

提 供 日 2026/07/31
タイトル 県民の日イベント
8月23日（日）健康福祉交流プラザにて「県民健康講座」（無料）を開催！
担 当 健康福祉部 健康局健康政策課
連 絡 先 健康企画班
TEL 054-221-2404



県民の日イベント

8月23日（日）健康福祉交流プラザにて「県民健康講座」（無料）を開催！

静岡県健康福祉交流プラザ及び静岡県の共催で、県民の皆様を対象に講演会を開催します。今年度の講演会は、静岡社会健康医学大学院大学准教授の吉岡貴史氏をお招きし、お酒の量と濃度、高齢期のからだ、缶チューハイを手がかりに、お酒と楽しく上手につきあう工夫を学ぶことができる内容となっています。ぜひお気軽にご参加ください。

1. 日時 令和8年8月23日（日）午前10時30分～11時15分
2. 場所 静岡県健康福祉交流プラザ 1階ホール（三島市谷田2276）
3. 県民健康講座
 - （1）講師 静岡社会健康医学大学院大学 准教授 吉岡 貴史 氏
 - （2）演題 お酒を楽しむ続けるための健康講話
※チラシのテーマ名に誤記があります。正しくは「お酒を楽しむ続けるための健康講話」です。
 - （3）定員 100名
4. 参加申込方法
静岡県健康福祉交流プラザ窓口もしくは電話（055-973-7000）
（申込期限：令和8年8月22日（土）まで）
5. その他
当日は、健康福祉交流プラザまつりを開催します。
各種教室の体験会やトレーニングルームの無料開放を行います。
6. 問合せ先
 - （1）県民健康講座 静岡県健康政策課（電話番号 054-221-2404）
 - （2）健康福祉交流プラザまつり 静岡県健康福祉交流プラザ
（電話番号 055-973-7000 ※月曜定休日）

8月21日は静岡県の誕生日!
「県民の日」関連イベント

健康福祉交流プラザまつり 8月23日(日)開催

事前申込のイベント 電話または窓口にてお申込みください。

スポーツ教室体験会 先着順

●参加料/500円 ●対象/一般成人 ●会場/研修室

教室名	時間	定員
① サマーフローヨガ	10:00~10:50	18名
② くびれ美人トレ	11:00~11:50	18名
③ 膝腰リセット	13:00~13:50	18名
④ エアロサーキット	14:00~14:50	18名
⑤ からだスツキリ ~ツールを使って~	15:00~15:50	18名
⑥ ZUMBA ~懐かしバージョン~	18:00~18:50	18名

大腰筋マシン体験会 先着順

●参加料/500円 ●対象/一般成人
●会場/健康筋力づくり研究室

時間	定員
⑦ 13:00~13:30	4名
⑧ 13:40~14:10	4名
⑨ 14:20~14:50	4名



ワークショップ 自然の物で世界に一つだけの物をつくろう

●参加料/500円 ●会場/体育館

10:00~10:30
10:30~11:00
11:00~11:30
11:30~12:00

各6名



測定3点セット (シセイカルテ・血管年齢・InBody)

身体の状態にあわせた最も効率的なプログラムを提供!

●参加料/1,000円
●時間/ 午前(部) 10:00~12:00
午後(部) 13:00~15:00 (20分で3名)
●会場/会議室



こどもの部 先着順 無料

パルクール鬼ごっこ

パルクール仕様の会場でしっぽ取り対戦!! チームで優勝を目指せ★
●時間/〈1部〉13:00~〈2部〉13:30~
●対象/〈1部〉未就学児(年少~年長) 〈2部〉小学生
●定員/各部40名
●持ち物/室内シューズ
●会場/体育館

景品あり
当日、5人1組のチーム分け後、トーナメント形式で行います

当日参加OKのイベント

100円で縁日

●時間/9:30~12:30 ●会場/体育館

お支払いは受付にてお願いいたします (100円チケット配布)

