

令和7年度
第1回

めざせ！健康寿命日本！

健康 講演会



講演テーマ

親子で楽しく！
体を動かそう！

ZIP!

Oha4! NEWS LIVE など

TV にも
多数出演！

講師

協力
ティップネス南行徳
インストラクター／パーソナルトレーナー
宮崎紗衣氏



対談

宮崎先生と対談します。
ぜひご来場ください。

市川市長
田中 甲

令和7年

12.23 火

開演 13:30 (12:30開場)

行徳文化ホールI&I

Program

13:30	開会・挨拶
13:35	講演・エクササイズ
14:40	対談(宮崎氏×市川市長)
15:00	閉会

定員
400名

参加
無料

対象

市内在住・在勤の方

申込方法

市公式Webサイトから申込
(LOGOフォーム)

申込期間

令和7年12月15日(月)まで



申込はこちら

今回の講演会では簡単なエクササイズや体操を一緒に行います。
動きやすい服装でご参加いただくとより一層楽しめます