

## 馬渕 牧子

Mabuchi Makiko

まぶち まきこ

Fitness-Ja ンぐる 所属

カラダまなびラボ.(鳥取大丸 5 階) イベントマネージャー

### ■資格

- 看護師
- Fitness-Ja ンぐるアカデミー 認定トレーナー

### ■主な事業実績

- 岩美町二次予防高齢者運動器の機能向上運動教室 講師
  - 鳥取市「特定保健指導」講師
  - 岩美町「特定保健指導」講師
  - 鳥取市・岩美町・八頭町・智頭町「血糖改善教室」講師
  - 岩美町介護予防「玉手箱体操」普及員養成講座 講師
  - CATV いなばぴよんぴよんネット レギュラー出演
  - 地域包括支援にこここ体操サークル講師
- 岩美すこやかセンター「介護予防」  
鳥取市高齢者福祉センター「リズムウォーク」  
鳥取市西人権福祉センター「ストレッチ」

等



まぶち まきこ  
馬渕 牧子

鳥取市在住

看護師、運動指導員として疾病予防の観点からの運動を専門として活動中。

市町村事業の特定保健指導、糖尿病予防、CKD 予防の運動講師を担当。また、介護予防運動、企業の健康づくりへの介入も得意とし、講演会等の活動をしています。

運動で、多くの人の心と体を健康に！

## Fitness Ja-んぐる

〒680-0871

鳥取県鳥取市吉成南町 2 丁目 9 番 10 号

TEL/FAX 0857-53-4742

