

# みんなで出来る!簡単健康エクササイズ

## バズーカ岡田

# 岡田 隆 氏

日本体育大学教授 / 博士（体育科学）  
理学療法士 / 骨格評論家（バズーカ岡田）  
ボディービルダー（WBNF プロマスターズ世界一）

◆ 岡田 隆(おかだ たかし)氏

トレーニング科学、スポーツ医学を専門的に学び、身体づくりのスペシャリストとして活躍している。究極の実践研究としてボディビル競技を続けており、2023年には WBNF プロマスターズ世界一となる。日本の国力を底上げすべく身体づくりの啓発活動に尽力している。

【アシスタント】

◆ 岡村 省梧(おかむら しょうご)氏

日本体育大学大学院 体育科学研究科博士課程 /  
博士（体育科学）/ CSCS / ストレングストレーナー /  
元ボディビルダー / ドラコン競技者  
熊本市出身 出水中学校在学中は野球部に所属。  
岡田研究室で体育科学の研究を継続している。



令和8年2月16日(月)

## ◆ 熊本市スポーツ協会表彰式／熊本市民スポーツ講演会

開場 16:30 表彰式・講演会 17:15(表彰式終了後講演会)～19:30 予定

◆ 場 所：熊本城ホール 2F シビックホールB  
(正面玄関 (パストート 24 向かい側) から入るとわかりやすいです。)

◆ 定 員：300名程度 (先着順) ※入場整理券が必要です。

◆ 参 加 料：無 料 ※スポーツ協会100円募金にご協力ください。

◆ 配 布 日：令和8年(2026年)1月8日(木)午前9時～

◆ 配 布 場 所：熊本市スポーツ協会事務局 (中央区手取本町1番1号 8階 スポーツ振興課内)  
ナースパワーアリーナ (熊本市総合体育館・青年会館) (中央区出水2丁目7番1号)

浜線健康パーク (南区良町4丁目8番1号) / 南部総合スポーツセンター (南区白藤5丁目2番1号)

熊本市総合屋内プール (南区荒尾2丁目1番1号) / 託麻スポーツセンター (東区上南部3丁目22番30号)

水前寺野球場 (中央区水前寺5丁目23番2号) / 城南総合スポーツセンター (熊本市南区城南町舞原144-1)

植木中央公園運動施設 (熊本市北区植木町岩野 285-35)

◆ 駐車場(有料)には限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

講演会終了後、サインや  
一緒に写真撮影を予定します。

※参加者が多い場合は写真のみでの対応になる場合があります。

■ 問合せ先 熊本市スポーツ協会 〒860-8601 熊本中央区手取本町1番1号 スポーツ振興課内  
Tel 096-328-2724 Fax 096-323-9262 E-mail taikyou@circus.ocn.ne.jp

主催：熊本市スポーツ協会・熊本市 共催：一般財団法人熊本市文化スポーツ財団 後援：公益財団法人熊本県スポーツ協会