

日時

2026  
3/8 (日)

(開場) 12:30

(開演) 13:00

参加  
無料

予約制  
定員500名

会場

牧之原市相良総合センター  
い〜ら(牧之原市須々木140)

ご来場特典  
ご来場アンケートと  
引き換えにプレゼント  
を贈呈いたします。

未来へつなぐ、私たちの健康

# 男女の生涯健康セミナー

医療講演

13:15~

16:00

- ・男性女性の不妊や更年期
- ・プレコンセプションケア（妊娠前からの健康管理）
- ・男性女性それぞれに起こりやすい病気や、健康づくり
- ・なかなか聞けない、性と生殖についての豆知識 など



「女性の健康とプレコンセプションケア」  
聖隷健康サポートセンターShizuoka  
所長 鈴木 美香 先生



「男性の健康について」  
〜意外に知らない  
男性不妊や男性更年期〜  
SRHクリニック  
院長 今井 伸 先生



座長  
あかほりクリニック  
産婦人科医 赤堀 彰夫 先生

## 健康づくり体験コーナー(16:00~17:00)

ヨガ体験

①16:00~16:20  
②16:20~16:40

講師 まある助産院  
深澤知美さん

健康チェック

- ・骨密度、血管年齢チェック（杏林堂薬局）
- ・姿勢チェック（シンコースポーツ）

協力展示

- ・大塚製薬株式会社
- ・NPO法人はびねす
- ・女性が働きやすい職場環境づくり宣言賛同企業
- ・3ピズマルシェ

お申込み

QRコードを読み取り、  
必要事項を入力ください。



ヨガのお申込みもこちらから。詳細は市ホームページをご覧ください。

問合せ先 牧之原市健康推進課 0548-23-0024

- 共催：静岡産科婦人科学会 / 静岡県産婦人科医会 / 牧之原市 / 大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ事業部
- 協力：社会福祉法人聖隷福祉事業団 / NPO法人くすり・たべもの・からだの協議会