

女性の健康週間【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～

参加費:無料

事前申込制

定員200名

日 時・場 所

2026年
2月 1日(日)

13:30～15:30
(入場13:00～)

アイセル21 1階 ホール
静岡市葵区東草深町3-18



応募締切

1月 25日(日)

応募はWEBにて

右記のQRコードより
お申込みフォームに
アクセスいただき、必
要事項をご入力の上
お申ください。



オープニングダンスショー 13:35～13:45

特別ゲスト I.R.M.ダンスアカデミーチーム「ティアラ」

第1部 トークセッション 13:45～14:35

登 壇 者

- アーティスト 佐藤三兄弟
- 東京大学 特任講師 宮崎敦子 氏
- 聖隸健康サポートセンター 鈴木美香 氏
- Shizuoka 婦人科医



第2部 ダンスセッション 14:50～15:15

佐藤三兄弟とダンスチャレンジ

森育子先生による 健やかエクササイズ

(森育子ダンススタジオ・I.R.M.ダンスアカデミー代表)

健康宣言・写真撮影 15:15～



●お問い合わせ:静岡市役所健康づくり推進課 054-221-1579

●協力 厚生労働省 知って、肝炎プロジェクト・健康一番プロジェクト



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
ソローラー就任。
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。

ゲスト紹介

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



聖隸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 しづてつ新静岡駅より20分 しづてつ日吉町駅より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。

