

健康づくり講師名簿

平成30年7月現在

	氏名	所属	役職	栄養関係 講演テーマ
1	シラカタ ユキエ 白方 幸恵	愛媛県栄養士会 (松山市)	管理栄養士	①生活習慣病の食事
				②個人の健康管理
				③がん予防の食生活
				④高齢者の食事
2	イマガワ ヤヨイ 今川 弥生	株式会社ヘルシープラネット (松山市)	管理栄養士	①食からの健康づくり
			公認スポーツ栄養士	②いつまでも若々しく過ごすために(食と運動)
			健康運動指導士	③子供の食育、大人の食育
			健康運動指導士	④スポーツと栄養
3	ウサ リョウコ 宇佐 亮子	株式会社ヘルシープラネット (松山市)	管理栄養士	①食からの健康づくり
			健康運動指導士	②健康づくりのための運動(本当は凄いラジオ体操)
			健康運動指導士	③食事と運動でロコモ予防
			健康運動指導士	④いつまでも口から食べましょう(簡易介護食)
4	フジオカ ミチコ 藤岡 美智子	株式会社東京ネバーランド えひめ(新居浜市)	管理栄養士	①メタボ予防改善の食生活
			健康運動指導士	②健康づくりの運動と食事(講演と実技)
5	ハマダ チツル 濱田 千鶴	ジェイコー宇和島病院 (宇和島市)	管理栄養士	①生活習慣病と食事
			糖尿病療養指導士	②栄養バランスをとるための工夫

	氏名	所属	役職	保健体育・メンタルヘルス関係 講演テーマ
1	ウツノミヤ ユミ 宇都宮 由美	ガムサンの風 無影門 (松山市)	代表	①基本編リラックス&リフレッシュ(腹式呼吸と導引術)
				②チャイニーズエクササイズ
				③太極拳入門
2	タカギン キクオ 高岸 喜久雄	高岸鍼灸院 (松山市)	院長	①腰痛・膝痛の治療
				②肩こりは万病のもと
				③ツボ健康法 (以上講義と実技)
3	ヤノ ジョウコ 矢野 順子	生命の貯蓄体操普及会 (松山市)	理事長	①健康法
				②東洋医学
4	タダマサ ヒロフミ 忠政 啓文	全国トレイルランニングガイド 普及協会(久万高原町)	理事長	①健康づくりのための運動の基礎知識(講義と実技)
			健康運動指導士	②ウォーキング教室
5	ニシオカ ケイコ 西岡 恵子	NPO法人こころ塾 (松山市)	産業カウンセラー 心理相談員	職場で活かせるメンタルヘルス
6	ムラマツ シンイチロウ 村松 信一郎	NPO法人こころ塾 (松山市)	事務局長 作業指導員	手軽なストレッチで疲労回復・効率向上
7	タナカ トモコ 田中 朋子	有限会社えひめヘルスプラン 研究所 (松前町)	看護師・保健師	①ストレスマネジメントは自己理解から
				②心を聴くコミュニケーション
				③認知症予防
				④家庭で実践、介護技術
8	オノ カズミ 小野 和美	株式会社東京ネバーランド えひめ(新居浜市)	保健師	①メンタルヘルスセミナー(管理者向け・一般社員向け)
				②ストレスコントロール&実技セミナー
9	イノキ ハラ エリ 猪木原 江梨	株式会社東京ネバーランド えひめ(新居浜市)	パーソナルトレーナー	①ストレッチ・筋カトレーニング実技
				②介護予防のための運動
				③エアロビクス実技
10	コンドウ ユカ 近藤 由香	株式会社東京ネバーランド えひめ(新居浜市)	太極拳1級 指導員	①太極拳による健康運動教室
				②各種健康セミナー
11	ミウジョウ トモコ 明星 知子	株式会社東京ネバーランド えひめ(新居浜市)	健康運動実践指導者	メタボ予防改善の運動処方(講義と実技)

一般財団法人 愛媛社会保険協会

〒790-0867

松山市北立花町9-11

TEL: 089-941-9059

Fax: 089-941-9080

3	マツモト ヒデタカ 松本 英孝	医療法人 順風会 (松山市)	健康増進課長 健康運動指導士	①各職場に応じた健康体操(筋トレ、ストレッチ等)
				②高齢者のための健康づくり
				③健康づくりにおける危機管理
4	ミノブチ ユイコ 溝渕 ゆい子	医療法人 順風会 (松山市)	健康運動指導士	①高齢者の健康づくり
				②ストレッチ体操