

NO		ひらた かずみ
6	講師	平田 和美

経歴	金沢大学教育学部教育専攻科卒 元兵庫県立社高校教諭、神戸保育専門学院講師 現在NPO法人リズム体操研究会理事
資格	健康生きがいつくりアドバイザー リズム体操インストラクター及び介護予防運動指導員
活動歴	全国リズム体操指導者講習会講師 コープこうべコープスポーツリズム体操他多くの教室で指導中
講演テーマ	元気と笑顔の出るリズム体操で幸せづくり
内容	楽しく動いて転倒予防（介護予防）お手軽腰痛予防、 椅子に座って歌いながら楽しく行える脳力・体力・筋力アップ タオルを使ったストレッチングや活脳あそび 等



指導中の講師（画面中央）