

<b>登録名</b> (ふりがな)	西口 榮子 (にしぐち えいこ)
<b>ジャンル</b>	スポーツ・健康
<b>ジャンルの詳細</b>	健康講座
<b>活動の種類</b>	指導・講演
<b>活動内容</b>	植物療法、運動療法、音楽療法など取り入れて疾患予防講座を行っています。アロマオイルを使って脳の活性化用ディフューズや血液の流れをスムーズにするクリーム、肌の健康用化粧水などの実習も行っています。
<b>活動に関する資格・ 経験・活動歴等</b>	資格：医学博士、栄養学修士、教育学士、 JAMHA 認定メディカルハーブコーディネーター 経験：教員（短大 39 年、高校 7 年）歴 46 年、セミナー歴 10 年以上 所属団体：健康教室きずな
<b>活動の対象</b>	どなたでも
<b>活動可能日</b>	相談可

<b>具体的なプログラムの一例</b>	
<b>【タイトル】</b> フレイル予防	
<b>【内容】</b> 講座：“免疫を食事で作る” 実習：健康ハーブティー試飲、ハーブ入り手作り石鹸づくり 運動：呼吸法、ハーモニカ指導	
<b>【定員】</b> 20 名	
<b>【所要時間】</b> 140 分	
<b>【教材費】</b> 2,500 円（材料費、消費税込み）	
<b>【その他】</b>	

<b>街のアドバイザーから</b> 植物療法、運動療法、音楽療法など取り入れて疾患予防講座を行っています。アロマオイルを使って脳の活性化用ディフューズや血液の流れをスムーズにするクリーム、肌の健康用化粧水などの実習も行っています。出張講演・実習も行います。テーマは、依頼者の要望にお応えします。
--