あなたの未来を強くする
住友生命
Vitality

参加無料
（事前申込制）

スミセイ ウエルネス セミナー

2022年
1月29日(土)

開演 13:00～
終了予定 15:20
（開場12:30）

参加者募集

定員230人

会場 奈良県コンベンションセンター 天平ホール
奈良市三条大路一丁目691-1　※新型コロナウイルス感染拡大予防対策とし収容人数の制限を行います。

福本 貴彦 氏

畿央大学大学院 健康科学研究科 准教授
畿央大学 健康科学部 理学療法学科 准教授
理学療法士（1995年取得）、運動器（整形外科系）専門理学療法士（日本理学療法士協会）
専門・・・関節運動学、運動器（整形外科系）理学療法学、スポーツ理学療法学、義肢装具学
TOKYO2020　MEDスタッフ（オリンピック、パラリンピック選手村診療所理学療法士）

13:00 主催あいさつ

講演 13:10～14:10
「あなたに合った運動で筋肉と骨を健康に!」

【講師】畿央大学 理学療法学科 健康科学研究科 准教授 **福本 貴彦** 氏

子どもから大人、アスリートから運動不足の方まで…
運動器の健康状態のチェック方法、健康状態による簡単な運動を紹介します。

スペシャルトーク 14:20～15:20
「夢と人生 ～何事にも真正面から向き合うこころ～」

【講師】**宇津木 妙子** 氏（女子ソフトボール元日本代表監督）

2000年のシドニー五輪で日本代表監督として指揮を執った経験談など、モチベーションを保ちチャレンジすることの重要性を伝えます。

1953年埼玉県生まれ。川島中学校1年時からソフトボールを始める。星野女子高等学校を経てリーグ1部のユニチカ垂井に所属し、1974年世界選手権出場。1985年に現役引退後、ジュニア日本代表コーチを経て日立高崎の監督に就任。当時3部だったチームを1部で優勝するまでのチームに育て上げた。1997年に日本代表監督に就任、2000年シドニー五輪銀メダル。2004年アテネ五輪銅メダル。2004年9月、日本代表監督を退任。その功績が讃えられ、日本人初、指導者としてISF（国際ソフトボール連盟）の殿堂入りを果たした。2011年にNPO法人ソフトボール・ドリームを設立。現在は後進の育成や競技の普及に尽力している。

宇津木 妙子 氏

開催当日は感染予防対策としまして、マスクの着用、手指の消毒、社会的距離の確保のご協力をお願いします。
受付にて体温検査も行い、37.5℃以上の発熱や体調不良のある方は参加をご遠慮いただきます。予めご了承ください。

【申込方法】メール・はがき・FAXのいずれかの方法で、〒住所・氏名・電話番号・参加人数を明記の上、下記までお申し込みください。開催日1週間前までにははがきにて案内を送付します。※応募者多数の場合は抽選

「スミセイ ウエルネス セミナー」参加申込書　FAX 0742-32-2771

氏　名	ご　住　所	電　話　番　号	参加人数
様	〒　－		名

●FAXをご利用の方は、上記参加申込書に記入し、FAXしてください。

申込先
奈良新聞社企画部内「スミセイ ウエルネス セミナー」係
〒630-8686 奈良市法華寺町2-4
mail:planning@nara-np.co.jp

お問い合わせ先
☎0742-32-2112
（受付時間 平日午前9時～午後5時）

QRからも申込可能!

ご記入いただきました内容は、住友生命の関連会社・提携会社を含む各種商品・サービスのご案内・充実、住友生命業務に関する情報提供・運営管理などに利用させていただきます。各種商品・サービスの詳細は住友生命ホームページをご覧ください。（https://www.sumitomolife.co.jp）

主催:一般財団法人住友生命福祉文化財団・奈良新聞社 後援:奈良県 協賛:住友生命保険相互会社奈良支社