2023年度 講演会実施記録

団体名	カテゴリー	講話の内容
一般社団法人日本健康機構	生活習慣病	健診結果の見方・活かし方
一般社団法人日本健康機構	その他	アロマを活用した健康ケアについて
一般社団法人日本健康機構	メンタル	アンガーマネジメントについて
一般社団法人日本健康機構	食	食べても食べても太らない方法
トヨタ看護専門学校	メンタル	アスリートへのメンタルコーチング ～心と体を養う～
(株)ファーマプランニング	滑舌	滑舌力&話し方を鍛えて健康度アップ
群馬ヤクルト販売株式会社	その他	健康管理士一般指導員 資格認定試験 直前講座
(一財)土木建築厚生会	滑舌	健康滑舌トレーニング
(一財)土木建築厚生会口	食	早めの対策でフレイル予防！健康寿命と免疫力を高める食事と運動
国土技術政策総合研究所	生活習慣病	生活習慣病を予防する手軽にできる健康運動
首都圏建設産業ユニオン	高齢者	高齢者のフレイル・転倒予防
首都圏建設産業ユニオン	その他	アルコールと健康管理
一般社団法人広島県管工事業協会	生活習慣病	元気で働き続けるためのヒント～生活習慣病を予防しよう～
(株)クレディセゾン	生活習慣病	人生100年時代を元気に生き抜くための健康寿命の延ばし方
(株)日乃出江口	食	安全は食事で作る！事故を防ぎ集中力を高めるための健康管理と食事法
株式会社アイテクノ	運動	無理なく出来る体幹トレーニング
株式会社マツポー	中高年	若年性認知症の予防・対処方法について
日本公衆電話会	運動	60代からの運動不足解消トレーニング・わくわく運動
ENEOS関東SS工事安全衛生協会の	生活習慣病	免疫力を上げるコツ
ENEOS株式株式会社 中央技術研究所	運動	いつでもどこでもトライ！肩こり&腰痛改善エクササイズ
あいおいニッセイ同和損保	食	健康プチ紹介記事・免疫力を高める食生活のために
日本生命 大阪都心南支社	睡眠	質の良い睡眠と健康
一般社団法人 第二地方銀行協会	メンタル	心と体の健康
一般社団法人 第二地方銀行協会	睡眠	マネジメントで仕事力向上(ぐっすり眠れるコツ)
りそな総合研究所	睡眠	睡眠マネジメントで仕事力向上
りそな総合研究所	睡眠	睡眠マネジメントで仕事力向上
株式会社CHUJO	生活習慣病	笑顔と活気ある、未来経営企業会は心と体の健康から
株式会社キャリアパワー	メンタル	職場でのコミュニケーション、セルフケアなどのメンタルヘルスについて
株式会社ゆたかカレッジ	運動	運動と健康の関わり
協愛株式会社	メンタル	ストレスフリー習慣術
京王観光(株)	生活習慣病	生活習慣病の怖さ～行きつく先は「心筋梗塞」「脳卒中」
パルシステム神奈川	睡眠	睡眠のふしぎ
パルシステム千葉	生活習慣病	健康診断結果の見方、生活習慣病のリスク・予防について
パルシステム千葉野田センター	睡眠	睡眠の不思議
パルシステム千葉習志野センター口	食育	元気の秘密の「うんち」について
生活協同組合パルシステム埼玉	生活習慣病	家族の健康講座
生活協同組合パルシステム埼玉	睡眠	睡眠について
人事院(本府省)	生活習慣病	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(本府省)	生活習慣病	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(北海道)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(東北)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(関東)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(中部)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(近畿)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(中国)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(四国)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(九州)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(沖縄)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(40代向け)
