

介護予防活動支援講師登録簿

指導分野: 転ばない体づくりを目指すためのプログラム

No.	講師名	所持資格	指導内容	活動可能日・時間	活動地域	所属団体名
1	高橋 史恵	愛知県健康づくりリーダー	地域の方の希望にそった内容 (立位、座位、脳トレ、筋トレ等)	火曜日(9~11時)・木曜日(13時30分~15時) ※木曜日は第3のみ	市内全域	
2	豊谷 順子	愛知県健康づくりリーダー	転倒防止の為の運動プログラム	水曜日(13~15時)・木曜日(13~15時) 金曜日(13~15時)	市内全域	
3	松原 覚	愛知県健康づくりリーダー	ウォーキング教室「正しい歩き方」	火曜日(10~15時)・水曜日(10~15時) 木曜日(10~15時) ※月・金曜日は要相談	市内全域	
4	大山 也恵	愛知県健康づくりリーダー	ゴムチューブを使って筋力アップ	月曜日(9~12時)・木曜日(9~12時) 土曜日(13~17時) ※上記以外は要相談	市内全域	
5	谷口 澄子	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ・筋トレ・ダンス・ボールを使った運動、 レクリエーション	月曜日(13~16時)・水曜日(13~16時)	市内全域	
6	鈴木 久美子	愛知県健康づくりリーダー	有酸素運動、筋力トレーニング	月曜日(9~17時)・火曜日(12~17時) 木曜日(9~17時)・金曜日(9~16時)	市内全域	
7	三浦 雅子	愛知県健康づくりリーダー	呼吸とあわせた動作、ラジオ体操、 椅子・床に座ってのストレッチ、自重を使う筋トレ	月曜日(9~13時)・火曜日(9~17時) 水曜日(9~13時)・金曜日(13~17時) 土曜日(13~17時)・日曜日(13~17時)	市内全域	
8	森川 早苗	愛知県健康づくりリーダー	ボールを使った筋トレ、レクダンス	月曜日(11~16時) ※上記以外は要相談	市内全域	
9	加藤 智子	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、 筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
10	長江 美知代	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、 筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
11	竹谷 真由美	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、 筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
12	松原 千鶴	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、 筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
13	夏目 祥子	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、 筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)

指導分野: 転ばない体づくりを目指すためのプログラム

No.	講師名	所持資格	指導内容	活動可能日・時間	活動地域	所属団体名
14	長田 高代	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
15	加藤 さつき	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
16	伊藤 早苗	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
17	加藤 さおり	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
18	中島 みどり	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
19	土井 江里子	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
20	花井 美直子	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
21	加藤 弘美	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)
22	加藤 亜佐美	愛知県健康づくりリーダー	ストレッチ、健康体操(音楽プログラム)、筋力トレーニング	その都度相談	市内全域	瀬戸市体操協会 (会長:加藤智子)