

生涯現役人材バンク

人材リスト

【登録期間：令和5年4月1日～令和7年3月31日】

姫路市では、豊かな知識や経験、技能をお持ちのシニアの皆さんと、市民の皆さんとを結びつける「生涯現役人材バンク」を運営しています。この人材リストの中で、活動依頼してみたい方がいましたら、姫路市生涯現役推進室までお気軽にお問い合わせください。

★依頼できる方：市内に在住、在勤、在学、又は活動拠点を有する3名以上のグループ・団体★

- | | | |
|---|----------------|-----|
| 1 | スポーツ・健康づくり | P 1 |
| 2 | 農業・園芸 | P 2 |
| 3 | 趣味・芸術・文化 | P 3 |
| 4 | 家庭生活 | P 8 |
| 5 | パソコン・情報通信 | P 8 |
| 6 | 伝統・伝承 | P10 |
| 7 | 学習・教養 | P11 |
| 8 | その他 | P13 |
| ◆ | 生涯現役人材バンク依頼申込書 | P14 |

問い合わせ・申し込み

姫路市 生涯現役推進室

電話 079-221-2991

FAX 079-221-2972

〒670-8501 姫路市安田四丁目1番地

電子メール ikigai@city.himeji.lg.jp

ホームページ <https://www.city.himeji.lg.jp/geneki/0000007130.html>



1 スポーツ・健康づくり

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PR など	活動するに当たっての条件	登録 番号
スポーツチャンバラ	昭和 17 年 男性	子供からシニアの方まで年齢を問わず、スポーツチャンバラを教えます。国際護身道連盟公認教士 7 段の資格あり。	活動希望日：原則として水曜日 謝礼：5,000 円/回	<u>510</u>
テニス	昭和 12 年 男性	初級者を対象に、テニスの基礎を教えます。現在、子どもソフトテニス教室、ママさんテニス教室を指導しています。	活動希望日：曜日、時間などは相談 謝礼：1,000 円/人（月 2 回） コート代別途 準備物：運動できる服装、シューズ、ラケット	<u>512</u>
卓球	昭和 25 年 男性	幅広い年代の方に楽しく卓球を指導します。 中学・高校・大学と卓球部に所属し、現在も、卓球クラブで活動しています。	活動希望日：応相談 謝礼：不要 交通費：不要 準備物：卓球用具（卓球台、ネット、ラケット等） ※網干地域のみ指導可能	<u>528</u>
ポールウォーキング (ノルディックウォーキング)	ノルディック あしなが書写	2本のポールを持って一度歩いてみませんか？何か運動、外に出て会話を楽しみたい方、是非体験してみてください。元気・健康・いつまでも動ける体を作りませんか？インストラクターも居ますので、ご相談ください。	活動希望日：月・火・土・日の午前中 ※1週間前までに要申込 謝礼：5,000 円/回（2 時間） ポールレンタル料：500 円 ※ポール持参者は不要	<u>530</u>
笑いヨガ (ラフターヨガ) 脳トレ	昭和 19 年 女性	笑いヨガは、笑いを取り入れた健康体操です。笑うことによって体の免疫力を高め、座学の脳トレによって脳の活性化を図ります。 明るく・楽しく・元気になって、コミュニケーションを広げましょう。	活動希望日：応相談 (第 1・3 火曜日以外) 謝礼：応相談 対象人数：何人でも 交通費：実費 教材費：不要	<u>527</u>
笑いヨガと三味線と歌って楽しむ	昭和 18 年 女性	笑って健康になる笑いヨガを、会場の皆さんと楽しみ、心も体も笑顔にしたいです。 日本笑いヨガ協会のリーダー認定証を持っています。	活動希望日：月・水・金の 10 時から 16 時。 土・日は相談 謝礼：基本不要 交通費：実費	<u>543</u>
空手道、護身術、スポーツチャンバラの指導 空手道、居合道、護身術、古武道の演舞 運動講師 (ACP 講師、遊びを通した運動プログラム)	昭和 31 年 男性	小学校 PTA 行事の親子護身術教室や、姫路市国際交流会姉妹都市交流事業として、海外の高校生に体験会を実施するなど、国内外を問わず、スポーツ指導を行っています。 日本スポーツ協会の公認スポーツ指導者、空手道系東流師範 8 段、居合道 5 段、護身術 8 段師範、琉球古武道師範の資格あり。	活動日：要相談 謝礼・経費：交通費程度	<u>555</u>

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
<p>ピラティス チェアピラティス</p> <p>脳トレを含む 全身リフレッ シュ体操</p>	<p>昭和 37 年 女性</p>	<p>現在、姫路市内や太子町でレッスンをしています。10年後も心地よく過ごせるカラダ作りをモットーに、様々な形で身体を活性化させましょう。</p> <p>FTP マットピラティスベーシック認定インストラクター、バランスコーディネーション認定インストラクター、シナプソロジー普及会認定普及員、温活アドバイザーの資格を保有。</p>	<p>活動希望日：要相談 謝礼：5,000円～10,000円/回 交通費：要相談 準備物：ヨガマット、運動できる服装、運動内容に応じて室内シューズ</p>	559

