

出張健康づくり教室

ダイエット・肩こり腰痛予防教室、
生活習慣病予防教室など。
オンラインレッスンも可能です！
県外の企業様もサポートさせて
いただいています。



介護予防教室

自治体様と連携し展開。
専門のインストラクターが
「楽しく効果のある運動」
を実施しています。



キッズスクールの運営

様々な種目で敏捷性を高める
指導をします。
専門スポーツへ移行する前の
基本から応用まで対応！



明るく、楽しく、元気よく！ 地域の皆さまとともに。



いつまでも健康で豊かな生活を！健康づくりのお役立ちはお任せください。
株式会社SKSS（さんびる健康スポーツ支援センター） TEL：0852-20-7782 FAX：0852-26-0339

特定保健指導

オンライン・対面での
指導の実施。
個別・グループでも。
対面の場合、
島根県内どこでも
お伺いいたします。

高齢者への 訪問栄養指導

自治体様と連携して、
地域の高齢者のお宅へ訪問。
生活背景を考慮した栄養指導を
します。
心身機能の維持、
介護予防を目的と
しています。

健康セミナー講師

免疫力を上げる食事講座、
肥満予防・改善セミナー、
高齢者向けの低栄養予防講座、
中学運動部への身体づくり講座
などなど！
幅広い年齢に応じた講座を
開催しています。



栄養サポート プログラム

企業・スポーツ団体の
専属管理栄養士、
健康運動指導士として
サポートさせていただきます。