人事院(本府省)	中高年	これからの半生をいきいきと健康に過ごすために(50代向け)
会計検査院	生活習慣病	健康管理
東京国税局	メンタル	メンタルヘルス
警察共済組合警察庁支部	生活習慣病	生活習慣病の予防

台東区シニアクラブ連合会	食	食べて健康寿命を延ばす
台東区シニアクラブ連合会	運動	無理のない元気体操と健康トレーニング
多摩市老人クラブ連合会(第2ブロック)	運動	筋力トレーニング
中央区立シニアセンター	高齢者	心身の健康維持のための健康講座
中央区立シニアセンター	高齢者	ウォーキング講座
中央区立シニアセンター	高齢者	いつまでも自分の足で歩きたい！関節・筋肉を強化するため、食べるものを工夫しましょう
中央区立シニアセンター	高齢者	滑舌トレーニングと口腔ケア
中央区立シニアセンター	高齢者	備えあれば憂いなしざいざというときに
中央区役所	食	免疫力アップの栄養学
中野区友愛クラブ連合会	滑舌	滑舌トレーニング
中野区しんやまの家	滑舌	健康滑舌トレーニング
中野区立中央図書館 企画事業	食	快眠へとつながる食事法
墨田区教育委員会	食育	子どもの健康～知力・体力を育む食生活～
墨田区老人クラブ連合会	運動	健康ウォーキング教室
墨田区老人クラブ連合会(第一地区)	運動	サンサン運動教室
墨田区老人クラブ連合会(第二地区)	運動	サンサン運動教室
墨田区老人クラブ連合会(第三地区)	運動	サンサン運動教室
墨田区老人クラブ連合会(第四地区)	運動	サンサン運動教室
墨田区老人クラブ連合会(第五地区)	運動	サンサン運動教室
墨田区老人クラブ連合会(第六地区)	運動	サンサン運動教室
東京都老人クラブ連合会(島しょ部・大島)	滑舌	健康滑舌トレーニング
東京都老人クラブ連合会(第三ブロック)	滑舌	滑舌トレーニング講座
東京都老人クラブ連合会(城南ブロック)	滑舌	滑舌トレーニング
東京都老人クラブ連合会(城北ブロック)	滑舌	健康滑舌トレーニング
東京都老人クラブ連合会(城西ブロック)	運動	筋力トレーニング
西東京老人クラブ連合会	滑舌	滑舌トレーニング講座
小金井市悠友クラブ連合会	運動	筋力トレーニング講習会
真岡市役所	滑舌	「脱マスク生活。滑舌力UP！」～マスクを外してもクリアなコミュニケーションを～
茂木町保健福祉センター「元氣アップ館」	睡眠	よく眠れていますか？睡眠改善のコツ
茨城県常総市幸せ長寿課	メンタル	①私の気持ちを上手に伝える方法 ②笑顔で引き出す！私たちの最強パワー
越谷北ロータリークラブ	生活習慣病	疾病予防と治療
君津保健所管内栄養士協議会	睡眠	質の良い睡眠と健康～生活習慣病予防の観点から～
習志野市教育委員会	メンタル	ストレスと上手に付き合いおう～心と体のセルフケア～
神栖市食生活改善推進員協議会	食	食と健康
成田市健康づくり推進協議会	脳トレ	脳を鍛えていきいきライフ～脳のメモ帳を広げよう～
白井市青少年女性センター	食育	バナナうんちで元気な子！～生活リズムを整えよう～
千葉県生涯大学校	運動	筋力向上簡単トレーニングを身につけよう
千葉県生涯大学校	運動	筋力向上簡単トレーニングを身につけよう
千葉市オストミー協会	高齢者	高齢者と食生活
鷹岡地区まちづくり協議会	高齢者	シニア世代の食生活～フレイルを予防しよう～
関市役所	生活習慣病	高血圧からあなたを守る
田辺市役所	中高年	40歳からのインナービューティー
ダイゾーOB会	運動	いつまでも健康に過ごすためのエクササイズ
兵庫県市町村職員共済組合	その他	食べて若返り・アンチエイジングで最高の健康美
奈良県総務部総務厚生センター	運動	スキマ時間で「ちょいトレ・ちょいリラ」
奈良県総務部総務厚生センター	運動	スキマ時間で「ちょいトレ・ちょいリラ」
奈良県総務部総務厚生センター	中高年	働く世代からのフレイル予防
奈良県総務部総務厚生センター	中高年	働く世代からのフレイル予防
奈良県臨床検査技師会	睡眠	人生が変わる睡眠 体内時計を活用した快眠術
岡垣中央幼稚園保護者の会	食育	母と子の食育～1日の始まりは朝ごはんから