2 農業・園芸

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
<p>学校農園、校庭の園芸指導</p>	<p>昭和 24 年 女性</p>	<p>学校農園や校庭のお世話や手入れの指導をします。</p>	<p>活動希望日：平日の午前 9 時～午後 5 時 都合がつけば土日也可 謝礼：3,000円/回 材料費：実費</p>	506
<p>樹木の診断、庭園管理の出張指導、講演</p> <p>野菜や果物の収穫体験</p>	<p>昭和 17 年 男性</p>	<p>樹木の診断や庭木の育て方、手入れ方法など庭園管理の出張指導や、講演を行います。庭園管理士、樹医博士。</p> <p>子供たちを対象に、いちご狩りやサツマイモ・大根等の野菜の収穫体験を行います。木工（竹細工）教室や昆虫採集、お花畑も楽しめます。</p>	<p>活動希望日：原則として水曜日 謝礼：庭園管理 5,000円/回 収穫体験 要相談</p>	510
<p>農業・園芸に関する講義、実習、相談</p>	<p>昭和 24 年 男性</p>	<p>農業改良普及指導員等農事に関する種々の資格を有し、花卉園芸の試験研究に就いていました。農業・園芸に関する幅広い要望に対応します。</p>	<p>活動希望日：特になし 謝礼：5,000円/回（資料代込み） 準備物：講義時-黒板。 実習時-農機具は依頼者のものを使う。</p>	524
<p>園芸植物の観察会・講義</p>	<p>昭和 24 年 男性</p>	<p>年齢層に応じて、園芸植物に関する興味深い話をし、植物観察の楽しみを伝えたいです。</p> <p>公民館で子供たちを対象に植物観察会を実施したり、好古学園大学の園芸科講師、六甲の森林植物園のボランティアガイドも務めています。</p>	<p>活動希望日：火・水・金以外 その他の曜日は応相談 謝礼：3,000円（交通費込み） 準備物：観察会の場合は虫眼鏡（ルーペ）、筆記用具、メモ帳 ※資料の印刷要（参加者の部数）</p>	571

3 趣味・芸術・文化

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
マジック	しらすぎマジック 研究会	福祉施設や地域のイベントでマジックを披露しています。たくさんの方に喜んでいただいています。	活動希望日：第2・3土曜日以外 派遣人数：30分なら2~3人、 1時間なら4~5人 謝礼：交通費程度（人数分） 準備物：長机	522
マジック	姫路マジック 同好会	子ども会、老人クラブ等のイベントや、こどもの館、公民館等の施設でマジックを披露しています。	活動希望日：特になし ※1か月前までに相談を 謝礼：交通費程度（応相談） 準備物：長机	523
手品・マジック	姫路城の西 マジッククラブ	クラブ結成から10年以上立ち、毎月児童施設や老人施設で披露して皆さんに楽しんでいただいています。 依頼者の年齢・人数に応じて多彩な演目を用意することができます。	活動希望日：第1第3火曜日以外はいつでも可 ※公演時間は30分から1時間程が多いです。 謝金・交通費：原則無料	540
マジックの実演 マジック教室 マジック技術指導	昭和7年 男性	マジック教室を開催するほか、講師として、現在20余名のマジシャン弟子を指導しています。 関西奇術連合会理事、マジックショー大会実行委員長歴任。文部科学大臣から「社会教育功労賞」授与された。	活動希望日：火・木・土・日曜 9~17時 謝礼：応相談 交通費：3,000円 教材費：受講生が負担	553
落語の口演	播磨落語倶楽部	古典落語を中心に、高座での落語の口演。依頼者の年齢や希望により、演目を相談させていただきます。 より多くの人に笑いを届けられるよう、芸を磨き頑張りたいとの熱意で、日々取り組んでいる。	活動希望日：特になし 謝礼：落語1席(20~30分)、 5,000円(交通費込)。 離島は別途相談 準備物：高座(会議用長テーブル等)、着替え用の控室	536
落語の口演	楽の会	主に上方落語を中心に活動しています。呼ばれましたら、どこでも行かせて頂きます。 2008年に結成し、現在は市内の公民館を中心に活動。落語を通して、市民の皆様には笑いをお届けしたいです。	活動希望日：いつでも可 謝礼：依頼者にお任せいたします 準備物：高座(会議用長テーブル等) ※着替え用の控室をお願いします。	570
コーラス	昭和20年 男性	各地の合唱団で団長やリーダーを務めるなど、合唱団の運営や技術指導の経験が豊富です。	活動希望日：月~木 謝礼：不要 交通費：遠方の場合には必要 教材費：楽譜等実費必要 準備物：ピアノ、伴奏者 (バイエル修了程度)	503
ギター弾き語り	昭和25年 男性	月2回、歌声喫茶でギター伴奏を行っています。また息子と2人でギター&ピアノとして活動しています。 音楽を通じて、高齢の方に元気を与えたいと思っています。	活動希望日：応相談 謝礼：基本不要 準備物：特になし	521

