自分のために、家族のために、これからの働き方のために

働く男性の仕事力を支える「健康投資」

～からだの変化に向き合うコンディショニング新常識～

参加無料
［事前申込制］
定員60名

仕事や家庭で様々な役割を担う世代は、まず自分のコンディションを整えることが大切。
上手く歳を重ねて、自分らしく人生をすごすためのヒントをお伝えします。

2026年 12月3日 木曜日

18:00 - 19:30
［17:30受付開始］

ANCHOR KOBE
神戸市中央区加納町4-2-1　神戸三宮阪急ビル15階

SPEAKERS ｜ 登壇者

＜基調講演講師＞
みうら泌尿器科クリニック
院長　三浦 徹也 医師
＜テストステロン治療認定医＞
神戸大学大学院医学系研究科博士課程を修了し、尼崎総合医療センター、神鋼記念病院、兵庫県立がんセンター、兵庫県立淡路医療センターに勤務。日本泌尿器科学会専門医。

＜専門家＞
一般社団法人ちぇぶら
代表理事　永田 京子 氏
＜更年期トータルケア
インストラクター＞
2014年「ちぇぶら」を設立。1,000名超の調査と医師との連携で「更年期対策メソッド」を開発し、全国の企業や医療機関、自治体で講演を行う。受講者は8万人以上。

＜企業内啓発活動担当＞
アステラス製薬株式会社
矢野 容子 氏
社内メノポーズアンバサダーとして更年期疾患に関する啓発活動に取り組む。同活動で、女性の健康とメノポーズ協会「2026 年女性の健康経営アワード」受賞。
誰もが安心して力を発揮できる職場環境づくりを目指す。

PROGRAM ｜ プログラム

18:05-18:35　＜基調講演＞

なぜ起こる？ 働く男性のコンディション低下と「男性更年期」

講師：三浦 徹也 医師（みうら泌尿器科クリニック 院長）

働き盛りの男性の健康。ふとした時に身体の変化や不調を感じることはありませんか？男性更年期とは何か、そのメカニズムと、年齢と共に感じるコンディション低下の原因や診療を含めたアプローチ方法を解説します。症状への対処方法やセルフケア、男性と女性の更年期の違いなど、これからも長くつきあう身体を支えるために知っておきたい知識をお伝えします。

18:40-19:20　＜クロストーク＞

心とカラダの変化に向き合い、自分らしく働くために

登壇者：三浦 徹也 医師（みうら泌尿器科クリニック 院長）
永田 京子 氏（更年期トータルケアインストラクター）
矢野 容子 氏（アステラス製薬株式会社）

更年期スコアチェックの結果や参加者の皆さんの声も参照しながら、日頃感じている心身の変化や不調について、日常に取り入れられるヒントや気づきを３者で語ります。年齢を重ねるなかで、自分の変化に気づき、我慢せず上手に付き合っていくためのヒントを探ります。

HEALTH CHECK EXPERIENCE

健康チェックコーナー

supported by 明治安田

講演の前後に体験できる健康測定コーナーをご用意！
自分の今のカラダを知ることが、
明日のパフォーマンス向上につながります。

血管年齢測定

握力測定

老化物質測定

笑顔チェック

自律神経測定

体組成計

受付開始時（17:30～）と、クロストーク終了後（19:30～20:00）にご体験いただけます。

お申し込みはおでかけKOBEから！

神戸市お問い合わせセンター
（年中無休8:00～21:00）
TEL：0570-083-330
または078-333-3330

申込締切　11月20日（金）

主催：神戸市　共催：神戸商工会議所・(株)神戸新聞社　協力：アステラス製薬(株)・明治安田生命保険相互会社