

各位

社会教育課長  
(生涯学習係)

富士宮市生涯学習指導者登録銀行登録名簿の追加について

このことについて、下記の1名の登録が追加されました。先に配布させていただいた「生涯学習指導者一覧表」と共に保管・活用してください。

分類	氏名(雅号等)	指導項目	指導内容 条件等
4 スポーツ・レクリエーション分野(④ヨガ・ストレッチ・エクササイズ)	森村 諒子	ストレッチポール  子ども体づくり体操  産後体操	ストレッチポールを使用して、リラクゼーションや体幹トレーニングを行います。全身がバランス良く整い、日常動作やスポーツ時のパフォーマンスが向上します。  発育発達の理論に基づいた体操で、楽しく体を動かしながら運動能力を高めていきます。体幹もしっかりして、ケガをしにくい体をつくれます。  産後の体に合わせた体操で、ムリなく体を整えます。赤ちゃんと一緒にできる体操も行っています。  対 象：幼児～成人 産後体操は産後2カ月～可  費 用：予算に依る  時間帯：平日午前午後、土日午前午後

※ 個人情報の保護のため指導者の住所、連絡先は記載しておりません。

生涯学習指導者一覧表に掲載されている指導者に、連絡を取りたい場合には、お手数ですが下記までご連絡ください。

=担当=

社会教育課 生涯学習係  
深澤 秀人

電話 22-1186