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
ギター弾き語り	昭和 28 年 男性	ギターの弾き語りをしなが ら、公民館や学校で人権講座 や教養講座を行っています。 若いとき芸能界で仕事をし た経験を活かし、心を揺さぶ る音楽とお話をしていま す。	活動希望日：基本的にいつ でも可 謝礼：相談（原則 1 万円程 度）	538
楽器演奏と歌	権兵衛とかす み草	楽器（大正琴・キーボード・ ギター）で童謡・唱歌・懐メ ロ・歌謡曲・フォーク・POP を演奏し、一緒に歌って楽し んでいただきます。平成 24 年から福祉施設を中心に、ボ ランティア活動として演奏し ています。	活動希望日：いつでも可（応 相談） 謝礼：交通費程度 準備物：歌詞カードの印刷、 演奏者用の椅子と机	544
懐メロ、 昭和演歌	昭和 18 年 男性	懐メロや演歌が時代とともに 消えていくことがないように、 老人会やプロダクションの人 とコンサートに参加してい ます。大体の懐メロ、昭和演 歌は唄えます。ガイドボーカ ルとして一緒に唄ったりして 、声帯を大いに使い、健康増 進しましょう。	活動希望日：応相談 謝礼・経費：応相談 ※ボランティア可 準備物：カラオケ機器ある方 が望ましい。歌詞カードは必 要あれば準備	554
ウクレレ演奏 と唄	昭和 32 年 男性	多くのライブやコンサートに 出演しています。ウクレレで、 フォーク・ポップス・ジャズ・ 歌謡等、年齢層等に応じた 演奏をします。都合がつけば 、仲間を助っ人に入れ、アン サンブル等も可能です。	活動希望日：応相談 謝礼：原則なし（遠方は交通 費程度） 駐車スペース： （原則 1 台、仲間参加の場合 2~3 台） 機材等（小アンプ [電池式] 、インカムマイク、譜面台） は持参します。	558
尺八、三味線、 謡曲、仕舞、鼓	昭和 25 年 男性	尺八、三味線の指導や、民謡 や歌の伴奏をします。謡曲や 仕舞、鼓の演奏、指導も。 尺八は米谷流名取、謡曲・仕 舞は観世流師範です。	活動希望日：応相談 謝礼：応相談 交通費：実費 準備物：なし	529
津軽三味線 （エレキ）演奏	昭和 15 年 男性	津軽三味線の演奏をします。 年に 15 回ほど施設などで演 奏会をしています。リクエスト があれば、ジャンルを問わず、 その場にあわせた対応をし ます。	活動希望日：基本いつでも可 謝礼・交通費：不要 準備物：特になし	542
大正琴指導・ 演奏	昭和 33 年 女性	琴伝流大正琴講師として、姫 路市やたつの市で指導したり 、学校や老人施設等で演奏し ています。県大会や全国大会 等に出場した経験もあります。 人との出会いを大切に、共に 感動できる事に喜びを感じて います。	活動希望日：原則、月・水・ 金（相談可能） 謝礼：交通費程度 教材費：実費	552

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PR など	活動するに当たっての条件	登録 番号
書道	昭和 24 年 女性	書道（硬筆・毛筆）の指導を行います。	活動希望日：平日の午前 9 時～ 午後 5 時 都合がつけば土日也可 謝礼：個人指導の場合 1,000 円/時間 材料費：実費	506
書道・筆ペン 俳句	昭和 23 年 男性	まず楽しく書くということから始め、住所・氏名等の実用書道と、芳名帳や祝儀袋等の実用的な書道が得意になるように指導します。 俳句の基礎から学び、楽しい俳句作りを指導します。	活動希望日：月・火・水曜日 午前 10 時～午後 5 時 謝礼：応相談 交通費：実費 教材費：実費	537
クレイホビー	昭和 14 年 女性	クレイホビーとは、粘土を使って季節の花や人形、ミニ盆栽などを作る工芸です。 自宅で教室を開くほか、市の施設などから依頼を受けて講座を開催しています。	活動希望日：水曜以外の午前中 対象人数：20 人程度 謝礼：5,000～10,000 円/回 (2 時間) 材料費：花・ミニ盆栽 1,000～ 1,500 円、 リース 1,000 円	517
色えんぴつ画	昭和 19 年 男性	筆もいらない、水もいらない、わずか 12 色の色えんぴつで色彩豊かに絵画の世界を散策できます。 各地でサークル活動を行うほか、神河町高齢者大学、趣味講座講師。小学校での「一日体験」講師。	活動希望日：木、土、日曜以外 が望ましい 対象人数：15 人くらいまで 謝礼：～3,000 円/回 (2 時間程度) 交通費：実費 材料費：一式そろえて約 1,500 円	520
陶芸	昭和 10 年 男性	PTA や公民館の講座での出張指導や、自身の工房での教室などを開催しています。 自分流の表現で陶芸を楽しんでいただきたいです。	活動希望日：応相談 謝礼：10,000 円 (指導から焼き上げまで) 材料費：粘土代 1,000 円/kg 準備物：古新聞紙、タオル、 水を入れる小皿 ※粘土板や用具は講師が準備	531
能面創作	昭和 22 年 男性	福井県池野町の全国新作能面公募展での入選の他、全国の作品展に多数出展しています。また、能面の制作以外にも、宝塚で「能面のおはなし」の講演をはじめ、様々な活動をしています。	活動希望日：月 2 回、 10 時～14 時(要相談) 謝礼：1 万円/人 交通費：実費（公共交通機関） 材料費：6,000～7,000 円 道具類：各自で必要なものを用意	548
ハングル講座	昭和 22 年 男性	50 年にわたる韓国訪問、30 年にわたる韓国語学習の中で学んだことを、ユーモアを交えて話します。	希望活動日：応相談 (木曜日及び第 1、第 3 月曜日除く) 謝礼：1 回当たり 5,000 円、 又は一人当たり 500 円 準備物：黒板又は白板	534

