～地域とつながる～

これまでの講師実績

伊東市後援事業

- ・スローエアロビック教室開催

健康推進課の事業

- ・健康講座 知って防ごう血栓症 運動講師
- ・特定保健指導 運動講座
- ・骨粗しょう症事後教室
- ・運動教室きっかけエクササイズ
- ・男性限定の運動教室
- ・メンズクラブ(男性限定の運動教室卒業生の会)
- ・特定保健指導 運動講師
- ・糖尿病患者会「みらいの会」運動講師

高齢者福祉課の事業

- ・ 伊東市健康体操クラブ 筋トレ講師
(宇佐美・鎌田・吉田・富戸 担当)
- ・ 一般介護予防事業 講師 (小室圏域 担当)
- ・ 短期集中予防事業 講師 (小室圏域 担当)