

平成29年度 スミセイ ウエルネス セミナー 開催内容

都市	開催日	共催新聞社	内容	講師 (敬称略)
札幌	3/2 ・6	北海道新聞社	第1部スペシャルトーク「人生と健康～北海道に住んで気づいたこと～」、第2部講演「がんを防ごう～最新の予防法と治療～」	千堂あきほ(女優・タレント)、高山秀毅(AIR-Gパーソナリティ)、岩本進(北海道新聞社編集局生活部編集委員)
旭川	10/28	北海道新聞社 旭川支社	講演「知っ得！がんに負けない知識」	奥仲哲弥(山王病院副院長)
釧路	3/8	釧路新聞社	第1講(タニタ式生活習慣病予防～健康長寿―“一無、二少、三多”のススメ)、第2講(今日から出来ます～アクティブに過ごすための食事)	池田義雄(日本生活習慣病予防協会理事)、山崎三枝(釧路短期大学教授)
北見	10/29	北海道新聞 北見支社	講演「スポーツを通じて学んだ身体との付き合い方」	清水宏保(スポーツコメンテーター)
青森	10/28	東奥日報社	第1部演題「短命県返上の秘策-健康長寿の切り札は筋肉だった!」、第2部演題「地域と共に歩む健康増進活動-けねぐなったらおしまいだ-」、第3部演題「美しさの鍵は”あなた自身”～私の健康法から～」	末綱太(青森新都市病院副院長)、石木基夫(医療法人堂慈会理事長)、安斉香(日本予防医療術協会認定ヨガインストラクター)
仙台	1/27	河北新報社	講演(生活をトレーニングに！体力づくりのひと工夫)、実習(①リハビリ講座「安全に食べるための嚥下体操」②栄養講座「クッキングから健康に」)	河村孝幸(東北福祉大学健康科学部医療経営管理学科准教授)、高島美奈子、高橋美喜子(仙台医療福祉専門学校専任教員)
秋田	11/8	秋田魁新報社	第1部講演「本当は怖いお酒の話～お酒とのつきあい方を再考してみませんか?～」、第2部講演「元気な腸でいきいき健康に!～今日から始める食事のコツとは?～」	米山奈奈子(秋田大学大学院医学系研究科教授)、谷口典子(BFホールディングス(株)管理栄養士)、
大仙	11/11		介護実技講習「実技を学んで在宅介護をもっと身近に」	平澤昭子(秋田県立リハビリテーション医療センター看護部長)、東海林真理子(秋田県立リハビリテーション医療センター看護部長)

都市	開催日	共催新聞社	内容	講師（敬称略）
山形	9/30	山形新聞社	第1部「お口を健康にすることで、健康寿命を延ばしませんか」、第2部「5度の手術と乳房再建1800日」	村山敏明(山形県歯科医師会常務理事)、生稲晃子(女優)
福島	12/2	福島民報社	第1部「タニタの健康セミナー～タニタ食堂に学ぶ500kcalまんぷく定食のコツ～」、第2部講演「身体と向き合う方法」	鹿沼敦子(タニタヘルスリンク管理栄養士)、杉山愛(スポーツコメンテーター・元プロテニスプレーヤー)
宇都宮	12/5・7	下野新聞社	講演①(ロコモを予防し健康寿命を！)、講演②(養老教授の健康論)、ワークショップ(ロコトレ・ロコチェックをしよう！)(毎日の”食”からはじめるロコモ対策)	星野雄一(とちぎリハビリテーションセンター所長・病院長)、養老孟司(東京大学名誉教授)、藤平淳一(とちぎリハビリテーションセンターリハビリテーションセンター部長)、佐藤敏子(自治医科大学付属病院臨床栄養部栄養管理室長)
前橋	10/7	上毛新聞社	第1部介護実習セミナー「暮らしの中でのしく認知症予防」、第2部講演会「明日を素敵に生きるには」	山上徹也(群馬大学大学院保健学研究科准教授)、安藤和津(エッセイスト・コメンテーター)
水戸	1/13	茨城新聞社	介護予防講座(脳トレ運動「マットス」、講演①(健康寿命と食)、講演②(家族と私)	大蔵倫博(筑波大学体育系准教授)、根本悦子(クッキングスクールネモト主宰)、綾戸智恵(ジャズシンガー)
甲府	1/20	山梨日日新聞社	介護実技「①講師による実技に関する説明②ベッド・車椅子を利用した実技指導」、PET検査講演会「がん検診はPETから」、トークショー「～がんの夫を支えて～」	堀内久子(優和福祉専門学校講師)、篠原豊明(甲府脳神経外科病院院長)、研ナオコ(タレント)
さいたま	2/10	埼玉新聞社	第1部講演(明るくさわやかに生きる～アグネスが見つめた生命～)、第2部講演(1人でも多くの女性に乳がん検診を)	アグネス・チャン(女優)、山下純男(医療法人こくさいクリニック院長・埼玉乳がん臨床研究グループ理事)
千葉	3/17	千葉日报社	講演「タニタの健康セミナー～タニタ食堂に学ぶ500kcalまんぷく定食のコツ～」、実技(デューク更家のみんなでぴんしゃんウォーキング！)	タニタヘルスリンク管理栄養士、デューク更家(ウォーキングドクター)