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
南京玉すだれ の実演と教習	昭和 16 年 男性	各種イベントでの実演や、マスター したい人への講習を行うほか、見たい、 知りたい、体験したい人(グループ)への 出前を行います。 他にも、ボランティアサークルへの 応援(コラボレーション)をします。	活動希望日：日曜日以外、 曜日、時間帯要相談 屋内での演技を原則とします。 謝礼：交通費程度 準備物：着替えの部屋(又は場所)の 確保、駐車スペース(一台分)	556
紙芝居	昭和 25 年 女性	日本昔ばなしを紙芝居にしました。 今は、パソコン・ゲームの時代ですが、 紙芝居を観ていただき、子どもたちは 元気で笑顔に、大人の方にはほっこり していただきたいです。	活動希望日：いつでも可 謝礼・経費：不要 交通費：不要	560
腹話術・紙芝居・ 和太鼓 安来節(どじょう すくい)	昭和 19 年 男性	腹話術がメインで、笑いと元気を運ぶ ことをモットーにしています。健康福祉 施設や老人会の他、わくわく広場へも 足を運び、子どもと一緒に楽しく活動 しています。 腹話術：全日本あすなる腹話術姫路 支部会員。 安来節：どじょうすくい踊り 宇川流 初段	活動希望日：要相談 謝礼・交通費：要相談 準備物：依頼があったその都 度、準備してほしいものを伝える	561
腹話術・和太鼓・ マジック・ バルーンアート	ザ・トンチン カンズ	グループは男性1名、女性3名で構成。 腹話術・和太鼓・マジック・バルーン アートを例年、月に2~3日程度活動 しています。 訪問先は、健康福祉施設、老人会、 自治会、わくわく広場等で行っています。	活動希望日：要相談 謝礼・交通費：要相談 準備物：依頼があったその都 度、準備してほしいものを伝える ※バルーンアートのみ材料費 実費	562
音楽脳トレ	昭和 31 年 女性	音楽に脳トレを取り入れた「音楽脳 トレ療法」です。介護サービスを行う 施設で実践してきた経験があり、特に、 高齢者が楽しんで出来る内容です。 生き生きとした表情で歌ったり、 リズムを打ったりと楽しく行います。 ピアノ講師の経験や、心理カウンセ ラー、産業カウンセラーの資格あり。	活動希望日：火曜日を除く全日 で応相談 ※時間帯は10:00~16:00 謝礼(交通費、経費込) ：1回3,000円 ※交通費は車移動の実費 ※経費内訳は、歌詞を書く模造紙、 マジック、教材の準備にかかる 教材費・準備費用 準備してほしい物：キーボード (ロールピアノ等でも対応可)、 黒板またはホワイトボード	551
紙芝居・ 昔あそび(折紙、 手あそび)	グループゆめ ゆめ	子供向け・大人向けの紙芝居や、ク イズ、昔あそびなど、多世代が楽し めるふれあい交流の場づくりの活 動をしています。保育園や小学校、 公民館等の他、神社のおまつりやイ ベントでも多数活動。 手持ち紙芝居は、千姫、黒田官兵衛、 広峰物語 等々。 2021年11月、紙芝居口演回数1,000 回達成。	活動希望日：いつでも可(午前 9時~午後3時) 謝礼：不要 準備物：長机1台 マイク1~2台(参加 者が多い場合のみ)	563

