

健康マイプラン実践講座 講師一覧表

【東播磨支部】

専 門	所 属 ・ 職 名	氏 名	指 導 分 野
1	一般社団法人 加古川医師会	団体登録	健康チェック（検診）、からだ（運動）、こころ アルコール、たばこ、がん、糖尿病、循環器疾患、 生活習慣病
2	生活習慣病 一般社団法人 高砂市医師会	団体登録	生活習慣病、からだ（運動）、骨粗鬆症
3	公益財団法人 加古川総合保健センター	団体登録	生活習慣病、健康チェック（がん検診）、アルコール
4	一般社団法人 明石市医師会 副会長 鈴木内科クリニック 院長	鈴木 光太郎	生活習慣病、食事、運動、糖尿病
5	からだ フィットネスインストラクター	石田 ひとみ	からだ（運動）
6	ピラティス・スタジオMOMO 代表トレーナー	百瀬 和子	からだ（運動）、こころ、生活習慣病、姿勢改善、 体幹トレーニング、肩こり・腰痛予防
7	健康運動指導士	正井 恵子	からだ（運動）、転倒予防、生活習慣病
8	からだ 兵庫ロコモ寺子屋	徳田 泰伸	からだ（ロコモティブシンドローム指導）、 生活習慣病
9	外林針灸接骨院 院長	外林 雅夫	からだ（運動）、認知症・フレイル予防のための 脳トレ・体操
10	くらしイキイキ脳活塾、保健師、健康運動指導士	北山 八千代	からだ（運動）、生活習慣病、筋膜リリース
11	理学療法士	里内 靖和	からだ（運動）、フレイル予防、転倒予防、認知症 予防、みるみる効果が出る筋トレ
12	徳山接骨院 院長	徳山 敦夫	老化は足から始まる、バランス能力を改善する歩行トレーニング、そのウォーキングで健康になれる？正しい歩き方と靴の関係
13	食 明石地区病院栄養士会	団体登録	食事・栄養
14	加古川健康福祉事務所管内栄養士会	和田 幸枝	栄養指導、調理指導
15	一般社団法人 兵庫栄養振興会 理事	深澤 譲	食、健康対策、調理実習
16	アンドマルシェプラス 代表 森永食研(株) 商品開発顧問	生駒 雅司	食全般、調理指導、食育
17	管理栄養士・防災士	濱田 真里	食養生、生活習慣病予防、災害栄養
18	こころ 元 兵庫県立大学教授	近澤 範子	こころの健康、ストレスと上手につきあうために
19	音楽療法士グループ りんでんばうむ	団体登録	音楽療法、こころ、からだ（運動）、健康危機に おける健康確保対策
20	歯と口腔 一般社団法人 播磨歯科医師会	団体登録	歯と口腔の健康
21	一般社団法人 明石市歯科医師会	団体登録	歯と口腔の健康
22	その他 一般社団法人 播磨薬剤師会	団体登録	くすり（正しい使い方、副作用、飲み合わせ）
23	一般社団法人 播磨薬剤師会 理事	金川 明裕	くすり（正しい使い方、副作用、飲み合わせ）