

日時

2026

3/8(日)

(開場) 12:30

(開演) 13:00

会場

牧之原市相良総合センター  
い～ら(牧之原市須々木140)

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」  
聖隸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法人はぴねす
- ・女性が働きやすい職場環境づくり宣言賛同企業
- ・3ビズマルシェ

### 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ルティカルズ事業部

●協力: 社会福祉法人聖隸福祉事業団 / NPO法人くすり・たべもの・からだの協議会