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
音楽療法	昭和 40 年 女性	音楽療法を使って、高齢者や障害者、幼児、児童等を対象に、生活の質を高める援助をしていきたいです。クラシックやポップの音楽を流しながら、鳴子・鈴を鳴らしたり、歌やリズムをとるなど、身体表現を行います。 NPO 法人 日本ミュージック・ケア協会 ケアワーカー。 元小学校教諭で特別支援学級や、児童館で指導実績あり。	活動希望日：応相談 謝礼：応相談 準備物：不要 CD デッキ（あれば）	564
歌声ひろば	歌声ひろば	ピアノやギター演奏に合わせて、懐メロ・童謡などをみんなで楽しく歌います。日本インストラクター技術協会の音楽療法士が考案したプログラム（手あそび等）を盛り込み、健康維持や認知症予防効果が期待できます。 老人ホーム等で活動実績あり。	活動希望日：いつでも可 謝礼：基本 1 回 6,000 円 （但し、人数に応じて 1 人 200 円～400 円） 準備物：プロジェクター、 スクリーン、テレビなど ※なければ、こちらで対応します。	577
美術制作の 相談～制作	昭和 28 年 男性	子供や高齢者、障害者などを対象に、作ってみたいもの・ご予算などの希望・要望に応じて、美術制作物をご提案し、制作します。例えば、イラスト、絵画、鉛筆デッサン、紙工作、ペーパーナイフ、組紐など。 公立中学校の元美術教師、現在は個展で作品発表する他、姫路市技能職団体主催「姫路のものづくり展」に出展。	活動希望日：応相談 謝礼：応相談 ※材料費は実費（制作物による） 準備物：制作物による	568
パーソナルカラー 診断	昭和 27 年 女性	パーソナルカラー診断や色の基礎を指導しながら、個人個人に似合うおしゃれを高め合います。お持ちの服でファッションの上達もできます。楽しくおしゃれをしませんか？ AFT 色彩検定 1 級、パーソナルカラーアナリスト資格、カラーセラピスト資格を保有。カルチャーセンターで指導実績あり。	活動希望日：火・木以外の午前中 謝礼：1 グループ 1,000 円程度 交通費：実費（応相談） 準備物：明るなお部屋 全身がうつる鏡（できれば）	573
カントリーダンス	カントリーダンス ニュー ウエスト	介護施設やイベントで、英語の曲や昭和の歌謡曲に合わせて、カントリーダンスを披露しています。 参加者と一緒に簡単なダンスを踊ったり、椅子に座ったまま手の振りをするなど参加型の交流も行い、楽しんでいただけます。	活動希望日：応相談 謝礼・交通費：不要	575

4 家庭生活

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
食育、調理実習	昭和 24 年 女性	食育や調理実習の指導を行います。	活動希望日：平日の午前 9 時 ～午後 5 時 都合がつけば土日也可 謝礼：3,000 円/回 材料費：実費	<u>506</u>
料理の指導	昭和 33 年 女性	栄養士の資格があり、料理が得意です。	活動希望日：月曜～金曜、 土日祝は応相談 謝礼：希望（応相談） ※交通費は実費 ※経費（教材費等）発生の場合は実費	<u>572</u>
着付け・ 組みひも	昭和 17 年 女性	ゆかたをはじめ、普段着から礼装までの着付けを指導します。 組みひもの指導もできます。	活動希望日：火、水、木以外 謝礼：1,000～1,500 円/人（月 2 回） 材料費：組みひもは糸代 3,000 ～5,000 円 準備物：姿見、ホワイトボード 着付け道具は手持ちのもので OK	<u>511</u>
無添加パン作り	昭和 30 年 女性	製菓衛生師・パン二級技能士。平成 17 年から児童センターや公民館・学 校などで無添加パン作り講座を開 催。手作りの大切さと楽しさを、多 くの方々や子ども達に実感してほ しいと活動しています。	活動希望日：要相談 謝礼：8,000 円/回 交通費：不要 材料費：実費（1 個 50 円～）	<u>533</u>

5 パソコン・情報通信

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
ブログや ホームページ の作成	昭和 21 年 男性	高齢者を対象に、ブログやホームペ ージの作り方を指導します。	活動希望日：応相談 謝礼等：無償が基本だが、 交通費・教材費等が あればうれしい。	<u>507</u>
パソコン指導 （ワード、エク セル）	昭和 12 年 男性	生涯学習大学の「パソコン指導者養 成講座」修了。オリジナル教材を用い、 ワード、エクセルの基礎から一歩進ん だ応用まで指導します。	活動希望日：2～3 日前までに 申込必要。時間帯は午後が望 ましい。 謝礼：500 円/時間 教材費：初回のみ 1,000 円	<u>518</u>
パソコン・ ネットワーク 全般指導	昭和 23 年 男性	大学で情報処理を教えていました。 最近利用者が増えているスマートフ ォン・タブレット端末の初期設定、及 びパソコンと連携した有効活用等を 教えます。	活動希望日：特になし 謝礼：不要 交通費：実費 教材費：実費 準備物：各自のパソコン	<u>541</u>
パソコン講座、 初期設定、 トラブル対応	昭和 25 年 男性	Excel、Word、Power・point、Access 等の中級以上の講座やパソコン・スマート ホン・タブレットなどの初期設定・トラブル 対応を承ります。 市内公民館でパソコン講座を行って います。	活動希望日：月～木曜日、 その他の日は応相談 謝礼：500～1000 円/回 交通費：実費 ※教材が必要な場合、実費	<u>545</u>

