

## 「ストレスは長寿の秘訣」

＼オリンピックメダリスト 報道番組コメンテーターとして活躍中!／

# 田中ウルヴェ京氏

🍀 日時 / **3/16** (土) **入場無料**  
平成31年

13時30分～16時(開場/13時00分)

🍀 会場 / **新潟市民プラザ**  
新潟市中央区西堀通6番地866 (NEXT21/6F)

🍀 定員 / **先着250名**

🍀 申込 / 裏面をご覧ください。



第1部

**表彰式** 🏆

アワードに応募いただいた団体の中から、健康寿命の延伸・健康増進に資する優秀な活動を表彰します。  
また、受賞団体の取組みを紹介します。



第2部

**田中氏講演会** 🎤

ソウル五輪シンクロナイズドスイミング・デュエットで銅メダルを獲得。アメリカの大学院でスポーツ心理を学び修士取得。トップアスリートから一般までメンタルトレーニングを指導し、なでしこジャパンや車いすバスケット男子日本代表のメンタルコーチを務めている。日々のストレスを活用して健康で長寿になる秘訣をお話しします。



smart wellness city

健康づくりは「まち」づくりから 健「幸」社会の実現に向けて  
-健康長寿社会を実現する Smart Wellness City -

主催 / 新潟市



## 田中ウルヴェ 京 (たなかウルヴェ みやこ)

日本スポーツ心理学認定スポーツメンタルトレーニング上級指導士  
ソウル五輪シンクロ・デュエット銅メダリスト  
国際オリンピック委員会 (IOC) マーケティング委員

1988年、ソウル五輪シンクロナイズドスイミングで小谷実可子さんとのデュエットで銅メダルを獲得。

引退後、米国大学院にて修士号取得(スポーツ心理)。現在、国内外で心理学をベースに企業研修を行う。車いすバスケ男子日本代表メンタルコーチ、なでしこジャパン(サッカー日本女子代表)メンタルコーチを務める。報道番組のレギュラーコメンテーターでも活躍。夫はフランス人、2児の母。

## アクセス

### 新潟市民プラザ

〒951-8061 新潟市中央区西堀通 6-866 NEXT21 6F  
TEL.025-226-5500

#### ■電車の場合

JR 新潟駅万代口(北口)駅前バスターミナルより、  
萬代橋ライン、浜浦町線、信濃町線、鳥屋野線、有明線、  
西小針線で「古町」バス停下車、徒歩1分。

#### ■高速バスの場合

「古町」バス停下車、徒歩1分。

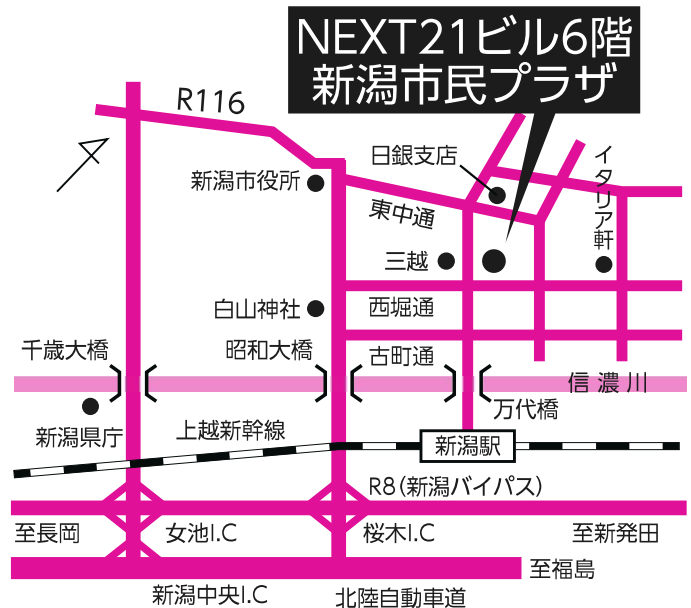
#### ■高速道路の場合

新潟西インター・新潟中央インター R8(新潟バイパス)  
桜木インターチェンジより車で 10分

#### ■提携駐車場について

新潟市民プラザを 1 時間以上のご利用で30分割引致します。

- ・東堀駐車場パーク600
- ・ホワイトプラザ西堀駐車場
- ・アルモ西堀
- ・アルモ東堀



お申込は  
こちら!



### スマートフォン・インターネットで申込みの場合

QRコードから申し込みページにアクセスして、申込み情報をご入力ください。



または



### お電話で申込みの場合

新潟市役所コールセンター

025-243-4894

- 申込 / 平成31年2月21日(木)から定員になり次第締め切り
- 朝 8 時～夜 9 時 (年中無休)
- お一人様 5 名まで申込みできます。(参加者全員の氏名と代表者の電話番号をお伝え下さい。)



お問い合わせ先

### 新潟市保健所 健康増進課

〒950-0914 新潟市中央区紫竹山3丁目3-11

TEL.025-212-8166 FAX.025-246-5671 E-mail : kenkozoshin@city.niigata.lg.jp