

競技部門

大会では、3つの部門をご用意しております。ご自身の目標や体力に合わせてお選びください。

ビフォーアフター部門

「生きがい」を叶える！

「もう一度山に登りたい！」
「孫を抱っこしたい！」

そんな夢と一緒に
トレーニングして
叶えましょう！

トレーニングを通じて
叶った夢をプレゼン

ボディメイク部門

これぞ！
マッチョの大会！

マッチョに年齢は関係ない

この部門では
フィジークパンプ
レギンス
での出場です→



フィットネス部門

立ったり歩いたりを点数化
誰が1番高得点か！？



参加費無料



大会概要

年を重ねても挑戦し続ける
喜びと、仲間とともに成長
する楽しさを体験できる
新しい形のフィットネス
イベントです。

参加者の皆さまの
「生きがい」づくりを応援
いたします。

主催：筋肉医局



IKIGAI ”生きがい” ドリームCUP

2026年6月21日①

○会場：特別養護老人ホーム はまひるがお

○参加対象者：

はまひるがご利用者の方
千葉県東部地域に在住の方

○参加条件：

「生きがい」を叶えたい方！
楽しく運動を始めたい方！
運動を通じて仲間を作りたい方！

事前プログラム

2026年2月から5月まで
月1回の定期セミナー
を開催いたします。

開催日

第1回は2026年2月22日
以降 3/29, 4/19, 5/24

会場

特別養護老人ホーム
はまひるがお

内容

- ・専門家による指導
- ・効果的な筋力向上プログラム
- ・個人相談&進捗確認

参加費 無料



お問い合わせ・参加ご希望の方は、下記までご連絡ください

参加ご希望：特別養護老人ホーム はまひるがお(今関)
月～金 10:00～17:00

☎ 0475-30-2755

問い合わせ先：筋肉医局(遠藤)

✉ endo.shinya@kameda.jp

たくさんのご参加を心よりお待ちしております！

筋肉医局とは

ボディコンテスト出場経験を持つ医師/歯科医師/医学生/
歯学生の団体です。現在70名以上が所属しております。

「医師が病気を待つ時代から、健康を発信する時代へ」

この理念を軸に、フィットネス文化・予防医療・地域連携を
推進しています。

