校（現任）医療福祉専門学校緑生館専攻看護学科（現任）	応相談	要交通費 他応相談	R8.4.14	R8.4.20
82	講師 芸能披露	医療・福祉 その他 （健康・男女共同企画）	高齢者社会参加支援活動	手品・紙芝居・ビンゴゲーム・デジタルボーリングゲームほか・体の体操、頭の体操(ストレッチ体操、漢字クイズ、福岡ご当地クイズ、間違い探しクイズなど)・福岡市の福祉の紹介(介護、高齢者見守り、緊急通報システム、いきいきセンターなどのご紹介)・防犯、防災の話(詐欺被害対策、地震・火災時の対応)・健康講座(高血圧、転倒予防、認知症など)・みんなでおしゃべり(お笑い昭和の思い出ばなし)・男女共同参画の話(男女平等・ジェンダー平等)・発酵、麹の話(発酵伝道師による説明)・みんなで"かざぐるま"を作ろう・みんなで笑おう落語の世界(落語DVD鑑賞ほか)	市内全域	【資格】 防災士、民生委員・児童委員、サービス介助士、レクレーション介護士 【経験】 男女共同参画推進サポーター、消費生活サポーター、認知症サポーター、高齢者ふれあいサロン、男女共同参画地域講演活動など長年にわたり指導・講演の実績あります	応相談	交通費ほか都度相談	R8.4.17	R8.4.20

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
83	講師	美容・食・ライフスタイル	自分磨きで幸せオーラを「トータルビューティー」	美容師資格取得、サロンワーク・教育担当、ブライダル店・店長経験、ならびに理美容メーカーインストラクターとしての全国サロン提案業務活動や、福岡の大手美容専門学校講師など幅広い経験値があります。今「美容」というテーマにおいて、医療現場やシニア層など市場や時代に求められるニーズに対し、個人の価値観やライフスタイルに合った、「トータルビューティ」を提案いたします。また、受講された方が、新たな自分を発見し、前向きで笑顔になれるような、楽しく実践的な講座やワークショップを得意としています。	市内全域	【資格】美容師・福祉美容師、資生堂化粧セラピスト、色彩コーディネーター３級、ユニバーサルマナー２級、ホームヘルパー２級、障がい者ホームヘルパー２級、整容コーディネーター３級、難病患者等ホームヘルパー養成研修基礎課程１・アロマテラピー２級、ピンクリボンアドバイザー初級	応相談	要交通費他応相談	R8.4.14	R8.4.21
84	講師	ICT・パソコン	生成AI講座・SNS講座ほかワークショップ	生成AI基礎講座及び発展講座、各種SNSの始め方をはじめチラシ・資料・スライド作成等をお伝えします	市内全域平日・日祝日時間応相談	【資格】生成AIパスポート、Google AI essentials、TOEIC705点、着付け、バードライフアドバイザー【経験】AIコミュニテイ講座での講師とワークショップの実績ほか、長年の経験と指導実績あります	応相談	交通費・材料費・その他　都度応相談	R8.4.26	R8.4.27
85	講師	手芸・クラフト	縫わずに作る「インド刺繍リボンのポーチ」	裁縫が苦手な方でも大丈夫！針も糸も使わずにインド刺繍リボンのポーチが作れます※小学生も参加可能です（保護者同伴）	市内全域平日・日祝日１０時～１８時	【資格】N（ニット）ソーイングクラブ師範【経験】カルチャーセンター講師、ソーイング講師。長年続けています	応相談	交通費・材料費・その他、都度相談	R8.4.23	R8.4.28
86	講師	手芸・クラフト	はじめての「ビーズ刺繍」	一粒一粒丁寧に心を込めてビーズを刺すビーズ刺繍です。ブローチ、ピアスなどのアクセサリーやバックなども作れます！	市内全域平日・日祝日１０時～１８時	【経験】オートクチュールビーズ刺繍講師、ビーズデコ刺繍専任講師、百貨店での作品販売など、長年の指導経験と実績があります	応相談	交通費・材料費・その他、都度相談	R8.4.23	R8.4.28
87	講師	手芸・クラフト	着物のリメイクを楽しむ	使わなくなった着物に再び命を吹き込みアップサイクルして楽しみましょう！ポーチ、リースなど小物雑貨や洋服などご一緒に作りませんか？※小学生参加可能な講座もあります	市内全域平日・日祝日１０時～１８時	【資格】N（ニット）ソーイングクラブ師範【経験】ソーイング講師歴２８年、着物リメイクのドレス・ワンピースなどオーダー品の縫製など長年続けています	応相談	交通費・材料費・その他、都度相談	R8.4.23	R8.4.28
88	講師	その他（リンパヘルスケア）	リンパヘルスケアあへあほ体操	身体の日常の使い方をお伝えするリンパセルフケア講座。（札幌発）あへあほ体操は、あへあほ～の発声により腹膜筋を活性化させ体を動かすと代謝アップになります。呼吸も深くなり、ダイエット効果も抜群！※椅子での体操もあります	市内全域	【資格】あんま、マッサージ、指圧師、あへあほインストラクター【経験】長年の実績と指導経験、オンライン指導もあります	応相談	交通費実費	R8.4.24	R8.4.28
89	芸能披露講師	楽器・音楽	コンサート、ライブ、イベント出演アコースティックギター教室	福岡市内を中心に活動しています。懐かしい７０年代のフォークソングを中心に演奏活動を行っています。フォークソングコンサートなどの音楽イベントを開催して、ご一緒に楽しみませんか。	市内全域	【経験】フォークギター教室講師、福岡100プラザシニア教室、音楽バンド活動の経験10年以上あります。	応相談	応相談	R8.4.4	R8.5.6
90	講師その他	その他デザイン制作	各種デザイン制作講座	チラシ、リーフレット、パンフレット等の制作も引き受けます。各種広告全般をわかりやすく教えます。	市内全域	【経験】広告デザイン業務（リーフレット、パンフレット、屋外広告等）を長年にわたり継続中。	応相談	応相談	R8.4.4	R8.5.6