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
パソコン講座	NPO 姫路シニアネット	Excel、Word、Power・point等の初級、中級対象のパソコン講座を行います。講師・サブ講師の複数指導で授業を行い、少人数指導も行います。出張講師も承ります。市内公民館でパソコン講座を行っています。	活動希望日：第1・第3火曜と金曜以外で、応相談 謝礼：1人当たり500円（教材費込み） 交通費：実費 準備品：各自のパソコン及びプロジェクター、電源	546
パソコン指導 (ワード、エクセル、年賀状作成等) パソコンの トラブル相談・ 修理	昭和31年 男性	地域の高齢者等にパソコンの基礎からWord、Excel、年賀状作成等についての指導をしています。 パソコンの操作だけでなく、簡単な修理もお手伝いします。 生涯学習大学の「パソコン指導者養成講座」修了。	活動可能日： 月～木曜日10時～18時、 金曜(第2・4金曜日は午後のみ)、土曜、日曜は全日 謝礼：2,000円/時間、 相談可能 部品代：実費 交通費：実費	557
パソコン・スマホの導入相談、初期設定 パソコン・スマホ講座、お困り相談	姫路PC よろず 萬相談会	パソコン・スマホの導入相談や導入後のセットアップ、周辺機器の接続の他、グループ指導やお困り相談もお受けします。 中高年齢者のスキルアップを図り、デジタル格差是正の一助となるよう活動しています。市内公民館等で、パソコンを教えています。	活動希望日：応相談 謝礼：2,200円/時間/講師1人 交通費：100円/5km/講師1人 教材：実費 修理：応相談 準備物：ホワイトボード ※ インターネット回線、Wi-Fiルーター、Wi-Fi対応プリンターはあれば。	569
パソコン指導 (エクセル)	昭和29年 男性	エクセル(初級から実務まで)を指導します。在職中の方は、関数活用で仕事の効率化が出来ます。 大型汎用コンピューターのシステムエンジニア・プログラマーの経験あり。	活動希望日：特になし (土・日・祝日は要相談) 令和6年3月末まで15時以降 令和6年4月～金曜日以外は 午前中可能 謝礼：不要(交通費は実費) 準備物：各自のパソコン (Excelインストール済)	574
PCの修理修復作業 セキュリティセミナー、 終活セミナーの実施	昭和27年 男性	「あきらめません」をモットーに、PC関連の修理修復作業を行います。 防犯の観点から、「STOP! ザ防犯、STOP! ザネット被害」等のセキュリティセミナー、及び「今すぐ始めるデジタル終活講座」等の終活セミナーを実施します。地域包括支援センターからの要請で終活セミナー開催実績あり。	活動希望日：要相談 (夜間不可) 謝礼：修理修復作業費用は実費(要相談) ※終活セミナーは要相談 (内容要相談・交通費実費) ※終活セミナーは包括支援センターとの共催の場合は無料、地域自治会等は要相談 ※接続設定、故障修理修復の場合は、当該PC機器類をお預かりします	550
動画の撮影・ 編集・ユーチューブチャンネル運営	昭和32年 男性	動画の撮影・編集・ユーチューブチャンネル運営のやり方を教えます。一緒に動画制作を楽しみませんか? 野鳥の観察動画400本以上、チャンネル登録数1,300人、再生回数48万回以上の実績あり(Japan Nice Life Eventで検索)	活動希望日：なし 謝礼：不要 ※交通費・会場費発生の場合は実費 準備物：パソコン、Wifi通信環境、動画編集ソフト(相談に応じます)	567

6 伝統・伝承

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
折り紙	昭和 15 年 女性	日本折紙協会認定講師。公民館で折紙教室を開催しています。	活動日：2～3か月前に予約必要 謝礼：5,000～8,000円/回 (2時間) 対象人数：数人～30人 ※教材(はさみ、のり、和紙)は講師が用意	505
姫路空襲の体験談	昭和 13 年 女性	姫路空襲の体験談をお話します。最近では、市内中学校や平和資料館で話す機会がありました。	活動希望日：特になし 謝礼：不要 交通費：実費	515
戦争・姫路空襲の体験談	昭和 4 年 男性	日中戦争と太平洋戦争中の生活と姫路空襲の実体験を基に、戦争の悲惨さと平和の尊さをお話します。	活動希望日：月・水曜以外の日 謝礼：60分 6,000円 90分 9,000円 交通費：実費 準備物：黒板か白板、マイク、長机	516
人形浄瑠璃の公演	昭和 25 年 男性	人形劇グループの手作り人形と義太夫三味線による、人形浄瑠璃「播州皿屋敷」や「お夏清十郎」を公演します。市内神社で、毎年公演しています。	活動希望日：応相談 謝礼：応相談 交通費：実費 準備物：なし	529
播州段文音頭の伝承と指導	播州段文音頭 余部保存会	姫路地区で今では聞かれなくなった音頭を伝承することを目的としています。近隣地区の盆踊りに参加しています。	活動希望日：要相談 謝礼・交通費：要相談 ※太鼓、音響設備はすべて持参 ※車3台程度の駐車場要	547
チャンバラごっこ、忍者ごっこ遊び	昭和 31 年 男性	新聞紙や段ボールで剣やカブト、手裏剣ブーメランを作り、チャンバラごっこや忍者ごっこ遊びを教えます。	活動日：要相談 謝礼・経費：交通費程度	555
ひょうごあそびの伝承	昭和 19 年 男性	腹話術がメインで、笑いと元気を運ぶことをモットーにしています。健康福祉施設や老人会の他、わくわく広場へも足を運び、子どもと一緒に楽しく活動しています。 腹話術：全日本あすなろ腹話術姫路支部会員。 安来節：どじょうすくい踊り 宇川流 初段	活動希望日：要相談 謝礼・交通費：要相談 準備物：依頼があったその都度、準備してほしいものを伝える	561

