

■ 講師プロフィール

清水 素子（しみず もとこ）

- ラフターヨガ インターナショナル ユニバーシティ
認定ティーチャー（笑いヨガティーチャー）
- 日本レジリエンス研究所 認定レジリエンストレーナー



＜経歴＞

愛媛県今治市出身 岐阜薬科大学卒 薬剤師
大学卒業後 (株)大塚製薬に勤務し 出産を機に退職
娘の難病・自身のがんの経験から代替療法を勉強する。

2006年 自宅サロンと感情解放ワークショップを開始
2012年 笑いヨガリーダー
(現在は 笑いヨガティーチャー、笑いヨガコーチング・笑いと健康講師)
2019年 NESTSA JAPAN 認定 介護予防健康アドバイザー
2023年 レジリエンストレーナー認定

＜活動の場＞

- ※ 笑いヨガ moko ちゃんクラブ
- ・阿南市羽ノ浦勤労女性センター（第2金曜日 13:00～14:30 参加費 500 円）
 - ・北島町総合庁舎駐車場サンライフ北島前（毎週木曜日 9:00～9:25 無料）

老人会・婦人会・難病患者の会・JA・社会福祉協議会・鳴門シルバー大学校・生きがい講座・阿南市健康講座多数・障がい者家族会・自殺予防講座・公務員退職者連盟・徳島市医師会講演・徳島県看護専門学校非常勤講師 等