

2月23日は世界遺産「富士山の日」です!

# 「富士山の日関連イベント」 すこやかセンターまつり

## 2/20<sup>土</sup> 開催

参加料は  
**すべて無料**  
粗品プレゼント  
もあり!

事前申込みのイベント TEL又は窓口にてお申込み下さい。

### 知って得する! 県民健康講座

お申込み  
締切  
2/19(金)

元オリンピック代表選手による対談・講演とバレーボール教室

#### 1部 対談・講演会 (1階ホール)

白井貴子氏と多治見麻子氏の対談

テーマ 「私たちの歩んできたオリンピックと東京オリンピックへの期待」  
●時間/10:00~11:45 ●定員/300名

#### 2部 実技指導 (体育館) 対象/高校生以上

①楽しく出来るソフトバレー教室 (担当/白井氏)

●時間/13:30~15:30 ●定員/30名

②経験者の為のバレーボール本格レッスン (担当/多治見氏)

●時間/13:30~15:30 ●定員/20名 ●2/13(土)締切

●チームでの申込みの場合は1チーム3名までの申込み

●応募者多数の場合、抽選となります。抽選の場合は2/16(火)に当選通知を発送致します。



白井貴子さん  
モンテリオール五輪  
バレーボール金メダリスト



多治見麻子さん  
バルセロナ五輪・アトランタ五輪  
バレーボール日本代表

金メダルを間近で見られるチャンス!

### 新規 ヨガ教室体験

●時間/①13:00~14:00  
②14:30~15:30

●定員/20名

●対象/一般成人

3月5日(土)の13時30分からの新しいヨガ教室。パワーヨガ系なので、筋力・体力・シェイプアップに最適! 男性の方にもお勧め!



お申込み  
締切  
2/19(金)

●担当インストラクター/山田香織プロフェッショナル  
・全米ヨガアライアンス・指導メソッドナチュラヨガ他

### シェイプボール教室体験

●時間/①10:00~10:50  
②11:00~11:50

●定員/20名 ●対象/一般成人

●担当インストラクター/松原忍先生  
小さなボールを使って気になる部分の引き締め、柔軟性も高めることができるエクササイズ!

お申込み  
締切  
2/19(金)

### 親子で作る富士山巻き寿司!



二人で力を合わせて  
富士山の飾り巻き寿司を  
作ってませんか?  
作ったお寿司はお持ち帰り頂けます。

●時間/13:00~15:00  
●対象・定員/お子様が年少以上の  
親子15組  
●持ち物/エプロン・三角巾  
タッパー・サララップ

お申込み締切  
2/17(水)

### 親子で食育! お部屋deとれたて!

### 世界で一つのドリーム畑を作ろう!

親子で食の大切さを学び  
栽培・収穫・食を楽しもう!

●時間/10:00~12:15  
●対象・定員/お子様が年少以上の  
親子50組  
●持ち物/2ℓのペットボトル  
飾りつけたい材料

ペットボトル  
の飾りつけも  
行います!

### 初心者の為の無料体験教室



動作改善で歩行能力、  
競技力UP!!

●時間/①13:00~14:00  
②14:30~15:30  
③16:00~17:00  
●定員/各教室10名  
(マシンを使ったことがない方のみ)  
●対象/中学生以上

お申込み締切  
2/19(金)

## 当日参加OKのイベント 先着受付となりますので、開始時間までに窓口までお越し下さい。

### ステージイベント 定員300名 事前申し込み不要

#### ①脳の活性化プログラム シナプソロジー体験会

新しい刺激で、脳を活性化!  
感覚器や認知機能の刺激を変化させ、脳を活性化させる今注目のプログラム体験会です!

●時間/13:00~14:00

現場で シナプソロジー活用術  
役立つ!! ●時間/11:45~15:00

#### ②けん玉パフォーマンス& けん玉検定会

「日本けん玉協会認定けん玉」  
が抽選で5名様に当たる!

●時間/14:10~15:00



日本けん玉協会5段  
吉永七重氏

### 牛乳パックでマイ畑体験

豆苗入りピザの試食会もあります  
牛乳パックを使った  
マイ畑体験がお手軽に  
出来ます!

●時間/13:00~15:00

### 木こり体験!

普段は出来ないチェーンソーで木を切る木こり体験をしよう!

●時間/10:00~15:00

木を使った自由工作も楽しく  
作ることが出来ます!

### バルーンアート・紙切り絵・フラワーアレンジメント体験

●バルーンアート担当/中山瞳さん  
・世界公認バルーンアーティスト(CBA)  
・2014 世界大会テーブル  
アレンジメント部門優勝  
・2014 世界大会ハット部門優勝  
・2009-国内外で多数優勝

●時間/13:00~16:00

●紙切り絵担当/水口千令さん  
・2010 上海万博日本産業展  
パフォーマンス  
パフォーマンス  
・2013 ヨーロピアンフェア  
日本ステージパフォーマンス  
その他多岐にわたり活躍。

●時間/13:00~16:00

●フラワー  
アレンジメント担当  
土屋陽子先生  
・古流松風流いけばな教授  
・花・芸術文化協会認定教室  
・POPクリエイター

●時間/10:00~16:00

### 卓球台・トレーニングルーム・スラックライン個人開放

●時間/卓球台)9:00~12:00(トレーニングルーム)9:00~21:00  
(スラックライン)①9:00~12:00②17:00~20:30

今話題の、網渡りのようなバランススポーツの機会に是非体験してみましょ!

自分のカラダの  
中身を知ろう! In Body測定会 ●時間/10:00~16:00

### 飲食販売コーナー

カフェ ロハス  
●CAFE LOHAS  
ヘルシースイーツの  
試食会&販売会

●授産品・コーヒー (協力:三島市障害者就労支援  
きょうどう隊)

●ファイテン販売会・柿田川湧水カラー

お申込み・お問い合わせ TEL.055-973-7000

「事前申込みのイベント」は応募者多数の場合はキャンセル待ちをお受けします。参加申込み後、キャンセルされる場合はお早めにご連絡下さい。

主催 あなたの健康 みんなの幸せ **静岡県総合健康センター**

三島市谷田 2276 (休館日/月曜日・年末年始) 指定管理者/シンコースポーツ・静岡ビル保養グループ ●三島総合病院すぐ近く

後援:シナプソロジー普及協会 協力:三島市障害者就労支援きょうどう隊 協賛:コカコーラ・イーストジャパン(株)、米久ペンディング(株)、大塚製薬(株)、ファイテン(株)