91	講師	美容・食・ライフスタイル	タッチケアセラピーで心と身体の美容を	介護と美容のプロが「笑顔」「元気」「自立支援」を全力でサポートし、初めての方でも楽しく学べ体験できる講座です いつまでも笑顔で元気に！自分らしく！外見のケアだけではない「生きがい」をサポートします	市内全域平日のみ時間は応相談	【資格】介護美容セラピスト協会認定セラピスト、介護初任者研修終了、ガイドヘルパー、化粧品検定１級【経験】長年スキンケアアドバイザーや介護を経験。現在はタッチセラピーを通して地域貢献や多世代交流の場を提供する活動を多く行っています。	最低１か月前	要・交通費ほか都度相談	R8.5.7	R8.5.9
92	講師	その他	脳トレ音読表現講座	「音読・表現」は、気持ちよく声を出しながら、脳活トレーニング、口腔フレイル予防にもなります。自由なセリフ表現では、思いっきり感情を解放して発散して、楽しんでみましょう。自分らしさや人生の経験が活かせる、声と心が響きあい、そして整う講座です。	市内全域平日・日祝日時間は応相談	【経験】プロの俳優・ナレーターなど、芸能プロダクションでの演技講師歴30年以上。専門学校声優学科での指導も15年以上の実績あり。演じるための声塾・塾長、オフィス音楽物語 代表	応相談	要・交通費ほか都度相談	R8.5.13	R8.5.14

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
93	講師 芸能披露	医療・福祉 手芸・クラフト	あそびの館	バッタやエビやトンボなど 自然物や廃棄物の活用の手芸を楽しみながらお伝えします。	市内全域	【資格】アマチュア無線技士２級、漢検１級、環境自然教育マイスター（県・市） 【経験】長年の経験、イベント・講演実績があります。フェイスブックでの投稿多数。	応相談	交通費実費 ほか都度相談	R8.5.17	R8.5.17
94	講師	ICT・パソコン	AI講座をはじめ 各種SNS講座 を楽しく学ぼう！	初心者も大歓迎！スマホ講座やSNS講座、AI利活用講座をはじめ、　システム開発マネジメント支援、バックオフィス業務DX支援、プロジェクトマネジメント支援まで幅広くお伝えします。	市内全域	【資格】基本情報技術者、IBM DB2ファンデーション 【経験】デジタルマーケテイング支援、システム開発（設計・開発支援・プロジェクトマネジメント）支援等を長年継続中	応相談	交通費（公共交通機関交通費相当額）、講師料	R8.5.29	R8.6.1
95	講師	ICT・パソコン	シニアのための デジタル活用術！ ホームページ作成と 一歩進んだAI（人工知能）講座	地域の活動、サークル、趣味の記録に役立つホームページ作りを基礎から学びます。 さらに、日々のちょっとした不便を解消する便利なアプリの使い方や、話題の「生成AI」を使って文章や画像、アイデアを自動で作る体験も行います。 長年の指導実績を持つ講師が、専門用語を使わずゆっくり解説しますので、パソコン操作に自信がない方でも安心してご参加いただけます。	市内全域	【資格】Oracle Certified Java Programmer, Bronze SE、Oracle Certified Java Programmer, Silver SE 【経験】Java,PHP,Python,HTML,CSS3,JavaScript,各種RDBMS,Google App Script,生成AIを利用したWebサイトやWebアプリ制作,その他システム開発 長年、指導経験、講演経験あり	応相談	交通費ほか応相談	R8.5.31	R8.6.1
96	講師	ライフスタイル パーソナルカラー	パーソナルカラー診断	【素肌を目指すスキンケアの選び方+セルフマッサージ講座】 年齢を重ねても素肌をイキイキと綺麗を目指しましょう。肌質に 合わせた、クレンジングや・化粧水・オイル、乳液、日焼け止め の正しい選び方とリフトアップに効果的なセルフマッサージの講 座を実施します。	市内全域	【資格】パーソナルカラー診断士、エステシャン、セラピスト	約1か月前	要相談	R8.6.2	R8.6.5
97	講師	ライフスタイル パーソナルカラー	パーソナルカラー診断	【自分のパーソナルカラー+似合わせメイクを知りましょう】 セルフパーソナルカラー診断を行います。自分に合うカラーのお洋服選びや小物類、男性はネクタイ選びを 知るきっかけに。また、似合わせメイク講座では、似合うファン デーション・アイメイク・口紅・チークなど選びをお教えします。　自分に合ったおしゃれをしてさらにイキイキと元気はつらつに健康寿命を伸ばしましょう。	市内全域	【資格】パーソナルカラー診断士、エステシャン、セラピスト	約1か月前	要相談	R8.6.2	R8.6.5
98	講師 その他	バルーン アーテイスト・ 芸能披露	バルーン教室 バルーンアートギフト バルーングリーテイング バルーンフォトスポット装飾 ステージイベント出演 ※ジャスミンバルーン代表	バルーン教室では、プロ仕様のバルーンを使って、入門から中級まで教えます。初めての方もOKです。鮮やかな色彩のバルーンでお花や動物など、楽しみながら製作いたします。また、フォトスポット装飾やステージイベント出演、バルーングリーテイングなどもいたします。	市内全域	【資格】バルーンアーテイスト 【経験】小学校・学童・幼稚園・保育園・病院・高齢者等福祉関係、商店街、地域のお祭りなどにも出向きます。オリジナルキラクター『ピョンちゃん』がバルーンイベントを盛り上げます。	平日は2週間前 土日は1か月前	応相談	R8.6.5	R8.6.9
99	講師	その他	からだに笑顔を！ 筋トレ体操	年齢を重ねても「自分の足で歩ける」からだづくりを目指しましょう！ ～心に健康・身体に笑顔～をモットーに、楽しくボデイメイクをする様々なメニューを取り揃えています。アメリカでの活動経験もあり、英語での指導も可能です。 ※用具（ボール・チューブなど）がある場合は、応じたメニューで講座をすることが可能です。	中央区希望 平日希望 時間要相談	【資格】AFAA認定インストラクター、健康体操指導者 【経験】ステップ指導、ボクササイズ、脳トレ体操、エアロビクス、筋トレ、ストレッチ他メニュー多数。英会話講師、小学生ALT（英語指導補助）	応相談	・要交通費 ・他要相談	R8.6.5	R8.6.10