7 学習・教養

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
姫路の歴史、 姫路城について 思春期の子育 て、教育相談	昭和 25 年 男性	姫路の歴史や姫路城についてお話し ます。姫路城のガイドもできます。 思春期の子育てや不登校への対応、教 育相談にも応じます。	活動希望日：月・金 謝礼：10,000 円/回 交通費：実費	504
出前講座 (姫路城の歴史、 建造物、人物像、 伝説や秘密、 平成の大修理)	しろまる会	姫路城シルバー観光ガイドとして現 役で活躍している有志が、姫路城の歴 史や伝説、平成の大修理についてな ど、姫路城の素晴らしさを様々な角度 からお話します。	活動希望日：特になし 謝礼等：不要 準備物：ホワイトボード、 プロジェクター等 (あれば)	514
「姫路城の歴 史、構造(縄張、 天守、櫓、門等)」 「城の見方、楽 しみ方」 「千姫、宮本武 蔵、河合寸翁等 の人物」「播磨の 歴史」など	昭和 23 年 男性	現在も各公民館講師、姫路市老人福祉 センター教養講座講師などで活動し ています。 元姫路市立城郭研究室長、 元姫路城を守る会理事長、 元放送大学非常勤講師(面接授業) 著書『姫路城を歩く』	活動希望日：特になし 謝礼・経費：応相談 準備物：プロジェクター	519
くらしの文化史	昭和 23 年 男性	①日本遺産「銀の馬車道・鉱石の道」、 ②ユネスコ無形文化遺産「和食」、 ③江戸と明治の「旅のあれこれ」の テーマでお話します。	活動希望日：特になし 謝礼：交通費程度 準備物：黒板またはホワイト ボード 紙資料などを用意します。	535
英語多読	昭和 20 年 男性	やさしい英語の多読サークルを結成 して、英語の世界を楽しんでいます。	活動希望日：月・水・金曜日 謝礼：不要 交通費：実費 教材費用：実費 準備物：CDプレーヤー	503
英会話、 英作文、翻訳	昭和 14 年 男性	海外駐在の経験を生かして、英会話、 英作文、翻訳の指導を行います。 ネイティブ並みの発音には自信があ ります。	活動希望日：何曜日でも可 午前 8 時～午後 4 時 謝礼：1,000～1,500 円/時間 (応相談) 交通費：実費 教材費：依頼者が用意するな ら不要。講師が用意 するなら実費。	509
英語・秘書学	昭和 17 年 女性	英語の大学入試対策や秘書学を教え られます。学習塾での指導実績があ ります。	活動希望日：応相談 謝礼：応相談 交通費：実費 教材費：実費	525
英語	昭和 17 年 男性	元高校英語教師です。英文の読み方、 翻訳、文法などと共に、依頼者に合わ せて英語教育や大学入試の指導をし たいと思っています。	活動希望日：水・木曜日以外 謝礼：不要 教材費：実費(応相談)	532

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
ハンゲル講座	昭和 22 年 男性	50年にわたる韓国訪問、30年にわたる韓国語学習の中で学んだことを、ユーモアを交えて話します。	希望活動日：応相談 (木曜日及び第1、第3月曜日除く) 謝礼：1回当たり5,000円、 又は一人当たり500円 準備物：黒板又は白板	<u>534</u>
外国人への 日本語・パソコン 指導等	昭和 17 年 男性	日本に在留する外国人や技能実習生を対象に、やさしい日本語やパソコン指導、生活相談などを行います。 技術士（建設部門）、行政書士の資格あり。	活動希望日：休日(月2回程度) 8時から18時 謝礼：初回無料、 2回目以降1,000円/時間 交通費：実費(姫路市内無料) 教材費：実費(資料代100円/枚)	<u>502</u>
「子育て」 「ストレス対処」 「スムーズなコミュニケーションをめざして」 等の講座	昭和 26 年 女性	元中学校の教師としての経験を基に、心理学を用いたアドバイスができます。	活動希望日：特になし 謝礼：応相談 準備物：プロジェクター及び スクリーン	<u>539</u>
四国の仏教文化	昭和 15 年 男性	多くの遍路体験者から聞いた話をします。「四国の仏教文化」と人情及び教養を深めていただき、よりよき人生を作っていただきたいです。 約60分の講話で、前半はお話し、後半は質問形式で行います。	活動希望日：曜日を問わず 午後(応相談) 謝礼：不要 準備物：なし	<u>565</u>
面白教室 (英語・算数・ 数学)	昭和 32 年 男性	小・中学生を対象に、カードゲームを使いながら、楽しく面白く勉強する方法を教えます。 知り合いの子供たちに、指導してきた実績あり。	活動希望日：なし 謝礼：3,000円/時間 ※交通費・会場費発生の場合は 実費 準備物：なし	<u>567</u>
アメリカ英語 発音教室	昭和 30 年 男性	アメリカ英語の発音(50ある発音記号の音の出し方)を、中学生以上の方に教えます。外資系航空会社・アメリカ留学経験により、アメリカ人と同等の発音に教授します。 市内公民館で講師の実績あり。	活動希望日：要相談 謝礼・交通費：不要 教材費：プリント1枚につき5円 準備物：黒板・ホワイトボード	<u>576</u>
世間世渡り 社会学	昭和 11 年 男性	①人を動かすための思考、②ビジネス社会で生きる思考、③自分の生き方に自信をもつ思考、④経営学(起業創業と経営分析評価)などをテーマに講演します。公民館等で講演実績あり。 元中小企業診断士、 元 PASONA アグリビジネス経営塾講師	活動希望日：いつでも可 (午前10時～午後4時) ※日曜祭日・毎月8日を除く 謝礼：交通費(先方の規定) 準備物：黒板・プロジェクター	<u>578</u>

