

健康マイプラン実践講座 登録講師一覧表 【阪神北支部】

|    | 分野         | 所 属・職 名            | 氏 名    | 対応<br>地域 | 専門分野                       | 講演内容の主なテーマや内容                                                 |
|----|------------|--------------------|--------|----------|----------------------------|---------------------------------------------------------------|
| 1  | 生活<br>習慣病  | 一社)宝塚市医師会          | 団体登録   | 2        | 生活習慣病                      | 随時対応                                                          |
| 2  | 健康<br>チェック | 宝塚市立病院             | 団体登録   | 1        | 健康チェック                     | 健康チェック(感染予防)                                                  |
| 3  | からだ        | 宝塚市スポーツ推進委員会       | 田中 百合子 | 2        | からだ                        | 介護予防、フレイル予防等の健康体操                                             |
| 4  |            | 宝塚市スポーツ推進委員会       | 中戸 春美  | 1        | からだ(運動)                    | 介護予防体操(脳トレ・筋トレ等)                                              |
| 5  | 食          | 伊丹市栄養士会            | 団体登録   | 3        | 食、アルコール                    | 生活習慣病に関する食事療法                                                 |
| 6  |            | 三田市いずみ会            | 団体登録   | 1        | 食                          | 食と健康(随時対応)                                                    |
| 7  |            | 川西・猪名川地域活動栄養士協議会   | 団体登録   | 2        | 食                          | 食(随時対応)                                                       |
| 8  |            | 一般社団法人 兵庫栄養振興会 理事  | 深澤 譲   | 2        | 食、健康危機対策                   | 健康寿命を延ばす食事の秘訣、食育                                              |
| 9  | 歯          | 一社)伊丹市歯科医師会        | 団体登録   | 1        | 歯および口腔                     | 歯および口腔について                                                    |
| 10 |            | 一社)宝塚市歯科医師会        | 団体登録   | 2        | 歯及び口腔                      | 口腔ケア、オーラルフレイル等                                                |
| 11 |            | 一社)川西市歯科医師会        | 団体登録   | 1        | 歯及び口腔                      | 歯及び口腔について                                                     |
| 12 |            | 公社)兵庫県歯科衛生士会阪神北支部  | 団体登録   | 1        | 歯及び口腔                      | 歯及び口腔(フレイル予防)                                                 |
| 13 | こころ        | 尚仁会 平島病院 脳神経内科医師   | 舟川 格   | 3        | こころ                        | こころ(認知症)                                                      |
| 14 |            | むくみ専門サロン・ヨガ教室(看護師) | 天井 紀代美 | 2        | 生活習慣病、健康チェック、からだ(運動)、食、こころ | 「めぐり改善でめざせ若返り」「フレイル予防」「こころとカラダの免疫力アップ」「リンパのお話・セルフリンパマッサージ体験」等 |
| 15 |            | 健幸づくりアドバイザー        | 村上 昌子  | 1        | 生活習慣病、健康チェック、食、こころ         | 腸内環境改善、生活習慣病予防、認知症予防、フレイル予防                                   |

※ 対応可能地域番号:1.登録地域のみ、2.要相談、3.県内全地域対応

令和7年4月末現在