みんなで幸福な生き方（Well Being）を考える！

参加費無料

やっぷー健康ポイント付与事業

第14回

公益財団法人
医療文化経済グローカル研究所

手話通訳あり

市民講座「養（よう）」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

2026年
11/21(土)
13:30-16:00

会場 **関宮公民館 ノビアホール**
（養父市関宮 637）

アトラクション ～ オープニング ～

■ ダンス　関宮こども園 園児



あいさつ　中尾 一和
代表理事兼研究所所長 / 京都大学名誉教授



漫画「西園寺さんは家事をしない」の作者が語る 自分らしく生きるヒント！

ひうら さとる　漫画家



アトラクション

■ お手玉　関宮お手玉の会





ひとの健康は、まちの健康 クアオルト健康ウオーキングで心とからだが元気になる健康保養地づくり

小関 信行（こせき のぶゆき）
クアオルト研究室代表 / 芸術工学博士 / 健康運動指導士 / ドイツ気候療法士 / 日本体力医学会 健康科学アドバイザー ®

キ リ ト リ

第 14 回 市民講座「養（よう）」
お申し込み方法

❶ 申込みフォームから　※ 右 2 次元コードを読み取りお送り下さい

申込みフォーム用

❷ FAX から ▶ 079-660-1375

❸ 市役所地域局又は本庁社会的処方推進課窓口へ提出

名前 （代表者）	参加人数　人
連絡先 ※日中連絡のつきやすい番号をご記入ください	所属

【主催】公益財団法人 医療文化経済グローカル研究所 /【協力】養父市

講話の内容と講師のご紹介

講話 1

漫画「西園寺さんは家事をしない」の作者が語る 自分らしく生きるヒント！

ひうらさとるの代表作「西園寺さんは家事をしない」を軸に、従来の「こうあるべき」という家族や家事の役割にとらわれず、誰もが生きやすい新しい関係性を見つけるためのヒントとなるような話を自身の漫画家生活 40 年のキャリアを振り返りながらお話しします。

講師

ひうら さとる

兵庫県豊岡市在住。1984 年に漫画家デビュー。
『ホタルノヒカリ』『西園寺さんは家事をしない』などヒット作多数。
大人旅の工夫が詰まった初のエッセイ集『58 歳、旅の湯かげん、いいかげん』（扶桑社）も上梓
最新作は雑誌フィールヤングに連載中の『美男と金子』
最近では音声メディア VOICY にて、「漫画と温泉」のパーソナリティを務める。

講話 2

ひとの健康は、まちの健康 クアオルト健康ウオーキングで心とからだが元気になる健康保養地づくり

現在、国では、「自然に健康になれる環境づくり」が重要と言っています。そのためには、いつでも参加しやすい運動プログラムが必要です。クアオルト健康ウオーキングは、ドイツで治療に使われる方法を基本にした、楽しく無理なく安全で効果の増す歩く健康づくりです。「いつでも、だれでも、ひとりでも」をめざし、年間 360 日クアオルト健康ウオーキングを提供する例を紹介しながら、ひともまちも元気になるノウハウをお伝えします。

講師

小関 信行 （こせき のぶゆき）

芸術工学博士、健康運動指導士、ドイツ気候療法士、日本体力医学会 健康科学アドバイザー ®
クアオルト研究室　代表 / 日本クアオルト研究機構　事務局長
日本初、ドイツのクアオルト（療養地・健康保養地）学研究者。クアオルト鑑定者ミュンヒェン大学アンゲラ・シュー教授（退官）より、日本における気候療法・気候性地形療法の指導・普及の全権を委任され、公共政策としてクアオルト健康ウオーキングと日本型クアオルトによる「ひととまちの健康づくり」を推進。

出演者のご紹介

関宮こども園 園児

ダンス

関宮こども園の４，５歳児です。『笑顔いっぱい友だちとともに育ちあう関宮っこ』を目標に教育保育に取り組んでいます。生き物だいすき!運動だいすき!食べることだいすき!踊ることだいすき!な子どもたち。夏は川遊び、冬は雪遊びと関宮の豊かな自然と共に元気いっぱい活動しています。「のびのびげんき!キラキラ関宮パワー全開!!」を合言葉に楽しく踊ります。

関宮お手玉の会

お手玉

私達は、令和元年からはじめて８年目を迎えます。１年を通して文化祭や芸能祭、また施設訪問などの活動をしながら皆で和気あいあいと楽しく過ごしています。最近「物忘れが多くなった」とか「ひざ、腰、肩が痛い」とか、そんな話でずいぶん盛り上がります。私達にも高齢化の波が来ているようです。そんな波を吹き飛ばすようにご披露したいと思います。拙ない演技ではありますが、頑張りますので、皆様の手拍子よろしくお願いします。

公益財団法人
医療文化経済グローカル研究所
Glocal Institute of Medicine,Culture and Economy

（公財）医療文化経済グローカル研究所は、医療、文化・芸術、経済分野の連携により、健康加齢を促進し、市民の幸福度の向上に向けた調査・研究・提言・支援等の取組を行い、市民が幸福に暮らしていける持続可能な地域共生社会の創造に寄与することを目的に市が設立した法人です。

当法人役員と市民の皆さんとが直接、交流できる機会をつくることを目的に、「健康」や「幸福」に関する市民講座「養（よう）」を市内各地で定期的に開催しています。

ホームページはこちら https://mce.or.jp ▶



【主催・お問い合わせ】
〒667-0021　兵庫県養父市八鹿町八鹿 1685-2 やぶパートナーズ株式会社 2F
TEL / 079-660-7478　FAX / 079-660-1375　mail / info@mce.or.jp　※ お電話は繋がらない場合がございます。