都市	開催日	共催新聞社	内容	講師 (敬称略)
長野	10/5 ・12	信濃毎日新聞社	1日目講演「金メダリストからのメッセージ-健康づくりとノルディックウォーキング」、 「ストレッチ体操」、2日目講演「人生100歳時代 今日から始める長寿食」、「食生活の再点検で認知症予防」	荻原健司(ノルディックスキー複合団体五輪金メダリスト)、中村崇(一般社団法人健康福祉広域支援協会代表理事)、永山久夫(食文化研究家)、園原規子(公益社団法人長野県栄養会会長)
岐阜	11/25 ・26	岐阜新聞社	1日目講演第一部「認知症でも笑顔で暮らそう～知っておきたい医療と介護～」、1日目講演第二部「私の元気な生き方～福祉とともに～」、2日目健康増進実習「心と身体を調えるリラックスヨガ」	山田豪(和光会グループ代表・北方在宅クリニック院長)、北原佐和子(女優・介護士)、野村みどり(ヨガインストラクター/SLOW-FLOW-YOGA 指導資格)
沼津	12/12	静岡新聞社	講演「これから始める体作りの基礎講座」、特別講演「がんと向き合う～自分の身体と時間を大切に～」	木本愛郎(静岡県総合健康センター所長シンコースポーツ(株)健康運動指導士)、向井亜紀(タレント)
津	2/24	伊勢新聞社	レクリエーション講座「身体を動かす健康づくり」、講演「大家族―支え愛・見守り愛・励まし愛―」	津幡佳代子(三重県レクリエーション協会)、西川ヘレン(タレント)
富山	10/1 ・22	北日本新聞社	講演会1部「スポーツで健康な人生をおくろう!」、講演会2部「驚きの発酵パワー!腸内健康ライフ」、実技セミナー「認知症予防のための脳活用法と食事法」	井村雅代(シンクロナイズドスミング日本代表ヘッドコーチ)、竹内弘幸(富山短期大学食物栄養学科長・教授 農学博士)、嶋倉篤志(アピラスポーツクラブ・トレーナー)
福井	10/13 ・14	福井新聞社	1日目講演「大切なのは考える力?～健康寿命を延ばすためのヒント～」、実技「笑う門には福来る～知って得する元気の智慧～」、2日目公演寸劇「もしも三蔵法師が認知症になったら」、講演「認知症への理解と適切なケア」、実技「みんな元気に認知症エクササイズ」	堀敦志(福井医療短期大学リハビリテーション学科作業療法学専攻教授・作業療法士)、山村恵子(仁愛大学講師マスター中高老年期運動指導士)、水島美和(福井県医療福祉専門学校専任教員・認知症介護指導者)、福祉ボランティア劇団たからぶね
奈良	10/28	奈良新聞社	基調講演「胃がんのない未来をめざして」、特別講演「心と体と財布の健康」	赤羽たけみ(奈良県立医科大学第三内科医学博士)、生島ヒロシ(フリーアナウンサー、東北福祉大学客員教授)
姫路	12/9	神戸新聞社	健康体操「イスに座って出来る脳と身体のイキイキ体操」～脳を活性化させるシナプソロジーというプログラムと健康体操～、講演「家族と私」	尾陰由美子(健康運動指導士)、綾戸智恵(ジャズシンガー)