100	講師 アドバイザー	ICT・パソコン	ITコーディネーター	町内会・自治会のDX化を進めています LINE（LINEワーク・公式アカウント等）を活用したデジタルシフト＆オープンマインドをバランスよくアドバイスします	応相談	【資格】経済産業省推奨資格　ITコーデイネーター 【経験】自治協で指導・プログラム構築、町内会でIT推進指導アドバイザーなど	応相談	要交通費 ほか応相談	R8.6.16	R8.6.18
101	講座	美容・食・ライフスタイル	ワインの楽しみ方がわかる講座	な～るほど！ワインセミナー 入門編：ワインの歴史・ワインの造り方・ワイン用ぶどう品種・ ラベルを読む・グラスの選び方などがわかる 中級編：国ごとのワインの違い、ワインと料理の相性がわかる 上級編：ワインエキスパート、ソムリエなど資格取得に挑戦	市内全域 土日・祝日のみ	【資格】日本ソムリエ協会 ワイン検定講師NAPA VALLEY WINE ENTHUSIAST 【経験】ワインアカデミー講座、日本ソムリエ協会 ワイン検定	２週間前	交通費・材料費 その他応相談	R8.6.27	R8.6.29

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
102	講師	ICT・パソコン	AIであなた自身の分身を持とう　講座	貴方の経験や知見を残し活かす、貴方自身の分身AIを作成します。仕事の効率や知識を得るAI利用とは異なり、唯一無二の貴方自身のAIです。従来の自分史は、人生を記録するものですが、分身AIはその先があります。 例えば20年後。 未来のひ孫が「ひいおじいちゃん、はじめまして」と話しかける。 分身AIは人生、価値観、経験をもとに自然に会話を始め、新しい思い出が積み重なります。「人生を残す」のではなく 「人生が未来の家族と共に育ち続けます」	市内全域 平日 10～16時	【経験】Windows95以前よりインターネットマーケテイング、ウエブサイト設計制作、ネット販売を経験、12年前に集大成として電子書籍出版（Amazon）、新たなコミュニテイ＆メディアシステム開発＆あなたAIクローン展開。長年にわたり指導経験あり。オンラインでの講演多数	1週間前にはご依頼希望	交通費実費その他は応相談	R8.7.2	R8.7.4
103	講師	手芸・クラフト	ハンドメイドアクセサリー講座	初心者から作家デビューを目指す方まで、ハンドメイドアクセサリーの基本からオリジナルデザインの応用・販売（対面・ネット・SNS）方法まで幅広くレクチャーします。また、トレンドを取入れた楽しいワークショップをご提案します	市内全域	【資格】日本創芸学院ハンドメイド・クリエイター認定 認定番号845439368　最優秀成績賞受賞 【経験】長年にわたる経験と指導歴あり	応相談	要交通費実費、材料費お一人様￥1,000 その他応相談	R8.7.8	R8.7.10
104	講師	健康 美容・食・ライフスタイル	ノルディックウォーキング	森と湖、オーロラ、ムーミン、サンタクロースなどイメージさせるフィンランド発祥のノルディックウォーキングを長年指導してきました。専用の2本のポール使って全身の筋肉を動かす有酸素運動です。通常の歩行に比べてバランスを取りやすく、約90％の筋肉を活用し、脈や腰にかかる負担は軽減されます。部屋、スペースがあれば準備体操からウォーキングが可能です。時間は60～90分程度、用具は10～15名分準備可能です。これまでの経験、北欧の話などの講演もできます。	市内全域	【資格】JNWL公認ウォーキングライフマスター（11087）、スノーシュー上級指導員、自立体力検定士・水中ポールウォーキング（アクア）指導員、福岡スターノルディック・ウォーク会長、障害者スポーツ指導員	応相談	交通費ほか応相談	R8.7.8	R8.7.22
105	講師	健康 美容・食・ライフスタイル	笑いヨガ	童心に帰ってホッホッハッハッと笑いましょう。心身の健康に良い笑いを無理なく続けられる健康体操です。時間は30～60分です。	市内全域	【資格】日本笑いヨガ協会笑いヨガリーダー、障害者スポーツ指導員	応相談	交通費ほか応相談	R8.7.8	R8.7.30
106	講師	その他	書道・ペン習字教室	30年の通信添削における経験を踏まえ、丁寧な書道・ペン習字指導が可能です。 季節に合わせた内容や、筆耕など基本的な技術を教えます。	市内全域	【経験】書道団体にて30年のキャリア・段級位取得	応相談	要交通費 ※材料費テキスト代等	R8.7.11	R8.7.31
107	講師 芸能披露	ICT・パソコン・教養（ビジネス・語学・旅行）・楽器・音楽・心理・その他	これからの時代を 豊かに生きる学び講座	キャリア形成、生成AI・ICT活用、VUCA時代の生き方、健康、脳疲労、食生活、コミュニケーション、音楽（ロック・R＆R・フォーク等）ギター等をテーマに体験型・対話型で対応1on1も得意です。キャリア、AI、健康、音楽、教養を横断しながら「これからの時代を自分らしく豊かに美しく生きるヒント」を分かりやすくお伝えします。	市内全域	【資格】国家資格キャリアコンサルタント、防災士、GUGA生成AIパスポート 【経験】長年指導歴あり	応相談	応相談	R8.7.11	R8.8.4
108	講師	美容・食・ライフスタイル	ブレイン体操	動作・呼吸・意識を大切にしながら、簡単な動きで体・心・脳を整える体操です。体をたたく、振る、ねじる、伸ばすといった動きで体を温め、心を軽くし、頭をすっきりさせて、自然な笑顔を引き出します。椅子に座ったままでも行えます。所要時間は30～60分。どなたでも無理なく楽しめる、やさしい体操です。	市内全域 平日・日祝日	【資格】ブレイントレーナー・子どもブレイントレーナー 【経験】現、セラピスト、体操トレーナーとして公民館や学童保育、公園、イベント実施など活動しています	要相談	要相談	R8.7.23	R8.8.10
