

今の私を まるごと生きる

～IMALUと考える“自分らしい生き方”～

タレントとして活躍する一方、東京と奄美大島での二拠点生活や、Podcast番組「ハダカベヤ」を通して、身の回りのジェンダーや社会課題について発信を続けるIMALUさん。

講演では、自身のさまざまな経験を交えながら“自分らしく生きる”ことをテーマにお話いただきます。

SNSなどで他人と比べたり、周りの目を気にしたりしやすい今。「こうあるべき」という思い込みに縛られ、自分らしさを後回しにしてしまうことはありませんか。

あなたの「まるごとの私」を大切にするヒントを見つける90分！



講師

イ マ ル

IMALU さん (タレント)

聞き手

しろた かずや

代田 和也 さん

(レディオキューブFM三重
アナウンサー)



2026年

日時

10月17日 (土)

13:30～15:00 (12:45開場)

会場

MIE CENTER FOR THE ARTS
三重県総合文化センター

三重県文化会館 中ホール

参加
方法

**事前申込制・先着順 (定員500名)
入場無料**

WEB申込フォーム、電話、申込書の窓口持参・郵送
のいずれかでお申込みください

託児サービスあり：0歳3か月～小学3年生程度
お子さま1人につき1,000円
10月3日までに要申込み

手話通訳あり

※要約筆記のご希望などは、開催日の1か月前までにご相談ください
ただし調整の結果、ご要望にお応えできない場合がございます

お申込み
はこちら



主催・お問合せ

三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 三重県総合文化センター内

TEL : 059-233-1130

E-mail : frente@center-mie.or.jp

URL : <https://www.center-mie.or.jp/frente/>

講師

イ マ ル

IMALU さん (タレント)



語学を学ぶためにカナダの高校へ留学。
映画や音楽好きでも知られており、イベント
や配信ライブなどでMCやゲストとして参加
するなど、マルチな才能を持つ。
2022年8月からは東京と奄美大島での二拠点
生活を開始！！また、保護犬猫シェルター
に足を運び、ボランティアで保護活動にも
参加！
体や性の悩み、対人関係や恋愛、社会課題に
ついての疑問を“ハダカの声”でディスカッ
ションする「ハダカベヤ」をPodcast番組で
配信中。

日時：2026年 10月 17日 (土)
13:30～15:00 (12:45開場)

会場：MIE CENTER FOR THE ARTS
三重県総合文化センター
三重県文化会館 中ホール

聞き手

しろた かずや
代田 和也 さん

(レディオキューブFM三重
アナウンサー)

2008年入社し、アナウンサー、各番組プロデューサー、ディレクターを
担当。2011年から音楽番組「RADICAL TUNES」、2017年からワイド番組
「はなさん+」などを経て、2019年4月から2025年3月まで夕方の帯ワイド
番組「グッとモク！」担当。同4月から「つながるジカン」担当。音楽好きを
活かし、これまで500を超えるアーティストにインタビュー。2児の父として
子育ても奮闘中。
自身の不登校経験を活かし、不登校支援の特別番組を定期的に担当して
いるほか、学校やイベントなどでの講演活動も行っている。

申込方法・当日までの流れ



申込

事前申込が必要です

WEB申込フォーム、電話、
申込書の窓口持参・郵送
のいずれかでお申込みください



WEB申込は
こちらから



受講票送付

10月上旬までに 受講票（はがき）を送付いたします

※万一ご都合が悪くなった場合は
キャンセルの連絡をお願いします



当日

講演会の当日に 受講票（はがき）をご持参ください

お申込み
お問合せ

三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」

〒514-0061 三重県津市一身田上津部田1234 三重県総合文化センター内
TEL：059-233-1130 E-mail：frente@center-mie.or.jp

フレンテみえ
ホームページ



各種サービス

託児サービスあり 対象：0歳3か月～小学3年生程度
(要事前申込) 託児申込締切：10月3日 (土)
託児料：1,000円／お子さま1人当たり

手話通訳あり

※その他、要約筆記等を希望の場合は事前にご相談ください。
開催日の1か月前までにご連絡をお願いします。
なお、調整の結果、ご要望にお応えできない場合がございます。

交通のご案内



鉄道 / 近鉄名古屋線・JR紀勢本線
・伊勢鉄道 津駅下車

バス / 三重交通路線バス
津駅西口から約5分

徒歩 / 津駅西口から約25分

タクシー / 津駅西口から約5分

自家用車 / 伊勢自動車道
芸濃インターから約15分
伊勢自動車道
津インターから約10分
※駐車場は約1400台 (無料)

参加
申込書

令和8年度 フレンテみえプレリウド事業

IMALU講演会 今の私をまるごと生きる

～IMALUと考える“自分らしい生き方”～

ふりがな お名前		ご住所 〒 ※受講票をお送りします	
性別 (任意)	年代 (任意)	電話番号	フレンテみえのイベントには 初参加 ・ 2回目以上
年齢 (任意)		歳代	

No.	受付印
月 日	
郵便 T 持	

託児希望 あり・なし

*「あり」の方は下欄にお子さまのお名前と
イベント当日の年齢をご記入ください

お名前	歳	ヶ月
お名前	歳	ヶ月

託児申込締切 10月3日 (土)