

出前講座の依頼は

各団体へ直接ご連絡ください。

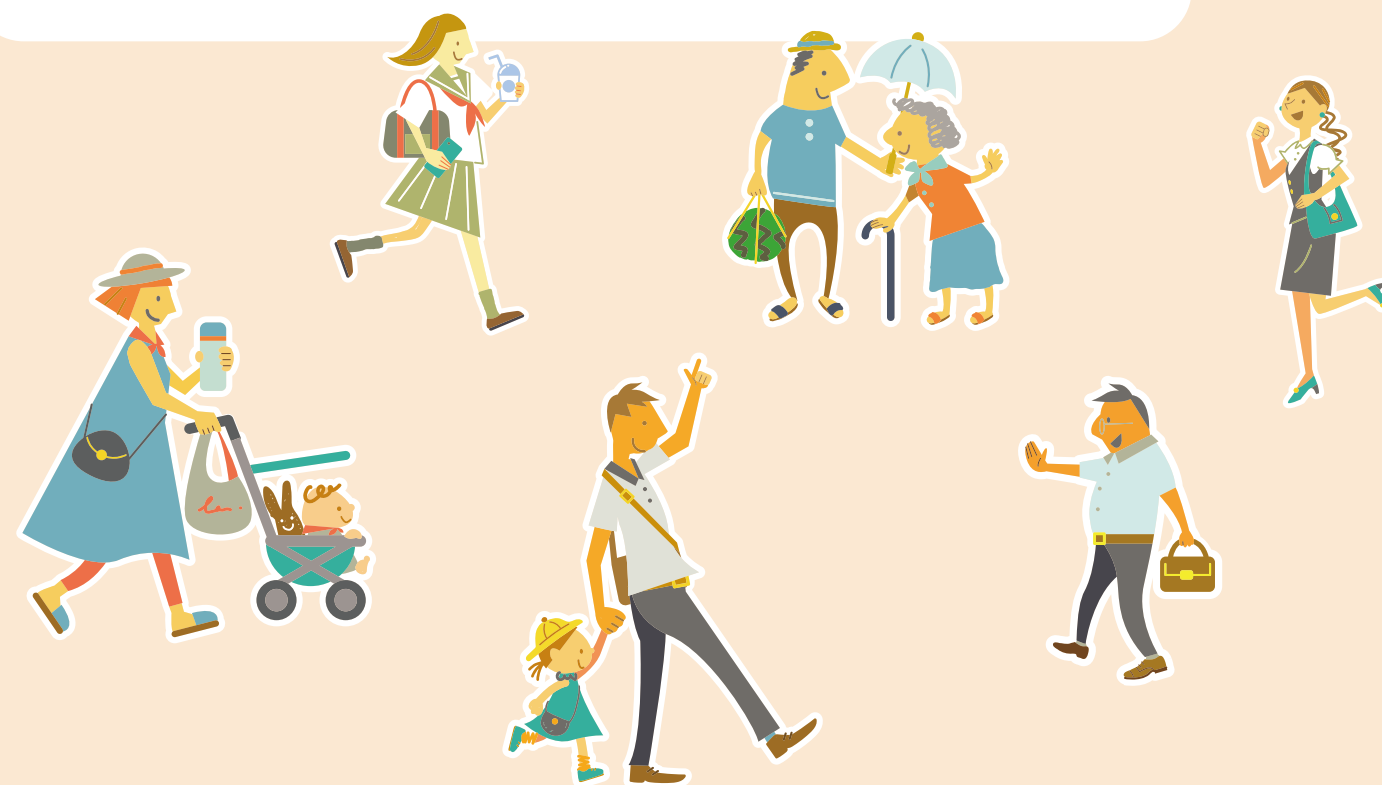
どの講師に連絡すればいいのか迷ったときには、
お気軽にプラッツへご相談ください。

令和7年度 講師育成事業



プラッツ登録団体による 出前講座のご案内

本誌はプラッツの講師育成事業「講師のタマゴ」参加団体として、
プラッツと講座を一緒に制作した団体を紹介しています。



出前講座に参加した皆さんの声

「i-ze (いーぜ)」の講座に参加

「相手の気持ちを承認し、共感しながら話を聴くことは、さまざまな状況においてとても大切なこと。今回、話を引き出す基礎を教えてもらったので、それらを日常生活や他の活動にも活かしていきたいと思った」

「スコーレ」の講座に参加

「具体的で身近な体験を講師が話してくれたので、とてもわかりやすかった」
「自分の子どもについて、違う見方ができた」「同じくらいの年齢の子どもを持つ母親同士で悩みをわかちあえた、充実した時間だった」

「千夜一夜」の講座に参加

「実際に身体を動かしたことで、理論を聞くだけよりも楽しんで参加できた」
「講師の方は参加者の気づきを大切にしながら場を作っているように感じられ、そのコーディネートがとても勉強になった」

