

1 1 健康・スポーツ・体育(1) 健康一般・保健衛生 他

問合せコード	分類	名前	性別	指導実績・著書等	職業等	指導条件・要望・自己紹介等	居住地
6045	11-1 ⇒4-2 ⇒8-2	ヒラ ナオコ 野平 直子	女	* 家庭教育学級・公民館講座等で料理指導 * 地方自治体・小学校で食育講話、野菜・果物について講話	* 管理栄養士 * 野菜ソムリエ協会認定講師	* 内容・日時は逐次相談 * 野菜ソムリエ上級プロ・中医薬膳指導員 * 目からウロコの野菜料理や身近な食材を使った薬膳料理が得意です。	市内
17013	11-1 ⇒1	マツタ ミナコ 松下 美奈子	女	* 表情筋トレーニング 1日15分の顔の表情筋を鍛える体操で、お顔のシワ、タルミが解消できます。すてきな笑顔作りを提供します。 * 現在は自宅で指導しています。 * カルチャーセンター講師 * 母親向けセミナーの講師		* 逐次相談 * 私自身3人の男の子の子育てをし、家事に追われ、それを理由に自分のことは後回しになっていました。この表情筋トレーニングに出逢い、笑顔でいることの大切さを知り、年齢に関係なくいつまでも素敵でいられる生き方を学びました。一人でも多くの女性に伝えたいです。	春日井市
25009	11-1	ワタベ ヒサコ 渡辺 久子	女	* 整膚は皮膚を引っ張ってもどすことによって身体に負担をかけずに健康と美肌と癒しに最も効果のある施術です。道具を必要としない手技なので、いつでも直ぐにでもセルフ整膚をすることができます。 * 血液、リンパ、気の流れをアップすると抹消までの循環が良くなります。免疫力を高め、疲労回復、痛みの軽減、むくみの改善等に有効です。	* 整膚師範 * 美容整膚師範 * 看護師	* 月、木、土、日 OK * AM10:30～12:00またはPM1:30～3:00 * 人数は応相談	市内
30002	11-1 ⇒6-5	シバタ ヌヨ 柴田 加代 キンタビサコ 木下 尚子	女	「リコーダーによる早期認知症予防」(参加年齢問わず) 指は第2の脳といわれています。お手頃に購入できるリコーダーで指を使い、また、十分な有酸素運動もできるよう、工夫した指導を行います。認知症予防には「有酸素運動」と「知的作業」を同時に行うことが有効とされています。	両名とも元愛知県公立小中学校教諭など	両名とも元音楽教師。また「認知症予防音楽ケア体操指導員」の資格も有しております。ピアノがある施設を希望いたします。(休憩時間にはコグニサイズも少し取り入れます。)	市内
101003	11-1	イケタ ユウコ 池田 優子	女	・簡単足もみ講座講師・若石初級プロ講座講師 若石(じゃくせき)健康法とは、安全・簡単・即効性のあるWHO推奨のリフレクソロジー。足裏～膝下までもみほぐすことにより、血液循環が良くなり健康につながります。	国際若石認定プロ・日本若石マスターズ協会会員・若石健康普及指導士	曜日、時間等応相談。 「自分の健康は、自分で守る」をモットーに、ご家族でできる足の簡単セルフケアを指導いたします。	名古屋市
101012	11-1	オオヤマ アツシ 大山 敦史	男	①運動会のリレーで活躍する走り方講座 ②からだの痛みや姿勢、日常動作を10秒で変える講座 リハビリテーション専門職(15年)、大学講師、執筆活動多数	作業療法士、ファイナンシャルプランナー	平日、土日問わず相談可能です。時間は60～90分を予定しています。	日進市
102005	11-1 ⇒6-5	オノ マユカ 大野 真由香	女	音楽を用いて、認知症予防をしてみませんか。 音楽を用いるといっても、ただ音楽を聞くだけではありません。 音楽を聞き、歌い、運動(手を動かす運動から全身運動まで)をすることにより、脳を活性化することができます。 皆さん、ぜひ一緒に脳を活性化し、楽しく認知症を予防してみませんか。	一般社団法人日本音楽レクリエーション指導協会音楽レクリエーション指導士3級保持(認知症予防)	平日指導可能(時間帯要相談)	市内

【尾張旭市生涯学習教授リスト】 登録者の連絡先を知りたいかたは、尾張旭市教育委員会生涯学習課 電話 0561-76-8181(直通)へお問い合わせください。