

指導(活動)分野	骨格から整える姿勢指導	指導 披露 講義
ふりがな	すぎはら ひろあき	登録番号
氏名またはグループ名	杉原 宏昭	G - 5
指導(活動)内容	・骨格(人の身体の206個の骨の構成)の状態で見える健康観察	
対象者の程度	気軽に楽しむ	初心者向け 中級者向け 上級者向け レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子) 小学生 中高生 大人 高齢者	どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・フレームセラピスト養成講座常任講師(20年) ・高齢者の生活向上(機能訓練等)の企画・運営・指導 ・3歳から楽しく体感を鍛えるスポーツ教室の企画・運営他	
経費	・指導(活動)料 なし	・材料費 なし 交通費 実費

### 【プログラムの一例】

#### 骨格から整える姿勢指導

定員:10~20人 所要時間:90~120分

- ① 骨格ドック(検査)で体幹チェック
- ② セルフケアのやり方指導
- ③ 質問タイム

#### 「3歳から始められる子供の姿勢教室」

- ① お子さんの歪みを確認します
- ② 簡単な動作で矯正する方法をお教えます



### 【街の先生からひとこと】

今まで不調の原因として見過ごされてきた骨、最近やっとその大切さが見直されてきました。レントゲンに写らない紙一重の歪みから体の不調がわかります。ぜひ一度お試しください。