都市	開催日	共催新聞社	内容	講師（敬称略）
広島	10/21	中国新聞社	特別講演「待機晩成～日本一の脇役が語る人生の美学～」	笹野高史(俳優)
倉吉	12/2	新日本海新聞社	第1部講演(一日は一生の縮図)、第2部講演(脳を活かして健康ライフ)	山田修平(鳥取看護大学・鳥取短期大学理事長)、澤口俊之(人間性脳科学研究所所長)
松江	10/15	山陰中央新報社	第1部講演会「スポーツに学ぶ健康法」、第2部体操教室「エンジョイ健康体操」	杉山愛(元プロテニスプレーヤー)、株式会社さんびる
徳島	10/1・21	徳島新聞社	講演会「脳が若返る快眠術～ぐっすり眠って認知症予防」、介護実習「認知症の方への見守り～私たちができること～」	三橋美穂(快眠セラピスト・睡眠環境プランナー)、古川明美(徳島文理大学准教授)
高松	10/3・5	四国新聞社	講演「乳がん 恐がらない・逃げない・惑わされない」、講演「大丈夫だよ！頑張ろう！」、介護実習「ベッドの作り方、シーツの交換、体の動かし方、車椅子の移乗の仕方」	武部晃司(たけべ乳腺外科クリニック院長)、山田邦子(タレント)、川西嘉津子(一般社団法人香川県介護福祉会副会長)、家常衣代(同会理事)
松山	11/25	愛媛新聞社	第1部講演「乳がんになっても自分らしく生きるために」、第2部講演「今を生きることは～人生って終わりがあるものなんですね。今を生きることは～」	篠崎恭子(松山赤十字病院乳がん看護認定看護師)、麻木久仁子(タレント)
高知	1/27・2/3	高知新聞社	第1回講演(関わらないがん治療～40年以上の放射線医療の経験～)、第2回介護体験談(姉と共に過ごす日々)、講演・実技(いつまでも生き生き自分らしく～心身の健康と介護予防～)	菱川良夫(メディボリス国際陽子線治療センターセンター名誉センター長明和キャンサークリニック放射線治療科統括部長)、三木原信子(介護体験談発表)、福島寿道、西川まり子、森下浩充(ナチュラルハートフルケアネットワーク)
北九州	12/14	毎日新聞社	第1部講演「認知症と介護」、第2部講演「5度の手術と乳房再建1800日」、実技「ひまわり太極拳(タイチー)」	和田洋臣(小倉蒲生病院リハビリテーション医療部医療福祉課課長)、生稲晃子(女優)、北九州市認知症支援・介護予防センター
佐賀	10/7	佐賀新聞社	講演会「生きてるだけで150点」、体験コーナー「InBody体験健康チェック、筋力測定器体験、アロマ体操等」	小西博之(俳優)

都市	開催日	共催新聞社	内容	講師（敬称略）
長崎	11/18 ・19	長崎新聞社	実習「ウエルネスエクササイズのおすすめ」、第1部講演「健康に生きる」、第2部講演「身体と心と向き合う方法～健やかさの感覚を得る～」	中垣内真樹(国立大学法人鹿屋体育大学スポーツ生命科学系教授)、牟田幹久(長崎県医師会常任理事)、室伏由佳(2004年アテネオリンピック女子ハンマー投代表)
熊本	12/2 ・9	熊本日日新聞社	介護実習(健康増進～暮らしを拓げる過ごし方・働き方・介助の仕方～)、講演・実技(何歳でも美しく かっこよく～1日10分エクササイズのスズメ)	竹内久美((公社)熊本県理学療法士協会理事)、都竹茂樹(熊本大学教授システム学研究センター教授)
宮崎	10/11 ・15	宮崎日日新聞社	実技前半「健康は足元から」、実技後半「からだの機能を高めるための体幹トレーニング」、講演①「大腸がん薬物療法の新たな潮流」、講演②「ウイルスによる発がん―予防と最新治療―」	前田裕司(デイスサービスそう・けん・び理学療法士)若松優果(フィットネスクラブ そう・けん・び健康運動指導士)、馬場英司(九州大学大学院医学研究院九州連携臨床腫瘍学講座教授)、下田和哉(宮崎大学医学部内科学講座消化器血液学分野教授)
鹿児島	1/13	南日本新聞社	第1部講演(今を生きる事とは～人生って終わりがあるものなんですね～)、第2部講演(人生の質を保つ陽子線治療)	麻木久仁子(タレント)、永田一郎(メディポリス国際陽子線治療センター医師)
那覇	11/3	沖縄タイムス社	第1部講演「乳がん、最近の話題」、第2部講演「野菜でめざそう！健康美人生活」	宮国孝男(独立行政法人那覇市立病院外科部長・乳腺センター長)、堀基子(野菜ソムリエプロ、沖縄野菜プロジェクト協働組合理事)