ぴかぴかタッチゲーム

カップわたがし



くじ引き

シューティングゲーム 景品あり

静岡県感染症対策課 (手洗いチェッカー) 無料

●時間/ 10:00~15:00
●会場/会議室前



トレーニングルーム 無料開放

●時間/ 9:00~21:00



授産品・地産地消野菜などの販売

●時間/9:00~無くなり次第



明治安田生命 無料

(ベジチェック) (糖化チェック)

●時間/ 10:00~15:00



キッチンカー



ハンバーガー・クレープ・オーバーライス・アサイーなど

バルーンアート/無料でプレゼント

●時間/10:00~15:00 ●会場/芝生広場

8/23(日) 知って得する! 県民健康講座!

参加無料
電話または窓口にてお申し込み下さい

【テーマ】お酒を楽しみ続けるための健康講座



量と濃度を知り、高齢期のからだに合った工夫を考える。

●時間/10:30~11:15
●定員/100名
●参加料/無料
●会場/ホール

お申し込みいただいた方
先着50名様限定で
キッチンカー割引券・お土産付き



講師 吉岡 貴史氏
静岡社会健康医学
大学院大学准教授

共催/静岡県健康福祉部健康政策課

7月スタート! スポーツ教室各種 2次募集

大人スポーツ教室

教室名	対象	教室No	曜日	時間	定員	料金	指導内容
★ 軽スポ①	一般成人	30	火	9:30~10:30	15	6,000円(全10回)	楽しくカラダを動かして健康づくり。軽スポーツや体操で汗を流しましょう。
★ 軽スポ②	一般成人	38	木	14:30~15:30	15	6,000円(全10回)	

子供スポーツ教室

★ 親子体操	1歳半~3歳	50	火	10:45~11:45	12組	7,500円(全10回)	親子で楽しく、いろいろな運動で元気なカラダを作ろう。
★ Girls HIPHOP	年中~ 小学3年生の女子	53	水	17:45~18:45	18	7,500円(全10回)	基礎から丁寧に教え、女の子らしい振り付けを中心に今流行りK-POPを取り入れたクラスです。

◆Girls HIPHOPは施設都合により、今期に限り都度払いも可能です。(1回750円)

★の教室は随時体験会対象教室(1回1,000円)【予約制】

申込方法
窓口にてお申し込み下さい。
※定員になり次第、受付終了となります。
※途中参加有、受付にご連絡ください。

日	月	火	水	木	金	土
7月	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28
	29	30	31			

日	月	火	水	木	金	土
8月	2	3	4	5	6	7
	8	9	10	11	12	13
	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31

日	月	火	水	木	金	土
9月	6	7	8	9	10	11
	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23
	24	25	26	27	28	29
	30					

□スポーツ教室開催日 □休館日

夏季限定教室

すこやかキッズ

●日程/7/21・7/28・8/4(火曜日) 全3回
●定員/12名 ●時間/13:00~13:45
●対象/満3歳~年中
●参加費/〔単発〕1,000円

鉄棒やマット、ボール運動、かけっこなど多種多様な運動遊びを取り入れ、楽しみながら運動しよう。

夏休み宿題応援教室

夏休みの宿題(給・習字)をお手伝いします。

●日程・時間/〔給〕8/2 10:00~11:30〔習字〕8/8 13:30~14:30 ※施設都合により開催中止の可能性あり
●対象/小学生(大人の方も可) ●定員/〔給〕20名〔習字〕14名
●参加費/〔給〕2,000円〔習字〕1,500円
●持ち物/〔給〕絵の具セット(規定の用紙があれば持参)〔習字〕習字セット(お手本は先生が書いてくれます)

静岡県健康福祉交流プラザ

三島市谷田2276
開館時間/9:00~21:00
休館日/毎週月曜日・年末年始

お問い合わせ ☎055-973-7000

詳細はホームページへ

静岡県健康福祉交流プラザ

ホームページ

https://shizuoka-koryu-plaza.com

LINE

指定管理者/シンコースポーツ 静岡ビル保養グループ

