

令和7年度 介護予防講師派遣事業 講師一覧

高齢者支援課

講師との調整が必要ですので開催の2か月前までに申請してください。

いつまでも元気に過ごす(運動、フレイル、ロコモ予防)

内 容	講師職種	講師氏名
フレイル・転倒・骨折予防	日本海総合病院	理学療法士
ロコモ・フレイル予防、軽体操	元気王国	各指導員
ダンス、筋トレ、脳活、口・舌・のどトレ、骨盤底筋対策	健康運動指導士	伊藤 みふゆ
メタボ・ロコモ・フレイル予防改善(筋トレ、柔軟体操)	健康運動指導士	鈴木 勝義
ロコモ・フレイル予防、軽体操、背骨コンディショニング	健康運動実践指導者	富樫 朗子
ロコモ・フレイル予防、軽体操、リズム体操	健康運動実践指導者	鈴木 浩子
ロコモ・フレイル予防、軽体操	運動指導士	藤井 紀子
スロー筋トレ・認知症予防運動・生活習慣病予防	ウェルネスマネージャー 介護予防運動指導員	飯野 隆
リハビリ専門職が伝える歩き方講座、 ロコモ・フレイル予防、リハビリ栄養	理学療法士、作業療法士 言語聴覚士	介護老人保健施設うらら リハビリ科
軽体操・ヨガ・心のケア	ヨガ療法士	佐藤 健志
体操ヨガ・シニアヨガ	ヨガインストラクター(介護支援専門員)	石川 未来
椅子ヨガ・シニアヨガ・脳トレ	ヨガインストラクター	後藤 充子
フレイル予防・がん予防・睡眠	明治安田生命酒田営業所	

おいしく食べるために(口腔・栄養)

内 容	講師職種	講師氏名
口腔機能向上	歯科医師	
口腔ケア教室	市役所歯科衛生士	
運動と栄養について・むせない食事の作り方	管理栄養士	介護老人保健施設うらら 栄養科・リハビリ科
高齢期の食生活	管理栄養士	星川 陽子
高齢期の食生活	栄養士	佐藤 喜久
高齢期の食生活	市役所栄養士	

住み慣れた地域で暮らす(社会参加)

内 容	講師職種	講師氏名
家庭内事故を減らすためのちょっとした工夫	一般社団法人ナカマチラボ	齋藤 健太郎
防災関係の講習・勉強会等	酒田防災ネットワーク	宇佐美 末吉
悪徳商法予防	酒田消費生活センター	
悪徳商法予防	酒田警察署	
交通安全	酒田市まちづくり推進課	
交通安全	酒田警察署	
救急と防火	酒田消防署	
終活を考える	庄内余目病院	
自宅でできる終活	社会福祉士	長岡 佑輔
成年後見制度	地域包括支援センター	

講師との調整が必要ですので開催の2か月前までに申請してください。

心身の健康、認知症予防

内 容	講師職種	講師氏名
こころの健康づくり	庄内保健所	
疾病予防・地域医療在宅医療、認知症予防	医師	
疾病予防・地域医療在宅医療、認知症予防	庄内余目病院	
認知症予防	作業療法士（県作業療法士会）	
認知症予防	地域包括支援センター	
薬と健康	薬剤師（山形県薬剤師会）	
笑い与健康づくり	作業療法士	佐藤 裕邦
ミュージックセラピー	ミュージックケア講師	小松 睦
音楽とヨガで心と体の健幸づくり	音楽健康指導士	佐藤 美由紀
ストレスが減る呼吸法	上級心理カウンセラー	斎藤 みつえ
紙芝居で学ぶ認知症予防	看護師	堀 千秋

その他

内 容	講師職種	講師氏名
歌いながら、手・指を動かし健康づくり	歌謡教室講師	佐藤 良子
庄内弁ソング&トーク	ローカルソングライター	中野目のふみおちゃん
歌声喫茶	地域講師	信坂 ひろみ
津軽三味線と津軽手踊り	湯どうぶコンビ	長谷川裕玖・石川笑子
おもしろマジック笑い(ショー)(冬期間は活動休止)	おもしろマジッククラブ	おもしろマジック会員
人形劇、布絵芝居、ロール紙芝居、脳トレで遊ぼう	きりりまめ・豆ネット	そんとき一座
米さんの紙芝居(活動期間10/14~翌3月いっぱい)	街頭紙芝居屋	米田 佐之助
紙芝居	地域講師	池田 ちゑ
ガーデニング教室	地域講師	佐藤 眞里
絆盆栽製作・絆盆栽剪定、芽摘み等の勉強会 絆盆栽の苗木交換	絆盆栽を愛する会	阿部貢・石黒保明・古跡道子
笑いで介護予防	路地裏芸人's	佐藤 信洋
笑いヨガ	ラフターヨガリーダー（保健師）	佐藤 さえ子
筋膜リリース講座・しなやかな心のつくり方 終活準備ノート作り・防災講座	たき未来企画代表	荒生 多喜
もぎりあ〜と	地域講師	佐藤 典子
方言ミニ講座+方言カルタ	酒田方言あそび研究会	齋藤 健太郎
健康づくりについて	庄内ヤクルト	
MYライフ&エンディング、介護のそなえ	明治安田生命酒田営業所	