109	講師	その他	シニアピラティス体操	「呼吸」と「身体」を意識しながら、健康寿命を延ばすことを目指した高齢者向けの健康プログラムです。「ピラティス」のインナーマッスルを鍛える動きに、「ヨガ」の心を整え柔軟性を高める２つの要素を取り入れた内容になっております。	中央区 要相談	【資格】シニアピラティス体操指導者認定 （tomokoテクノスクール）	要相談	要交通費 他要相談	R8.7.31	R8.8.10
110	講師	外国人サポート	外国人向け日本文化教室 日本語教室運営 多文化共生イベント セミナーの企画運営	留学生・技能実習生・などの外国人の生活支援及びや就労支援などのセミナー開催を企画運営しています。また文化交流会などのイベントの企画と活動で、外国人を孤立させず、日本文化や風習などを実体験できる運営を行っています。これらの活動で、日本語や技術のレベルアップのサポートと企業で長く働けるような外国人財の定着支援を行っています。	市内全域	【経験】外国人生活支援、日本語指導、就労支援、生け花、フラワーアレンジメント講師、マナーインストラクター	応相談	応相談	R8.7.31	R8.8.10
111	講師	医療・福祉	シューフィッターによる 「足と靴の健康講座」	足に合った靴を選び、足の健康や歩行を支える専門家が足の状態の確認の仕方、足に合った靴の提案、正しい靴のはき方などを教える講座です。靴による足への負担やトラブルを減らし、快適で健康的な生活をサポートします。	市内全域	【資格】足と靴と健康協議会認定シューフィッター 【経験】靴型装具専門装具会社、工房のある靴屋勤務など	1か月前まで	応相談	R8.8.6	R8.8.10

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
112	講師	医療・福祉	筋肉道場-健康講座	初心者でも安心！運動習慣や健康づくりに関心のある方を対象に、足元から身体全体の健康を考えるプロによる健康講座と体験型ワークショップを実施します。	早良区・西区	【経験】ジムにて月一回トレーナーとして健康講座を開催中	1か月前まで	応相談	R8.8.6	R8.8.16
113	講師	福岡と博多の歴史・独自の自分史講座	「♡人生のスキマお埋めします」実行委員会	頭の健康寿命を延ばす最善の方法は、生涯にわたって知的好奇心を持ち続けることです。博多と福岡の歴史や人物から、誰も知らない、おもしろエピソードをたどって、子供や孫にも語れるネタを提供します。自分史作りは半生を見つめ直す内面の旅です。また家族や社会に残す貴重な記録でもあります。構成の方法や、素材集め、執筆まで、「ベストセラー自分史」を世に送った実績から、他とは違う自分史作りをお手伝いします。	早良区、西区、城南区、中央区、博多区	【経験】大学講座講師、カルチャーセンター講師、公民館講座講師、自分史講座講師、郷土の歴史講座講師、傾聴ボランティア、著述業	応相談	交通費ほか都度相談	R8.8.10	R8.8.18
114	講師	教養（ビジネス）その他	シニアのお金のはなし	NISA、投資、保険からクレジットカード、ポイ活、マイル活などお金にまつわる全般をお教えいたします。	市内全域 平日9時～17時	【資格】2級ファイナンシャル・プランニング技能士、宅建、財務、法務、税務各2級 【経験】金融業界における長年の実務経験あり	応相談	応相談	R8.8.20	R8.8.25
115	講師	手芸・クラフト	かんこ先生の折り紙教室	折り紙の折り方を楽しく学びます。色選びも自由なので、一人ひとりの個性や感性を感じることができます。折り紙は指先を使うため脳の活性化にもつながり、認知症予防や脳トレとしても効果が期待できます。季節を感じる作品づくりを楽しみながら、手先を動かし、交流を深めていきましょう。「楽しく！！折りましょう」を合言葉に、初心者の方も気軽にご参加いただけます。	市内全域 平日 14時～17時 土日祝 10時～17時	【資格】日本折紙協会認定講師 【経験】公民館をはじめ各種施設、カルチャースクールにて多数の指導実績あり。初心者から経験者まで、幅広い年代への指導経験を有する	応相談	応相談	R8.8.20	R8.8.30
116	その他	美容・食・ライフスタイル その他	着付けのお手伝い	発表会、卒業式、成人式、お茶会など、晴れの日のお手伝いをいたします。 また、夏まつりの浴衣、観光地での着付けボランティアにも取り組みます。	南区、中央区、博多区 平日・土日祝とも早朝と夜間以外	【資格】きものスペシャリスト、着付師、講師 【経験】発表会、卒業式、成人式、結婚式、お茶会での着付けや観光地での着付けボランティア活動	応相談	応相談	R8.8.20	R8.8.30
117	その他	その他	理容技術全般×福祉・介護支援	長年にわたり理容室経営に携わるとともに、理容技術者の育成・指導に従事してまいりました。理容師として培った技術と経験を活かし、介護・福祉分野との連携を通じて、高齢者や支援を必要とする方々の生活の質の向上に貢献したいと考えています。 特に、認知症の方や人生の終末期を迎えられている方への理美容サービスに関心を持ち、一人ひとりの尊厳と安心感を大切にした施術を心掛けています。ヘアカットや整容を通じて、利用者様の心身のリフレッシュや自己肯定感の維持を支援するとともに、ご家族や介護スタッフの皆様とも連携しながら、温かいケアの提供を目指しています。	南区	【資格】理容師 【経験】ヘアサロン経営、理容技術者の育成・指導、理容技術全般	令和9年４月より 応相談	応相談 要送迎	R8.8.27	R8.8.31
118	講師 その他	美容・食・ライフスタイル	セルフマッサージ講座	オイルやマッサージクリームを使ったハンドマッサージ、フットマッサージ、ヘッドマッサージを楽しく学びます。日常生活の中で気軽に取り入れられるセルフケアを体験しながら、自律神経を整え、心と身体をリフレッシュします。初めての方にもわかりやすく丁寧にお伝えしますので、安心してご参加いただけます。	博多区・南区・中央区	【資格】ムーンフォトセラピスト 【経験】公民館など10数年の実践経験あります	2か月前予約	応相談	R8.8.25	R8.9.2