8 その他

登録内容	生まれ年・性別 /グループ名	活動の内容・自己PRなど	活動するに当たっての条件	登録 番号
認知症（介護） 予防教室	認知症予防教室 一輪会	昭和 30～40 年代に使っていた生活用品や回想カルタを用いた認知症（介護）予防教室を開催します。	活動希望日時：特になし ※時間は午前 10 時～午後 5 時 謝礼：10,000 円/回（交通費、資料代含む）	<u>501</u>
点字	昭和 15 年 女性	点字の指導を行います。	活動日：2～3 か月前に予約必要 謝礼：5,000～8,000 円/回 （2 時間） 対象人数：数人～30 人	<u>505</u>
相続・贈与 後見 創業・記帳指導	昭和 25 年 男性	相続・贈与・後見の講話や、創業・記帳指導を支援します。	活動希望日：応相談 謝礼等：10,000 円（2 時間・交通費込み）	<u>508</u>
キャリア カウンセリング	昭和 21 年 男性	キャリアカウンセラーとして、若者の進路相談や、退職後のキャリア設計の相談に応じます。	活動希望日：応相談 謝礼等：無償が基本だが、交通費・教材費等があればうれしい。	<u>507</u>
心理カウンセ リング カンボジアでのボランティア活動についての講演	昭和 13 年 女性	日本メンタルヘルス協会公認心理カウンセラー。本人のこと、家族のことなどの悩み事のカウンセリングを行います。 カンボジアの小学校を訪問して、子どもたちに歯みがきの仕方を教えるボランティアをしています。約 20 年にわたる活動についてお話しします。	活動希望日：特になし 謝礼：不要 交通費：実費	<u>515</u>
カウンセリング	大正 15 年 女性	30 年間カウンセリングに携わってきました。不登校、いじめ、自殺を考えている人などのカウンセリングをし、心理学を使って解決を図ります。	活動希望日：特になし 謝礼等：一切不要 活動場所：自宅、出張も可	<u>526</u>
心理カウンセ リング（悩み相 談・箱庭セラピ ー）	昭和 26 年 女性	元中学校の教師としての経験を基に、心理学を用いたアドバイスができます。 臨床心理カウンセラーとして大切な人を失った人の心のケアの活動（グループケア）、箱庭セラピーを行っています。	活動希望日：特になし 謝礼：応相談 準備物：講座の場合はプロジェクター（及びスクリーン）	<u>539</u>

生涯現役人材バンク依頼申込書

年 月 日

(あて先) 姫路市長

下記のとおり、生涯現役人材バンクの登録者の紹介を依頼します。

また、依頼に際し、この申込書記載の情報が、登録者に提供されることに同意します。

フリガナ			
氏名／ 団体名	(代表者の氏名)		
住所・ 団体所在地	〒 —		
連絡先 自宅 又は 団体を○で 囲ってくだ さい	電話 自宅・団体	()	
	代表者携帯	()	
	FAX 自宅・団体	()	
依頼する こと	日時・期間		
	会場・場所		
	参加人数		
	登録番号 内 容 (どんなことを 依頼するのか)	登録番号→	
依頼に 当たっ た条件・希望	謝 礼	有 () 円 ・ 無	
	経 費	交通費の負担	有 () 円 ・ 無
		材料費・教材費等の負担	有 () 円 ・ 無

◆〈受付欄〉 以下の欄は市役所で記入します。	
(受付日)	(受付方法) 窓口・郵送・FAX・メール
(対応)	

【送り先】 〒670-8501 姫路市安田四丁目1番地
 姫路市 生涯現役推進室 行
 FAX 079-221-2972
 メール ikigai@city.himeji.lg.jp
 【連絡先】 TEL 079-221-2991