

登録名 (ふりがな)	西口 榮子 (にしぐち えいこ)
ジャンル	スポーツ・健康
ジャンルの詳細	健康講座
活動の種類	指導・講演
活動内容	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きます。
活動に関する資格・ 経験・活動歴等	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：健康教室さずな
活動の対象	どなたでも
活動可能日	相談可
具体的なプログラムの一例	
【タイトル】 フレイル予防	
【内容】 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	
【定員】 20 名	
【所要時間】 140 分	
【教材費】 2,500 円（材料費、消費税込み）	
【その他】	

街のアドバイザーから

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きます。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。