119	講師	楽器・音楽	脳トレ音楽教室	音楽を楽しみながら心と身体を元気に！小中学校やピアノ・ウクレレ教室で長年指導し、病院・福祉施設での音楽ボランティア・演奏活動の実績を持つ経験豊富な講師による「脳トレ音楽教室」です。脳トレとして指先を使ったトレーニングや歌で心をほぐし、楽器の弾き方を楽しくやさしく教えてくれて、最後はみんなでアンサンブルや合唱という内容となっております。音楽を楽しみながら脳を若々しく保つ、初心者の方でも安心して楽しめる講座です。	早良区・西区・城南区 金～日曜	【資格】幼稚園教諭免許・小学校教諭免許・中学校教諭免許・高校教諭免許 【経験】小学校・中学校（音楽）教諭（14年）、ピアノ教室（30年）、ウクレレ教室、病院のデイケアサービスにて音楽ボランティア（10年）、子ども病院・老人福祉施設にて演奏活動。 【演奏や指導可能な楽器】 ピアノ・アコーディオンなどの鍵盤楽器、ウクレレ、オカリナ、マンドリン、リコーダーなど	１か月前予約	要交通費 他応相談	R8.8.20	R8.9.3

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
120	講師	楽器・音楽 その他	音楽で心ふれあう 笑顔のひととき	音楽を通じて心と身体をほぐすプログラムです。トーンチャイムを使った音レクレーションや鍵盤ハーモニカを使って意識的に呼吸したり、ご参加の皆様と一緒に作り上げる時間をお届けします	市内全域 平日・日祝日 午前中	【資格】音レクレーション認定ファシリテーター、SUZUKIケンハモ認定講師、ケンハモ音楽呼吸法トレーナー、SUZUKIピアノ指導グレード、リトミックディプロマB 【経験】長年、指導、講演を続けている	応相談	交通費実費 その他応相談	R8.9.5	R8.9.6
121	講師	教養（ビジネス・語学・旅行） その他	楽しく学べる「お金の話」	お金の話は、もうタブーではありません。ご自身のために、ご家族のために、これからの暮らしとお金について楽しく学んでみませんか。 ・老後資金の考え方と家計管理のポイント　・NISA・iDeCoなど非課税制度のやさしい活用法　・相続・生前贈与の基礎知識　・特殊詐欺や金融トラブルの予防と対処法　難しい専門用語はできるだけ使わず、身近な事例を交えながら分かりやすくお伝えします。将来への不安を安心に変えるヒントが見つかる講座です。	市内全域	【資格】証券外務員一種、ファイナンシャル・プランナー（FP2級）、独立系ファイナンシャル・アドバイザー（IFA） 【経験】証券会社などで30年以上にわたり金融・資産運用業務に従事。豊富な経験と知識を活かし、資産運用やライフプランニングに関するアドバイスを行っています。初心者にも分かりやすい解説に定評があり、各種セミナーや講演会での講師実績も多数。	2週間前	応相談	R8.9.9	R8.9.11
122	講師	ICT・パソコン その他	ワークショップ型創業支援	「話し合い」で終わらせない。対話から行動へ。公益財団での創業支援や行政の市民対話会で培ったファシリテーション経験をもとに、人と地域の可能性を引き出す講座・ワークショップを提供します。参加者同士の対話から新たなアイデアや挑戦を生み出し、地域課題の解決や事業創出につながる実践的な学びをお伝えします。 主なテーマ・地方創生と市民参加　・対話型ワークショップの進め方　・創業支援と地域ビジネス創出　・プロジェクトマネジメント実践術　・DX時代の情報活用と業務改善　・持続可能な地域づくりと共創	市内全域	【資格】初級システムアドミニストレイター、ファイリング指導者、プロジェクトマネジメントスペシャリスト、エコステージ評価員 【経験】大手複合機・プリンターメーカーに長年勤務、IT系企業営業顧問等を歴任後、地方創生支援に携わる	1か月前	応相談	R8.9.9	R8.9.14

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
123	講師	医療・福祉 美容・食・スタイル 心理 その他	体験から育つ 親子コミュニケーション体験型講座	地域の皆さまが安心して集い、交流できる場づくりに取り組んでいます。毎週開催するヨガサロンでは、心身の健康増進と仲間づくりをサポートしています。また、週末や春休み・夏休み・冬休みなどの長期休暇には、子どもから大人まで楽しめる体験型イベントを企画・運営し、世代を超えた交流や学びの機会を提供しています。さらに、子ども食堂の運営を通じて、食事の提供だけでなく見守りや支え合いの輪を広げる活動も実施。誰もが気軽に参加できる、温かく活気ある地域コミュニティづくりを目指しています。	市内全域 平日・日祝日 時間は応相談	【資格】メンタル心理カウンセラー、スポーツメンタルトレーナー、骨盤調整ヨガインストラクター、ロディヨガ（キッズヨガ）インストラクター。 【経験】メンタルケアや健康づくりをテーマに、長年にわたりヨガ指導や講演活動を実施。子どもから大人まで幅広い世代を対象に、心と身体の健康をサポートするとともに、地域コミュニティの活性化や居場所づくりにも取り組んでいます。	応相談	応相談	R8.9.13	R8.9.15
124	講師	その他	シニアライフカウンセラー上級と学ぶ！自分らしく安心して暮らすための終活準備＆家族・心のケア講座	高齢化社会におけるシニアライフの悩みや困り事を寄り添うカウンセラーが担当 特に相談・要望の多い　・家族葬・墓じまいの知識　・エンディングノート書き方指導。資料を持参し、受講者と一緒にワークを行いながら進める実践スタイルの講座です。ご本人や家族のこれからの人生を前向きに自分らしく過ごすためのライフプランケアを支援します	市内全域 平日	【資格】シニアライフカウンセラー、終活アドバイザー、視覚障害同行支援取得 【経験】授業の経験を生かし、高齢者のデジタル活用支援や終活サポートに従事。防犯協会に所属し、特殊詐欺対策にて、シニアの安心安全な暮らしを支援。	応相談	テキスト代（実費）ほか交通費、その他は応相談	R8.9.12	R8.9.16
