

★ 夢創り人新規登録 ★

令和5年3月 承認分

【新規登録個人】



No.293 音楽（ギター弾き語り）

講師名	迫富 昭夫
内容	歌はそれぞれの人生のBGMであり、自分自身の応援歌。 フォークソングから童謡・唱歌・演歌や懐メロまで、ギター1本で歌います。 参加者の方々も多いに歌いましょう。
対象人数/年齢	30人程度まで/不問



No.294 エコクラフトバッグ作り

講師名	古賀 則子
内容	シルバー人材センター活動中
対象人数/年齢	5人～10人/子ども～大人



No.295 ヨガ・健康体操

講師名	横山 香澄
内容	簡単な動きと呼吸をしていくことで、ストレス解消、心と体の健康などの効果があるヨガ。 マタニティ、産後、親子、リラックス、椅子ヨガなど幅広い年代に向けて気軽に楽しめます。
対象人数/年齢	5人～20人/年代問わず



No.296 音楽（クラシックギター&ハーモニカ）

講師名	清山 慎治
内容	・クラシックギター初級～中級程度。 ・ギターやピアノ伴奏でハーモニカを演奏し皆さんと一緒に唱ってもらいます。
対象人数/年齢	5人～10人程度/5才～15才、60才～



No.297 フラダンス

講師名	上村 みゆ記
内容	優しいハワイアン音楽に合わせて楽しく踊ってみませんか。踊ることで、ストレス解消、脳トレ、介護予防につながります。
対象人数/年齢	5人~/中学生~



No.298 テクノミュージックのワークショップとマシンライブ

講師名	河野 正和 LAWSONZ
内容	リズムマシン（機材）で、テクノミュージックのループを作って遊びましょう。楽しくテクノミュージックに触れ合える場になればと思っています。
対象人数/年齢	/6才~

【新規登録団体】



No.60 アロマ+チェアヨガ

団体名	ストレスラボ宮崎
内容	Aコース：アロマの香りの中で、椅子に座っての簡単なヨガで心と体をリフレッシュします。（材料費100円/人） Bコース：チェアヨガのみ 講話：アンガーマネージメント（怒りのコントロール）で心を穏やかにする方法をお伝えします。
対象人数/年齢	5人~/不問



No.61 レスリング（護身術）教室

団体名	宮崎レスリングBAKU
内容	格闘技のノウハウを活用しお子様や女性が身を守る為の護身術や受け身などを学べます。
対象人数/年齢	5人~20人/6才~40代



No.62 やさしいヨガ教室

団体名	日本神社ヨガ協会
内容	初心者向けのやさしいヨガ教室です。無理なく体を動かして、心身共にスッキリさせましょう。
対象人数/年齢	5人~30人/5才~60才代



No.63 バク転(体操)教室

団体名	宮崎県バク転協会
内容	ピョンピョンとトランポリンのように跳ねるエアーマットを活用し、楽しみながらマット運動にチャレンジします。
対象人数/年齢	5人~20人/5才~60才