

「健康マイプラン実践講座」講師一覧

【但馬支部】

	専門分野	所属・職名	氏名	備考
1	生活習慣病	朝来市医師会	団体登録	
2		公立豊岡病院組合立 豊岡病院 日高医療センター病院長	田中 慎一郎	高脂血症、高血圧症、腎不全、糖尿病
3	からだ	チェアエクササイズインストラクター	小西 晶子	楽しくやりやすい運動で、心・体・脳をほぐし、きたえ、リフレッシュします。チェア体操、エアロビクス、ウォーキング指導
4		健康運動指導士	高橋 博	体操指導、ウォーキング指導、水泳指導
5		パーソナルトレーナー	藤本 周一郎	トレーニング指導、水泳指導
6		(ニュージーランドダンスチーム) The Projekt team 所属,ダンスインストラクター	藤原 真紀	昭和の名曲をつかって、歌って楽しめる、全身をつかってのやさしいダンスエクササイズや、イスを使い座った姿勢のまま楽しめるエクササイズ、脳トレ遊びなど
7	食	但馬地域栄養士会	岸本 美津子	食、生活習慣病(メボリックシンドローム)
8		但馬地域栄養士会	中島 むつみ	糖尿病、慢性腎臓病、生活習慣病、健康チェック、フレイル予防
9		但馬地域栄養士会	宮田 さと子	
10		但馬地域栄養士会	咲花 めぐみ	食育、フレイル予防、生活習慣病
11		但馬地域栄養士会	山口 三起子	栄養講話(フレイル・スポーツ栄養・健康講話・災害時の栄養)、調理実習
12		豊岡管内いずみ会(豊岡市・香美町・新温泉町)	団体登録	
13		南但いずみ会(朝来市・養父市)	団体登録	
14	歯	香美町国保小代診療所歯科	上田 通明	口腔問題と全身健康
15		養父市国民健康保険大屋歯科診療所 所長	砂治 國隆	食について
16		田中歯科医院長	田中 匠	
17		元公立八鹿病院歯科部長	米田 優	上手な歯磨き、口腔癌、癌と口腔ケア、歯の治療や、入れ歯の話
18		さかい歯科医院	酒井 秀之	
19		古田歯科医院長	古田 正彦	摂食、咀嚼、嚥下、食
20		蔵野歯科医院長	蔵野 彰王	摂食嚥下障害、栄養サポート口腔ケア、歯科と介護保険
21		地域活動歯科衛生士	宮垣 万里子	
22	こころ	臨床心理士	長坂 由香	こころの健康
23		歌唱療法士	宮脇 由美	歌をうたいながら、手遊び、体操をすることで、脳を活性化し、元気なからだを維持する。