125	講師	その他	シニア初心者歓迎！ スマホを味方にして 暮らしを楽しく便利にする 簡単スマホ活用講座	スマートフォンをよりよく使う推進協議会®☒　60歳以上やスマホが苦手な初心者を対象とするスマホ教室や講師育成。月60回以上のセミナー開催を記録。行政・商工会の依頼による、キャッシュレスやマイナンバーカードの講習実績有。各地の公民館12団体、ASKアクティブシニア交流会 等を継続的な団体サポート中。スマホの初心者の目線に立った親身な指導が好評。基礎知識からアプリの活用、行政の手続き、デジタル化社会への対応を実践的に便利に活用術を学びます。	市内全域 平日	【資格】シニアライフカウンセラー、終活アドバイザー、視覚障害同行支援取得 【経験】授業の経験を生かし、高齢者のデジタル活用支援や終活サポートに従事。防犯協会に所属し、特殊詐欺対策にて、シニアの安心安全な暮らしを支援	応相談	テキスト代（実費）ほか交通費、その他は応相談	R8.9.12	R8.9.16
126	講師	その他	スマホ時代の安心・安全！ニセ電話詐欺・SNS詐欺を防ぐ防犯対策と災害時に役立つスマホ活用術	シニア世代を取り巻く防犯・防災に関するセミナー開催。防犯面では、詐欺電話、SNS投資詐欺、ロマンス詐欺の手口を防犯協会の資料をもとに開催し相談窓口の活用法を伝授します。また投資詐欺に搾取されないシニアの資産運用も開催中。防災面では、災害に備えるスマホの活用や災害情報・避難情報の収集の仕方。家族の安否確認等「防災スマホ活用」地域での同行支援・助け合いのポイントなどを網羅し、いざと言う時に大切な人を守るための実践的な備えを身に付けます。	市内全域 平日	【資格】シニアライフカウンセラー、終活アドバイザー、視覚障害同行支援取得 【経験】授業の経験を生かし、高齢者のデジタル活用支援や終活サポートに従事。防犯協会に所属し、特殊詐欺対策にて、シニアの安心安全な暮らしを支援	応相談	テキスト代（実費）ほか交通費、その他は応相談	R8.9.12	R8.9.16
127	講師	教育・心理・福祉	笑ってつながる 脳トレ×コーチング	楽しく続けられる脳活動。脳トレとコーチングを融合し、なぞなぞ・テーブルゲームなどで、脳を活性化し、対話型コーチングで心の健康も同時に促進します。否定しないコーチングで良好な人間関係を構築し、仲間つくりと孤立防止を目指します。楽しく笑いながら気楽に参加できる講座です。また子育てやご夫婦間、また介護にも活かせるコミュニケーションとして家族コーチングも対応可能です。	西区を除いた市内全域	産業カウンセラー、中央労働災害、相談員、その他民間資格複数	応相談	交通費、コピー代（実費）	R8.9.10	R8.9.17
128	講師	手芸クラフト	絵手紙講座 『彩の会』	日常生活の中で季節の移り変わりや挨拶など　絵手紙で表現しませんか？	博多区・月隈、板付エリア	（一社）日本絵手紙協会公認講師、講師経験多数	応相談	交通、材料費（実費）	R8.9.10	R8.9.17
129	その他登録団体	その他	アロマティックタッチング 施術訪問・講座、 イベント出展	みなさまの明るい笑顔と輝く未来を応援します！タッチの原点は、母の胎内で感じていた温もりと安心感。その記憶が鮮明になくても、私たちの身体はその心地よさを覚えています。だからこそ、優しく触れられると自然とほっとするのです。100％天然のエッセンシャルオイルを使用し、「撫でる」ような優しいタッチで触覚と嗅覚に働きかけ、本来備わっている治癒力や心身のバランスを整えていきます。揉みほぐしや強い圧をかける施術ではないため、痛みや揉み返しの心配もなく、どなたでも安心して受けていただけます。訪問施術をはじめ、各種イベントへの出展、体験講座、手技習得講座なども行っています。　心と身体を優しく整え、健やかな毎日をサポートいたします。	市内全域 平日 10時-17時	【資格】アロマテイックタッチングセラピスト、介護福祉士、看護士 【経験】経験豊富な専門家団体（2～4名）です。各種イベントでの出展多数	1か月前	お一人様￥500、交通費（実費）、その他は応相談	R8.9.12	R8.9.18

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
130	講師	医療・福祉	認知症予防講座 ～今の私、大丈夫？～	現役ケアマネジャー・元看護師の専門知識を活かし、認知症の不安を安心に変える実践的なノウハウをお伝えします。　・「もしかして」の備え【気づきと受診の目安】単なる物忘れとの違いや、早期発見のためのサイン、受診に繋がる流れを具体的に解説。　・「いざというとき」の備え【介護保険のスムーズな利用手順】 相談窓口から申請、サービス開始までをわかりやすく解説。　・「元気な今だからこそ」【備える世代への提案】不安を解消し、自分らしく過ごすための予防と今できる準備をアドバイスします。医療と介護の現場経験があるからこそ語れる、「もしも」に備える確かな知識と安心を届ける講座です。	中央区 博多区 東区	看護師、ケアマネジャー、認知症サポーター養成講座講師、シニアライフカウンセラー	応相談	講師料 要相談、交通費（実費）、資料代	R8.9.13	R8.9.19
131	講師	ICI・パソコン	「フエルアルバム」を AIでお片付け	【思い出の写真の終活】シニアの皆さんは、子どもさんの成長やお孫さんの誕生で、たくさんの写真があります。終活の中で、一番捨てられないのが写真です。スマホとＡＩの活用で、たくさんの写真をYouTubeにアップロードし、＜写真＋YouTube＞＜写真＋音楽＞とに保存。家族で共有可能なURLを作成します。アルバム整理しながら、スマホ活用術も楽しめます。	市内全域	【資格】キャリアコンアサルタント 職業能力開発促進法 取得 【経験】スマートフォンをより良く使う推進協議会所属	応相談	講師料 要相談・資料代	R8.9.13	R8.9.24
