千成ヤクルト販売

健康フォーラム2026

おみやげあり！ 参加無料

人生100年時代！カギは 腸 と 筋肉

2026年 11月26日 木

13：00〜15：20 (11：30から受付開始)

場所 枚方市総合文化芸術センター 小ホール

定員 300名 要申込/先着順

タイムテーブル

11：30	受付開始
12：30	客席入場開始
13：00	開会
13：10	第1部
14：10	休憩
14：25	第2部
14：45	休憩
14：50	第3部
15：25	閉会



からだやお肌の調子をチェックしてみませんか？

11:30〜12:45

1階 創作活動室／2階 小ホールホワイエ

健康・美容ブース



骨健康度測定・栄養相談
化粧品体験・肌水分チェック
住友生命さまによるInBody測定

骨健康度測定について
※受付で整理券を配布します。なくなり次第終了とさせていただきます。あらかじめご了承ください。



プログラム内容

第1部 『腸と筋肉を鍛えておく』
〜癌で手術！その時に備えて〜



名古屋大学名誉教授
社会医療法人宏潤会 大同病院 顧問
なぎの
梶野 正人 先生

第2部 チェアトレーニング
誰でも簡単エクササイズ！
楽しく動いて！笑顔になろう！



スマイルフィットネスインストラクター
わたなべ
渡邊 良美 氏

第3部 イリュージョンマジック
見る人すべてに
驚きと感動を！



マジシャン
リチャード・シブヤ 氏

お申し込み方法

下記いずれかの方法でお申し込みください。

1. **ヤクルトスタッフからお申し込み**
参加ご希望の方は、担当のヤクルトスタッフにチラシ下部の申込書を切り取りお渡しください。

2. **WEBからのお申し込み**
下部の二次元コードを読み取り予約フォームから必要事項を入力して送信してください。

3. **お電話でのお申し込み**
右のフリーダイヤルより「健康フォーラム申し込み」の旨をお伝えください。

人と地域社会に支持され必要とされる
健康ライフパートナー®
千成ヤクルト販売株式会社
0120-8960-69

受付時間 9:00〜12:00、13:00〜16:00
(土・日・祝日・夏季休業・年末年始等を除く)

担当 健康フォーラム係

応募締め切り日 **2026年 11月13日(金)**

切り取り線

健康フォーラム２０２６申込書

※車いす席をご利用の方、ご同伴の方の情報を裏面にご記入ください。

フリガナ			
申込者さま氏名	姓	名	
ご住所	〒 市		
ご参加人数 (申込者さまを含む)		お電話番号	
YS記入欄	センター名	YS名	

WEBからのお申し込みはこちら

基調講演



名古屋大学名誉教授
社会医療法人宏潤会 大同病院 顧問

棚野（なぎの） 正人 先生

愛知県安城市出身。
肝胆膵外科、特に肝門部胆管がんを中心とする
胆道がん科治療の第一人者。
高難度である胆道がんに対する
肝切除術の安全性向上に取り組む。
数多くの胆管がんの実績があり
世界トップの名医。

ステージイベント



一般社団法人エスクエア
スマイルフィットネスインストラクター

渡邊（わたなべ） 良美 氏
（よしみん。）

愛媛県出身。大阪体育大学卒業（創作ダンス部主将）
その後、高齢者向け運動教室や大阪市や神戸市などの
健康づくり事業の指導、さらには高校体育教員として活躍。
現在は各地で運動イベントや健康づくり活動を実施。
「運動をもっと身近に楽しく！笑顔で！スマイル！」を
モットーに地域の健康と笑顔をサポートしている。





マジシャン

リチャード・シブヤ氏

関西を中心に活動するプロマジシャン。
ユニバーサル・スタジオ・ジャパンへの
レギュラー出演やテレビ出演など、
豊富な実績あり。
大阪・北新地にある
「マジックバーミストフェリーズ」でも、
目の前で楽しめる
本格的なマジックを披露している。

枚方市総合文化芸術センターへのアクセス

〒573-1191 大阪府枚方市新町2-1-60

京阪本線「枚方市駅」より徒歩約5分
京阪バス「枚方市駅」停留所より徒歩約5分

本会場は２か所入り口がございます。
1階の創作活動室、2階の小ホールで受付を設置いたしますので
入りやすい場所からご入場ください♪



地上から
①枚方市駅・中央口（北口側）を出て、駅前の道をまっすぐ進みます。
②ひとつめの信号（ラポールひらかた前）の横断歩道を渡り、
芝生の道を進むと1階入り口へつながります。

2階から
①枚方市駅・中央口（北口側）を出て、駅前の道をまっすぐ進みます。
②ひとつめの信号（ラポール枚方前）、
左にあるエスカレーターで歩道橋にのぼり、右へ向かいます。
③歩道橋に沿って進むと、会場2階入り口へつながります。

専用駐車場(有料)、駐輪場(無料)あり
※詳しくは会場HPをご確認ください。
https://hirakata-arts.jp/

インスタグラムでも発信中！

千成ヤクルト販売のホームページからも
「健康」をお届けします
http://sennari-yakult.co.jp/

【個人情報の取り扱いについて】
ご記入いただいた個人情報については、健康フォーラムに関する情報のご提供・ご案内のために利用します。なお、法令に定める場合を除き、お客さまご本人の承諾なしに第三者へ開示・提供しません。

切り取り線

健康フォーラム２０２６申込書

ご同伴の方

フリガナ	①	②	③
氏名			
フリガナ	④	⑤	⑥
氏名			
フリガナ	⑦	⑧	⑨
氏名			

車いす席をご利用の方は
お名前をご記入ください

※11名以上のお申し込みを
希望される場合
追加の申込書をお渡しします。
お気軽にヤクルトスタッフへ
お申し付けください。