

オリンピック講演会

テーマ『心も身体も健康であること』

星奈津美さん

オリンピック 3 大会連続出場、2 大会で銅メダル獲得！
持病と闘い、克服しながら偉業を成し遂げたバタフライのスペシャリスト



心の健康が大切だということを星さんご自身の経験からお話しさせていただきます。

人前で弱音を吐くことが出来ず苦しんでいた時期に、恩師からの言葉で、弱い部分を人に見せることで初めて自分の弱さを受け入れることが出来るのだと気づき、心の健康を取り戻された、というご経験をもとに、学校生活や社会での人間関係においても、活かせる心の健康を保つ方法をお話しさせていただきます。

主な競技歴

2008年 北京オリンピック 10 位

2011年 世界水泳選手権 4 位

2012年 ロンドンオリンピック 銅メダル

2015年 世界水泳選手権 金メダル（競泳女子日本選手として大会史上初）

2016年 リオデジャネイロオリンピック 銅メダル（3大会連続出場、2大会連続銅メダル）

開催日時

2023年3月21日(火祝) 10:00～11:30

【場所】 アスワーク吹田 2階大研修室

【定員】 先着100名

【参加費】 無料

【受付】 3月2日(木)9:00～ お電話または窓口にて

アスワーク吹田(吹田市勤労者会館)

☎06-6382-9101