132	講師	美容・食・ライフスタイル	美容の力で 笑顔と自信を育む 介護美容講座 イベントの開催	介護美容研究所で培った専門知識と実践経験をもとに、介護美容のプロとして活動。外見を美しく整えるだけでなく、一人ひとりの心に寄り添い、「やってみたい」「出かけたい」という意欲を引き出しながら、前向きな行動へとつなげていきます。美容の力で笑顔と自信を育み、いきいきとした毎日をサポートします。介護美容研究所で介護美容のプロとして見た目を考えるだけでなく心と行動まで動かしていきます（ハンドトリートメント/フットトリートメント/フェイシャルケア/ケアメイク/カラーネイル）	市内全域 平日・日祝日	【資格】ケアビューティスト（介護職員初任者研修あり） 【経験】現在、施設でボランテイア活動中	1か月前	応相談	R8.9.16	R8.9.30
133	講師	教養(ビジネス・語学・旅行)	茶の心にふれる 煎茶道入門講座 お茶会の開催	茶の香りに心をゆだねる、豊かなひととき。急須や湯冷ましを使い、煎茶や玉露を美味しく淹れる作法を学びながら、おもてなしの心や茶の精神に触れる日本の伝統文化「煎茶道」。初心者の方にもわかりやすく丁寧にお伝えします。お茶の香りと味わいを楽しみながら、日常を少し豊かにする時間を過ごしてみませんか。	市内全域 平日	【資格】皇風煎茶礼式師範 【経験】煎茶道歴40年	1か月前	応相談	R8.9.16	R8.9.30
134	その他	楽器・音楽	"72歳からの挑戦！100歳現役ドラマーを目指して" ドラマーÇhaBaBa 出前出演	ドラマー ÇhaBaBa（チャババ） は、「やればできる、成せば成る」「100歳まで叩く！」をモットーに、洋楽を中心とした演奏活動を精力的に展開しています。各地でのステージ出演を重ねながら、年齢に関係なく挑戦し続ける姿で、多くの人に元気と勇気を届けています。ドラム演奏はもちろん、人生経験を交えた楽しいトークも魅力のひとつ。「何歳からでも新しいことに挑戦できる」「好きなことが人生を豊かにする」そんなメッセージを、音楽を通じてお届けします。	市内全域	【経験】日本最高齢の現役シニアロックドラマー、商業施設、公民館、老人会、ホテルなどでの演奏経験やメデイア露出多数、ChaBaBa RockはYouTubeで160万回再生回数を記録	1か月前	応相談	R8.9.21	R8.10.6
135	講師	その他	自然が教えてくれた 人生の楽しみ方講和	福岡の山と海：自然との遊びを通して人生の潤いの提案 ～より良い人生のために～企業人や大学での講和など豊富な経験を持ち、50年に及ぶ狩猟と学生時代からのヨットを嗜む講師が、自然との関わりを通して「より良い人生」「人生の潤い」を得るための実践的な視点と生き方のヒントを語る講話です	市内全域	【経験】国立大学での講話実績や狩猟歴50年・ヨット歴57年・バイク乗り換え歴16台以上二輪車やマリン製品を展開する大手メーカーにおいて、インドネシアのインフラプロジェクトに従事	1か月前	応相談	R8.9.26	R8.10.13
136	講師	ICT・パソコン	シニア支援から企業支援までの IT活用サポート	ITエンジニアとして20年以上の経験を活かし、シニア向けのデジタル活用支援や生成AI講座を実施しています。パソコン・スマートフォンの活用からインターネットの安全対策まで、初心者にも分かりやすくお伝えします。また、企業・団体向けにはIT活用、業務改善、システム導入支援など、短期・長期を問わず幅広いITソリューションのご相談に対応しています。	市内全域	【資格・経験】プロジェクトマネージャ試験合格。外資系企業および国内企業で20年以上にわたりITエンジニアとして従事。システム開発、運用管理、プロジェクトマネジメントなど幅広い業務経験を有する。	応相談	応相談	R8.10.1	R8.10.13
137	講師	ICT・パソコン	シニアの暮らしに活かす 生成AI活用支援	生成AIの基本操作や安全な使い方を、シニア初心者にもわかりやすく紹介します。同世代の立場から日常の悩みや困りごとに寄り添いながら、旅行の計画、趣味の充実、文書作成、情報収集などへの活用方法を実践的に学びます。生成AIを特別な技術ではなく、暮らしを豊かにする身近な道具として安心して使えるよう支援します。	市内全域 平日ほか相談	【資格・経験】IT・情報システム分野に約50年間従事。国家資格「システム監査技術者」を保有。退職後、生成AIを2～3年活用。現在はシニア向け講座の企画・資料作成にも取り組んでいます。	応相談	交通費・材料費は実費、その他応相談	R8.10.3	R8.10.13
138	講師	ICT・パソコン 手芸・クラフト	仲間と創る喜びを体験！ 木工DIY・3D設計講座	木工DIYや3D設計を長年趣味として続けてきた経験を活かし、「作る楽しさ」だけではなく、「一緒に考え、一緒に形にする喜び」を体験できる講座を目指しています。 初心者の方でも安心して参加できるよう、アイデアの出し方から設計、製作までを分かりやすくサポートします。完成品を作ることだけが目的ではなく、参加者同士が交流しながら作	西区	【経験】木工DIY・3D設計を長年趣味として続ける。アイデアを形にするものづくりを楽しみながら経験を重ね、「ともに作り上げる喜び」を大切に活動しています。	応相談	材料費ほか応相談	R8.9.25	R8.10.13

スタンバイ登録者一覧

※2026.11.1時点　※最新のデータは福岡オトナビポータルサイトでご確認ください。

ご依頼の際は、各区の福岡100プラザに配置している「拠点コーディネーター」
または「福岡オトナビ事務局」まで、お問い合わせください。
メールアドレス：info@f-otonavi.jp、電話番号：092-600-0802

No.	分類	ジャンル	活動名	活動内容	活動エリア条件	経験・資格	ご依頼予約	必要経費	申請日	登録日
139	講師	楽器・音楽 （作詞）	元気な今から始める 相続・終活対策講座	遺言・成年後見などの生前対策から、相続発生後の手続きやトラブル解決まで、相続に関するあらゆる課題をサポートしています。	市内全域	【資格・経験】行政経験等を経て司法書士の資格を取得。現在、福岡市の施設等において定期的に相談会を開催している。	応相談	応相談	R8.10.2	R8.10.13
