

安城市健康づくりサポーター登録内容

【個人】

登録番号	0003	
登録日	2016年6月1日	
氏名	近藤 恭子	
連絡先	住所	(保健センターにお問い合わせください)
	電話	(保健センターにお問い合わせください)
	メールアドレス	kyontaro1201_front_weapon@yahoo.co.jp
活動目的	<p>こころとからだの健康づくり 毎日の生活を楽しく、豊かにするサポート 赤ちゃんからシニアまですべての方</p>	
活動内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ゆったりヨガ 自分の心と体の状態に気づき不調を改善 ・ママヨガ 産後のママのための心と身体づくり ・椅子ヨガ 体力に自信がない方、シニア向けのやさしいヨガ ・乳がん啓発運動指導 乳がんの知識とセルフチェック体操 ・呼吸体操 呼吸をメインに動く簡単体操 	
新規メンバー等の受入れ	入会募集	随時
	参加費	有料(1000円)
	参加申込方法	メールにて申し込みをお願いします。
講師派遣等	対応可能な項目	講師派遣 教室実施
	費用	有償 (6,000円～)
	内容	<ul style="list-style-type: none"> ・シニアヨガ ・産後ヨガ ・一般向けヨガ ・マインドフルネス ・呼吸体操 ・乳がん啓発運動 【資格】・松下ヨガ学院 ヨガインストラクター ・マタニティヨガ ・親子ヨガ指導士 ・腰痛改善ヨガ指導士 ・乳がん啓発運動指導士 ・マインドフルネス瞑想 呼吸ヨガ指導士