「市民団体や近所の皆さんで、講師を招いて勉強会を開催したい」

「自治会やPTAなどでイベントやセミナーを企画していて、講師を探している」

そんな皆さん、ぜひ中面をご覧ください！

子育て、救命救急、傾聴、自己表現、音楽……。

さまざまなジャンルの出前講座をご紹介します。



<https://www.fuchu-platz.jp/event/1006350.html>
Webでは各講師のさらに詳しい情報や、過去のイベントレポートをご覧いただけます。

主催

府中市市民活動センター プラッツ

〒183-0023 東京都府中市宮町1-100 ル・シーニユ5、6階
京王線「府中駅」南口直結

TEL 042-319-9703

メール info@fuchu-platz.jp

担当 神名川、正田、伊藤

FAX 042-319-9714

H P <https://www.fuchu-platz.jp/>

出前講座のご案内

プラッツの講師育成事業「講師のタマゴ」参加団体として、プラッツと講座を一緒に制作した団体を紹介しています。
※詳しい講座内容・日時の調整・講師料の確認などは、各団体へお問い合わせください。

アダージョ



いろいろな音楽を楽しもう！

クラシック・ロック・J-ポップなど、さまざまなジャンルのおすすめ音楽紹介や、曲にまつわるこぼれ話などを紹介します。生演奏を取り入れることもできますのでご相談ください。

連絡先 高橋 宏壽
kouju-takahashi@mu.biglobe.ne.jp

対象 音楽を生活に取り入れ、リフレッシュしたい方。さまざまなジャンルの音楽について、おすすめの曲やよもやま話などを知りたい方など

その他 120分程度
講義・音楽鑑賞
5～20名程度

3PUSH



あなたにしか救えない命がある 胸骨圧迫とAED

「あっぱくんライト」を用いて手軽に1時間で胸骨圧迫とAEDの使い方を学びます。「もしも」という時に役立つ「知識と技術」が身につく講座です。

連絡先 三井 貴子
3pushnetwork@gmail.com

対象 小学生以上（小学3年生以下は保護者同伴）

その他 60分間
ワークショップ・体験
2～20名程度

i-ze（いーぜ）



笑顔と心を届けるお手伝い 「笑顔の傾聴」と「代筆」講座

高齢者介護施設などで、入居者のみなさんのお話をゆっくり聴き、思い出や想いを代筆する講座です。
あなたの「耳」と「心」が、誰かの安心と笑顔につながります。

連絡先 山根 浩子
090-2436-8485
izefuchu@gmail.com

対象 高齢者介護施設で傾聴ボランティアをしたい方

その他 120分間
ワークショップ・体験
2～10名程度

千夜二夜



自分の表現を見つけよう！人前であがらない、コンディショニング作り

ワークショップ「身体の仕組みを知って心身をリラックスさせ、緊張を味方にする」「自分にとって心地よい表現を見つけ、ストレスを解消する」など。

連絡先 櫻井 麻樹
090-4247-1477
goony39@gmail.com

対象 小学校高学年以上、サークル・学校・職場などでの研修も歓迎

その他 120分程度
講義・ワークショップ
15名程度

コミート



初めてでも安心、やさしいバルーンアート体験

シニア、キッズ、親子向けのバルーンアート教室を開催。ペンシルバルーンを使い、基本からかわいい作品まで楽しく制作します。手先を動かしながら、笑顔あふれるひとときを一緒にどうぞ。

連絡先 渡辺 海
comiito2024@gmail.com

対象 親子、子ども、シニアなど

その他 60分～90分程度
ワークショップ・体験
10～20名程度

DisegnoMINO



好きな服を着てお出かけしよう

伸縮性のない服の着脱で困ったことはありませんか？ ちょっとした工夫で、本人にも介助者にも簡単に快適な着脱ができる洋服のリメイクを、具体例とともにご紹介いたします。

連絡先 芹澤 友紀
info@disegnomino.jp

対象 障害のある方、そのご家族、学校関係者、支援者など

その他 120分程度
講義・ワークショップ
1～10名程度

公益社団法人 スコーレ家庭教育振興協会府中地区実行委員会



見方を変えれば子どもは伸びる！ 子どもの「困った」を、長所に変えよう

「親の愛情が伝わるほめ方」「子どもの短所を長所に変えるには」などの座学の後、参加者同士で互いの子どもの長所を見つけ、悩みをシェアするワークショップ。

連絡先 中村 香織
080-3543-5850
a-kaori_hmyk.0705@i.softbank.jp

対象 幼児～思春期の子どもの保護者

その他 90分程度
講義・ワークショップ
20名程度

NPO法人Pendemyデジタル教育ラボ



テクノロジーの進化と 子どもの教育について考えるワークショップ

「変革する未来に対して親として何ができるのか？」「AIなどの技術が進化した未来に対してどのような教育が必要か？」そんな漠然とした未来への不安を共有し、深く考え、次の行動に繋げるワークショップを開催します。

連絡先 木村 隼人
042-405-3233
contact@pendemy.com

対象 小学生の保護者、学校・PTA、教育機関

その他 90分程度
ワークショップ
5～20名程度
（20名以上は要相談）