140	講師 その他	ICT・パソコン	あなたの想いを歌にする 作詞講座	ギター、トランペット、ドラム、サックスなど、50年以上にわたる楽器演奏経験を活かし、作曲・作詞・編曲などの音楽制作活動を行っています。 講座では、音楽の専門知識がない方でも気軽に楽しめる「作詞」をテーマに、言葉を紡ぐ楽しさや自分の想いを表現する喜びをお伝えします。初心者の方も歓迎しており、楽しみながらオリジナルの歌詞づくりに挑戦できます。	市内全域	【資格・経験】ギター、トランペット、ドラム、サックスなど、50年以上にわたる楽器演奏経験を有しています。また、約25年にわたり作曲活動に取り組み、現在はDTM（デスクトップミュージック）を活用した音楽制作を学びながら、さらなる技術向上に努めています。	1週間前	応相談	R8.10.2	R8.10.15
141	講師	ICT・パソコン	生成AI活用支援・導入 コンサルティング	生成AIの基礎から上級活用まで、受講者のレベルや目的に合わせた研修・講座を実施しています。文章作成、資料作成、情報収集、画像生成など実践的な活用方法をわかりやすくお伝えし、業務効率化や新たな価値創出を支援します。また、企業・団体向けの生成AI導入コンサルティングにも対応し、導入計画の策定から活用定着まで幅広くサポートしています。	市内全域	【資格・経験】企業・自治体・各種団体向けに生成AI研修やセミナーを実施。ChatGPTをはじめとする各種生成AIツールの活用支援、業務改善提案、導入コンサルティングに従事。文章作成、企画立案、資料作成、画像生成など幅広い分野での活用経験を有する。	応相談	応相談	R8.10.11	R8.10.16
142	講師	楽器・音楽	はじめてから実用まで やさしい生成AI活用講座	生成AIを初めて使う方から、日常生活や仕事に活用したい方まで、習熟度に応じた講座を行います。スマートフォンへのアプリ導入や基本操作から、検索・文章作成・画像活用・情報整理などの身近な使い方、さらにパソコンを使った資料作成や業務効率化など、実務に役立つ活用まで、専門用語をできるだけ使わず、実際に操作しながら学びます。初心者向け体験講座、もう一歩使いこなしたい方向け講座、仕事に活かしたい方向け講座など、内容や時間は対象者に合わせて調整できます。講義資料は終了後1か月間、インターネットで閲覧でき、ご自宅での復習にも活用いただけます。	市内全域 土日祝希望	現在もコンサルタントとして調査・分析業務に従事し、生成AI等を活用した業務改善・自動化に取り組む。シニア向け生成AI体験講座（全3回）を実施。 日常的にも、健康・料理・運動や、園芸・英語などの趣味、資産運用まで、幅広く生成AIを活用。 【資格等】補償業務管理士、簿記3級、宅地建物取引士試験合格、太極拳初段。	応相談	100分講座　受講者1人につき500円（教材費込み）。1名から開催可能。交通費は実費。	R8.10.10	R8.10.16
143	講師 芸能 披露	その他	教育・福祉大国スウェーデンが生んだ誰でも演奏できるブンネ楽器の世界	認知症のある方、障がいのある方、幼児から高齢者まで、誰でも簡単に演奏を楽しめる「ブンネ楽器」の魅力を体験する講座です。ブンネギターは、力が弱くても、コードを覚えなくても大丈夫。どなたでもすぐに演奏することができます。音を聴きながらみんなで演奏を合わせる喜びや、一緒に音楽を創り上げる楽しさを味わい、達成感や笑顔につながります。ブンネギターのほか、鉄琴、単音フルート、ミニベースなど、「誰もがすぐに楽しめる」楽器も体験できます。「どんな状態でも、音楽を楽しむことをあきらめない」そんなブンネ音楽メソッドを、ぜひ体験してみませんか。	市内全域	【資格・経験】内閣府地域活性化伝道師。ブンネギター2級インストラクターとして、誰もが楽しめるブンネ音楽メソッドの普及に取り組む。合唱指導や地域活動にも幅広く携わり、熊本市地域通訳案内士としても活躍中。	1か月前	要相談	R8.9.30	R8.10.17
144	講師	教養(ビジネス・語学・旅行) その他	心をひらく絵てがみ教室 〜絵とことばで暮らしを彩る〜	身近な草花や野菜、生き物、季節の風景や花火などを題材に、竹ペンやつまようじ、綿棒などを使って気軽に絵はがきを描きます。上手・下手にとらわれず、絵と言葉で思いを表現しながら、楽しく創作する時間を大切にしています。	東区 平日 14 - 16時	【資格・経験】25年以上にわたり絵手紙に親しみ、講師として12年の指導経験があります。元JAL国際線客室乗務員として培ったコミュニケーション力を活かし、楽しく和やかな教室づくりを心掛けています。日常英会話にも対応可能です。	応相談	応相談	R8.10.2	R8.10.17
145	講師	医療・福祉	排泄ケア 認知症の方への対応ケア	認知症ケアと排泄ケアを学ぶ内容です。一人ひとりに寄り添う、優しい介護を目指して、介護する方、される方の双方にとって、負担の少ない、ラクになるケアを学べます。 ①認知症のケアにおいて、行動や反応の背景を考えた対応方法など ②排泄のケアにおいて、オムツの正しい選び方と適切な使い方など より安心で快適な生活を支えるケアをアドバイスいたします。介護に携わる方はもちろん、介護や排泄についての正しい知識を学びたい方にもお勧めの講座です。	市内全域	【資格】介護士 オムツフィッター1級　　食品衛生責任者	一か月前まで	応相談	R8.10.16	R8.10.23
146	講師	ICT・パソコン	AIで広がる地域活動と仕事講座	個人事業主や小規模事業者へのAI導入支援で培ったノウハウを活かし、地域活動やお仕事の現場でも役立つAI活用術を実践的に学べる講座です。導入から活用定着まで、受講者が自ら活用できるよう継続的にサポートします。	市内全域	【資格・経験】生成AIパスポート資格保有。初心者やシニアを対象としたAI講座の講師実績があり、AI活用アドバイザーとして行政や企業における研修・相談対応にも携わっています。	応相談	応相談	R8.10.18	R8.10.24