

【生活一般】

No	ふりがな 氏名	指導内容	講師メッセージ	SNS ホームページ	範囲
1	しみず ふみお	パソコン初心者の困りごと相談、パソコン自主学習グループのすすめ	お手軽スマホのデータや写真の整理、資料作成にはパソコンの活用を！		市内
	清水 二三夫				
2	まるやま しげる	体験から得るエスプリ(仕事・趣味)、生業としてのコレクションの妙味(絨毯・キリム)、旅の醍醐味と教訓(日本国内・海外)	難しい話(講義・講話)ではなく、若い時(30代)に起業し、なお一人社長で…他人がやっていない世界(分野)で、ある種面白おかしい人生の体験談を。		市内
	丸山 繁				

【福祉ボランティア】

No	ふりがな 氏名	指導内容	講師メッセージ	SNS ホームページ	範囲
1	はら ふさこ	認知症予防のための脳活性化ケアゲーム	笑いヨガは心と身体の健康を目的にしたエクササイズ。茅野市を笑いで一杯にしましょう。		市内
	原 房子				
2	やまだ さとみ	認知症予防、介護予防体操、フィットネスエクササイズ	自宅に近い場所で、友人、ご近所の方と気軽に参加して、楽しく健康な体をつくりましょう。		市内
	山田 里美				