

NPO法人兵庫県元気UP↑協会の 「メタボ&介護予防運動」出前講座！

厚生労働省の、国民の健康増進を図るための施策、「健康日本 21」では、ロコモティブシンドローム（介護・寝たきりの予防）、メタボリックシンドロームの予防等、社会生活を営むために必要な運動機能の向上対策が挙げられています。兵庫県元気UP↑協会では、健康・運動に関する様々な講演・講座の講師を派遣しております。町内会・老人クラブ・地域サロンなどの健康行事に、是非、ご活用ください。

ご希望の会場まで、こちらから伺います！



講師プロフィール

健康運動指導士 水田 伸一

兵庫県認証 NPO法人兵庫県元気UP↑協会 理事長
プライベートパーソナルジム 元気UP↑倶楽部 代表
自治体介護予防・メタボ事業講師（加古川市・加西市）
DVD「いきいき百歳体操」加古川市版に出演（写真→）



出前講座の講師料については場所・日時・内容などをお伺いし、お見積りをさせていただきます。ご希望のご予算の範囲内で、ご提案させていただくことも可能です。お問い合わせは下記まで、お気軽にお申し付けください。