

愛知県社会保険協会 健康づくり講演会協力講師名簿

平成29年3月現在

(医師関係)

氏名	所属・略歴等	講演テーマ
井口昭久	医学博士 名古屋大学 名誉教授 愛知淑徳大学 スポーツ・健康医科学科 教授 一般財団法人中京長寿医療研究推進財団 理事長 元名古屋大学医学部付属病院長	元気に老いる 老いても脳は進化する 糖尿病は怖くない 生活習慣病と認知症について 認知症予防について
長瀬治之	臨床心理士 ながせ心理相談室	こころの病気にならないために こころの病気って何があるの? 脳は怠者、体は頑固、こころは? 聴く力、話す力を鍛える 男は黙ってサッポロビール ストレスの文化的背景 お酒とストレス
中原晋一	中原歯科医院 院長 前名古屋市東区歯科医師会 会長	噛み合せと全身(の健康)の関係(健康づくりは、まず噛み合せから) 咀嚼に関する誤解について 口臭について 噛み合せと人生 顎関節症と不定愁訴 新発見・唾液・無呼吸・咬みしめ・口の乾燥・歯周病予防に効く新型プレートデビュー

(栄養関係)

大石陽子	有限会社 大石仲間女クッキングスペース 専任管理栄養士 愛知調理専門学校 非常勤講師 有限会社 名星フード クッキングアドバイザー	おいしさを作る要因って何? 生活習慣病の予防のために 上手に使おう、食事バランスガイド
広瀬輝美	管理栄養士 愛知県栄養士会 元理事 愛知県栄養士会 食育委員会 委員長	楽しく学ぶ食生活の基本 50歳からの食事と健康 生活習慣病予防のための食事作り 料理と生きがい 食事と楽しみ 災害時の食の備え 健康寿命って~ピンピンコロリの食生活~

(保健体育関係)

井坂津矢子	井坂ヨガ研究所 代表 健康運動指導士	○ヤル気・勇気・元気・陽気の出る健康法 ○呼吸があなたを変える ○笑顔と笑いのレッスン ○いつでもどこでもできる健康法 ○ビジネスマンのための健康法 ○四季のヨガ ○足と脚・手と腕の健康法
福本登美子	(Laughter Yoga International 認定) 笑いヨガティーチャー、日本笑い学会講師 ヨガ指導員、認知症サポーター	笑い与健康 笑いの効果と健康 笑いヨガの実践(手拍子・深呼吸・子供にかえるおまじない・笑いヨガセッション) 体調改善ヨガ
小嶋一夫	健康づくり総合企画 株式会社ライトウェブ 代表取締役 一般社団法人 ANCA 自律神経ケア協会理事 一級姿勢保健均整師、経絡均整ヨガ、棒気功講師	らくらく健康法 職場でできる均整ヨガ&気功 肩こり・腰痛・便秘対策の話 ストレス解消法マインドフルネス 即効!!気力アップ均整ヨガ 自律神経(生命神経)を整える均整ヨガ 脳を活性化する・均整体操

小嶋 夕佳	トータルライフ サポートシステム プロデュース 健康づくり総合企画 株式会社ライトウェーブ 代表取締役 一般社団法人 ANCA 自律神経ケア協会理事長 姿勢保健均整師、均整ヨーガ、棒気功講師	コンディショニング健康法 自律神経(生命神経)バランス測定で疲れの実体を知る! ストレスマネージメント&メンタルケア 自律神経(生命神経)バランス測定調整健康法 21Cの健康管理 免疫力を高める均整ヨーガ 防衛体力アップ! 3・3・3(3分・3種・3回)リフレッシュ体操 5分で出来るストレス解消体操 誰でも出来る簡単リラックス気功 職場での簡単メンタルケア体操 ストレス解消法マインドフルネス
小林 義雄	中京大学 名誉教授 (教育学博士)	生活習慣病(成人病)の予防に対する運動習慣の役割 中高年の身体と健康づくり 頭(脳)のフィットネスと健康寿命 ウォーキング(有酸素運動)が果たす素晴らしい健康効果
株式会社 Performance Reha 神谷 秀明	株式会社 Performance Reha 代表取締役 中部大学第一高等学校バスケ部副部長 トレーナー 理学療法士、鍼灸師、アスレティックトレーナー	四十肩、五十肩に対する豆知識とエクササイズ 内臓ストレッチ(内臓を自己管理でストレッチして代謝を良くする) うつ病などに対する治療の話 家庭円満を保つための下半身エクササイズ
株式会社 Performance Reha まえがねく 前 兼久 俊一	パフォーマンス リハセンター センター長 健康経営アドバイザー ヘルスケアアクセラレーター 桜丘高等学校男女バスケ部副部長 トレーナー 理学療法士、鍼灸師、パーソナルトレーナー	スタッフが元気になると企業が元気になる~健康経営のススメ~ 心と身体のメンテナンス マインドフルネス メタボリックシンドロームに対する豆知識とエクササイズ 不眠症に対する自己管理方法
株式会社 Performance Reha 矢野 奉紀	パフォーマンス リハセンター スタッフ One Foot 代表、豊橋陸上クラブメディカルトレーナー 小島プレス工業(株)陸上競技部トレーナー 理学療法士、スポーツシューフィッターマスター&ボドローグ	正しい靴選びで楽に歩こう! 靴選びの秘訣 仕事が楽になる! 正しい腰痛予防のコツ もう悩まない! 肩こり予防に最適なストレッチ&トレーニング

(著名人関係)

中條 泰彦	日本陰陽会 会長 中日文化センター 講師	易(占い)から見た世相と人間関係(恋愛・結婚、離婚・再婚、家庭・職場、その他) 開運の七大原則(古代中国の叢知、易は語る) 手相・人相は語る 家相・風水の知識と活用法
林 伸彦	愛知学院大学 経営学部 教授 日本中小企業学会 副会長	環境変化と中小企業経営 名古屋の産業・企業 創造性とアイデア発想法
藤枝 静次	HEART 生きがい研究所 代表 アチーブメント中部 代表 レクリエーションコーディネーター、余暇生活開発士 生きがい情報士、健康管理士、ホームヘルパー 愛知県健康生きがいアドバイザー協議会 会長	生きがいとボランティア 健康、経済、生きがいについて 地域活動で輝く人生を アクティブシニアの生きがいづくり 健康と生きがい人生創造 趣味でつながる地縁・社縁・絆づくり これから始める地域デビュー 心身の健康で健全社会を育てよう 世代を超えて培う力、健全社会の指南役 知恵と地縁と社縁 人づくり・地域づくり・町づくり共に学んで明るい社会