

女性アスリートや学生さんのための
トップアスリート講演！！

参加費
無料

第7回 女性アスリート健康サポート北海道セミナー

からだを大切に
そして強くなろう

自分らしく
輝き続けるために



強くなりたい女子アスリートへ
～選手として、指導者として伝えたい
「強くなる」ということ～

石橋（清水）美穂さん

白樺学園高等学校教諭
駅伝部女子監督
元ホクレン女子陸上部キャプテン



カーリングを通じて学んだこと

船山 弓枝さん

女子カーリングチーム
「フォルトゥウス」コーチ
冬季オリンピック4回出場
(選手3回、コーチ1回)



スポンサード講演：アスリートの健康とパフォーマンスを支える新たなアプローチ ～ケンフェロール研究の最前線～
沖田孝一 FAHSAH理事、北翔大学教授、協賛：大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ事業グループ

2026年11月14日(土) 13:10～16:00 受付開始 12:45

札幌エルプラザ 4F 大研修室 〒060-0808 北海道札幌市北区北8条西3丁目28

※当日 会場の駐車場はご利用できません 公共交通機関にてご来場ください



参加申し込み 10月1日(木) 9:00～(80名先着、定員となり次第終了)

左記のQRコード または 下記ホームページから

女性アスリート健康サポート北海道 <https://www.fahsah-jp.com>

北海道健康づくり財団 <https://www.hokkaihealth-net.or.jp>

主催：女性アスリート健康サポート北海道(FAHSAH)、公益財団法人 北海道健康づくり財団

後援：北海道教育委員会、北海道スポーツ協会、札幌市スポーツ協会、北海道医師会、北海道栄養士会、北海道女性協会、北海道オール・オリンピックズ

協力：大塚製薬株式会社北海道支店

問い合わせ先：公益財団法人 北海道健康づくり財団内「女性アスリート健康サポート北海道」事務局

〒060-0042 札幌市中央区大通西6丁目6 北海道医師会館5F

TEL: 011-232-5500 . FAX: 011-232-4091 . Email: kikakukanri@qq.pref.hokkaido.jp