

鉄 マグネシウムが不足だと！



経営者
モーニングセミナー

テーマ 活力朝礼のために！

～人体の生理機能の観点から健康運動指導士のメッセージ～

障害を負ってからでは遅い！それに気づいて医療者の立場と、スポーツの立場から健康になる指導者を目指して「健康運動指導士」を取得しました。でも、運動が全てを解決する訳ではないと分かりました。まず、私たちの体の中で何が起きていて、どうすることが必要なのか、みなさんと共有したいと思います。

日時

2018年9月18日(火) am6:00～7:00

【朝食会 7:00～7:45】

会場

ニューサンピア (高崎市島野町1333 TEL:027-353-1107)

講師



PTR 空我

代表

西田 尚 氏

(にしだ たかし)

略歴

福岡県生まれ。2000年に群馬に移住し、群馬が大好きな50歳。28歳で参加した青年海外協力隊の経験から土木の世界を捨て医療の世界に転身を決意。38歳、リハビリテーションのセラピストとして社会再デビュー。しかし、臨床経験を積む毎に、「病気になってからでは遅い」と感じ、スポーツインストラクターの資格取得を目指す。

2013年、2015年と再び国際協力ボランティアとして活動する中で少しずつ計画を実行し2017年健康・体力づくり事業財団の「健康運動指導士」を取得、同年PTR空我を立ち上げ、人々の健康に寄与するための活動を開始した。

コメント.....

健康のためには1に運動、2に運動か...否。きっと目から鱗のお話ができると思います。



一般社団法人 倫理研究所
高崎東倫理法人会

高崎東倫理法人会 会長 中澤 洋子

URL <http://www.rinri-takasakihigashi.org>

連絡先：モーニングセミナー委員長
カノウ キミヒコ

TEL 080-4355-0932

facebook <http://www.facebook.com/takasakihigashi>