

(令和8年1月19日発表)

市民公開講座「体も心もアップデート～ダンス×トークでととのう私」開催

<p>◆アピール ポイント</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・「女性の健康週間（3/1～3/8）」に先立ち、市民公開講座「体も心もアップデート～ダンス×トークでととのう私」を開催します。 ・女性の健康に関する知識の向上と、健康課題への関心を高めることを目的に、トークセッションやダンスイベント、体験型測定などを通して、健康づくりの取り組みを紹介します。 ・特に、若者世代をターゲットとし、妊娠・出産に伴う身体の変化や婦人科がんの早期発見・予防につながる検診の重要性など、「自分の健康は自分で守る」意識の向上を図ります。 ・公開講座には、知って、肝炎プロジェクトのスペシャルサポーター「佐藤三兄弟」が登壇、会場と一体となって“楽しく学ぶ・一緒に体を動かす”ダンスチャレンジを実施し、ダンスを通じた健康づくりの大切さを発信します。 ・また、手首に超音波を当て、骨の健康度（強度）を評価する「骨ウェーブ」（協力：中北薬品（株））など健康に関する測定コーナーを設置します。
<p>◆内容など</p>	<p>日時：令和8年2月1日（日） 13時30分～15時30分 会場：アイセル 21 1階ホール（葵区東草深町3-18） 定員：200名（参加費無料）、事前申込制（先着順） 応募方法：https://logoform.jp/form/79j2/1388853（締切：1/25（日））</p> <p>講座概要</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オープニングダンスショー I.R.M. ダンスアカデミー チーム「ティアラ」 ・第一部 トークセッション（13時45分～） 登壇者：佐藤三兄弟（知って、肝炎プロジェクトスペシャルサポーター） 宮崎 敦子（みやざき あつこ）氏 （東京大学先端科学技術研究センター特任講師） 鈴木 美香（すずき みか）氏 （聖隷健康サポートセンターShizuoka 所長 婦人科医） ・第二部 ダンスセッション（14時50分～） 佐藤三兄弟によるダンスチャレンジ I.R.M. ダンスアカデミー代表 森 育子（もり いくこ）先生による健やかエクササイズ ・健康宣言・写真撮影（15時15分～） <p>詳しくは、市ホームページ (https://www.city.shizuoka.lg.jp/s7463/s012360.html) をご覧ください。</p>

別紙資料 有

【問合せ】 健康づくり推進課（静岡庁舎 12 階）
担当 片井、佐藤
電話 054-221-1579

ゲスト紹介

登壇者

さとうさんきょうだい
佐藤三兄弟



2024年厚生労働省「知って、
肝炎プロジェクト」スペシャル
サポーター就任。
SNS総フォロワー数330万人を
誇る一卵性三つ子。
世界に男子新体操を広める
べくパフォーマーとして活動中
である。

みやざき あつこ
宮崎 敦子 氏



東京大学先端科学技術研究
センター 身体情報学分野
特任講師、博士(医学)
ダンスが健康に与える影響を
5年間に渡り研究・分析してい
る。

すずき みか
鈴木 美香 氏



聖隷健康サポートセンター
Shizuoka所長
医学博士、日本産科婦人科学
会専門医
浜松医科大学非常勤講師
静岡県立大学客員教授
婦人科診療・がん検診等の
予防医療に従事、女性の
ヘルスケアにも積極的に取り組
んでいる。

ダンス・エクササイズ

もり いくこ
森 育子氏



I.R.M.ダンスアカデミーチーム
ティアラ



創設50年の歴史をもつ、森育子ダンススタジオ・I.R.M.ダンスアカデミー代表。
ミス・ユニバース2007に輝いた森理世氏の母であり、「静岡発、世界へ」をテーマに
本格的なダンスから健康維持のエクササイズを、多くの生徒に指導している。

測定コーナー

骨ウェーブ(手首で骨強度をチェック)ほか (協力：中北薬品株式会社)

会場

アイセル21 1階 ホール

静岡市葵区東草深町3-18

交通アクセス

バス JR静岡駅北口10番のりば 県立病院高松線「アイセル21」下車

徒歩 JR静岡駅より30分 しずてつ新静岡駅より20分 しずてつ日吉町駅より15分

※駐車場は台数に限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。

