

3月8日は国際女性デー | 女性の生き方を考える日

HAPPY WOMAN FESTA 2026

HOKKAIDO

WELLNESS × EMPOWERMENT

3.7 Sat.

新さっぽろ会場



11:00

sawa

サンピアザ・デュオ1F



Bivi

BIVI新さっぽろ2F

FREE

HAPPY GIFT

イベント参加でプレゼント!
※数に限りがあります。



毎年好評!

HAPPYミモザ
フォトスポット
BY
GANON FLORIST

ドレスコードの幸せの黄色
「HAPPY YELLOW®」を
身につけて撮影して下さい

12:00 - 16:00

なの花薬局ブース&ワークショップ

●健康チェック/薬剤師・管理栄養士相談カフェ

「糖化度測定」や「血管年齢測定」など、気になるカラダのことを気軽にチェック!

要申込

●自分好みのアロマスプレー作り

- ① 12:00 - 12:30
- ② 12:50 - 13:20
- ③ 14:30 - 15:00
- ④ 15:20 - 15:50

各回
定員6名

各回 500円

※当日現金支払い

お申し込みは
こちら



FREE

13:00 - 13:10

北海道イエロースターズ公式チアチーム

「イエスタガールズ」ダンスパフォーマンス ①



ゲスト
梅宮アンナさん
モデル・タレント

13:30 - 14:15

HAPPYWOMAN スペシャルトークセッション

“曲がり角”をチャンスに変える!

しなやかに輝く…これからの私たち



進行
松本裕子
HAPPYWOMAN実行委員会
北海道支部長
医療キャスター

乳がんの公表、治療—
人生の“想定外”と正面から向き合いながら
歩き続ける梅宮アンナさん。
不安、迷い、弱さ。
そして、そこから見てきた
「手放してもいいこと」「本当に大切にしたいもの」
身体の変化や年齢、ライフステージの転機を
どう受け止めて、自分らしさへとつなげていくのか?
しなやかに輝く!“生き方のヒント”が詰まった時間です。

14:40 - 14:50 | 「イエスタガールズ」ダンスパフォーマンス ②

15:15 - 15:35

HAPPY HARMONY

心を整えるハーブの調べ



小野寺みゆきさん
ラマンブルーハーブ教室代表

進行/ファシリテーター 松本裕子

FREE

11:00 - 12:20

HAPPYWOMAN 大学生サミット2026

Period to Future — 生理から考える! 私たちの未来

生理のことって、まだまだ“話づらい”
未来を担う大学生たちが、生理のリアルな課題に向き合い、
「こうなったらいい!」という解決アイデアをプレゼンテーション!
●生理の貧困 ●学校・職場での配慮
●痛み・PMSとの付き合い方 ●環境やジェンダーの視点など
“話づらい”から、一歩先へ
一緒に、未来の“当たり前”を考えてみませんか?

大学生プレゼンター

- 星槎道都大学
- 藤女子大学
- 北海道医療大学
- 北海道大学
- 室蘭工業大学

コメンテーター/審査員



伊久美亜紀さん
ライフスタイルプロデューサー
(株)鈴木商会 執行役員部長



アンヌ遥香さん
フリーアナウンサー



寺本瑞絵さん
NTT 東日本札幌病院
産婦人科医



山本沙織さん
「サンキュ!」元編集長
「はじめよう!フェムケア」
パーソナリティ

他 審査員

12:30 - 13:10

トークセッション ①

企業が創るWell-beingな社会 — 働く私のリアルボイス

- 株式会社なの花北海道
- 丸紅株式会社/株式会社LIFEM
- 株式会社テイクアンドグヴ・ニーズ

13:40 - 14:10

トークセッション ②

“頑張りすぎない私”のコンディショニング

— からだと心を味方にする



伊藤沙菜さん
ブランドディレクター
(株)イーजीピージー 代表取締役



ひなた日姫さん
札幌ローカルタレント

15:30 - 16:10

トークセッション ③

50代からのHAPPYに生きるヒント

— 私らしく“今”を楽しむ



千堂あきほさん
俳優・タレント
北海道漁協女性部応援大使



りさね一恵さん
ライフスタイルインフルエンサー

要申込

HAPPY GIFT

参加者全員に
プレゼント!

11:00 - 12:00

定員20名

FREE

資生堂ブロッサミングプログラム

— 更年期世代のための美容プログラム

- 女性ホルモンと心身の変化を学ぶ
- 更年期セルフチェック
- 更年期世代のスキンケア&メイクレッスン 他



お申し込みは
こちら



“恋するみそ玉”HAPPYワークショップ

●身体を温めるピーズを使ったみそ玉作り!

講師 高橋朋子さん
フードコーディネーター・発酵食エキスパート1級・上級麹士

① 15:00 - 15:40

定員12名

② 16:00 - 16:40

定員12名

各回1,500円 ※当日現金支払い

3個製作/レシピ・試飲付きです。



お申し込みは
こちら



FREE

11:00 - 16:30

Happy-agingブース

なの花薬局
●健康チェック—野菜摂取度測定「ベジミル」や「肌年齢測定」など
●薬剤師・管理栄養士相談

丸紅/LIFEM

●“生理痛”を擬似体験しよう!

明治

●あなたのキレイがあふれ出す「アミノコラーゲン」展示・紹介

大高酵素

●大高酵素「スーパーオートカ」お試しコーナー

資生堂ジャパン

●パーソナルBカラー® 診断で似合うカラーを見つけよう!

富士製薬工業

●女性の健康、ライフステージに関する展示・紹介

鈴木商会

●リサイクル・アップサイクルアイテム展示

イージーピージー

●MINDFULNESS BREAKFAST (入浴剤等) 展示・販売

ネクイノ

●トイレの個室で生理用ナプキンが

無料で受け取れる「トレルナ」展示

他 協賛・協力企業ブース

他 協賛・協力企業ブース

HAPPY GIFT

HAPPY WOMANを
応援する協賛・協力企業から
化粧水や健康食品などの
“お土産”つめ合わせ



●同日共に、性別・年齢問わず誰でもご参加いただけます。●時間は変更になる場合がございます。●内容や出演者、タイムテーブルは予告なく変更になる場合がございます。●お子様は保護者同伴の場合、ご入場いただけます。●会場内外で発生した事故や盗難等について、主催者・会場・出演者は一切責任を負いません。●この内容は2026年2月現在の情報です。最新情報はHAPPY WOMAN公式サイトをご覧ください。