



令和4年2月1日

報道関係 各位

名古屋市立大学病院 医事課  
課長 宇佐見 剛 電話：052-858-7120

## 名古屋市立大学で 市民公開講座「元気で長生きの秘訣」を開催します！

名古屋市立大学で、3月5日に一般市民に向けた市民公開講座「元気で長生きの秘訣」を開催いたします。

名古屋市立大学では、名古屋市の事業である「なごや介護予防・認知症予防プログラム」の効果検証を行っています。一般市民の方などにこの事業の内容や健康寿命を延ばすための生活改善についても広く知っていただくためにご案内いたします。

### 記

- 1 日 時 令和4年3月5日(土) 13時30分～15時00分  
(12時30分より受付いたします)
- 2 場 所 名古屋市立大学 桜山キャンパス さくら講堂
- 3 対 象 者 介護予防・認知症予防に興味をお持ちの一般市民等
- 4 内 容 (1) オープニング：転ばぬ先の杖  
ーフレイルについて：知っておきたい予防策ー  
講師：赤津 裕康  
名古屋市立大学大学院 医学研究科 地域医療教育学教授  
  
(2) 特別講演：元気で長生き！私たちができること、地域でできること  
～高知のいきいき百歳体操の経験から～  
講師：堀川 俊一  
高知産業保健総合支援センター 産業保健相談員  
いきいき百歳大交流大会実行委員会 相談役  
元高知市保健所長
- 5 参 加 費 無料
- 6 定 員 200名程度（事前申込必要。詳細は別紙チラシをご確認ください。）
- 7 そ の 他 新型コロナウイルス感染症の影響により、延期または中止となる場合があります。

高知発いきいき百歳体操で筋力アップ!

元気で

長生きの秘訣



2022年

3月5日(土) ▶ 13:30~15:00

(受付開始 12:30)

参加費

無料

定員200名  
程度事前申込：往復はがき  
2/18(金) 必着  
詳細は裏面オープニング  
13:30

転ばぬ先の杖

-フレイルについて：  
知っておきたい予防策-

講師：赤津 裕康

名古屋市立大学大学院  
医学研究科

地域医療教育学 教授

特別  
講演  
14:00

元気で長生き!

私たちができること、地域でできること  
～高知のいきいき百歳体操の経験から～

講師：堀川 俊一

高知産業保健総合支援センター 産業保健相談員  
いきいき百歳大交流大会実行委員会 相談役  
元 高知市保健所長

会場

名古屋市立大学 桜山キャンパス

さくら講堂 (図書館3階)

名古屋市瑞穂区瑞穂町字川澄1 (地下鉄桜通線桜山駅3番出入口から徒歩3分)

アクセス方法は裏面をご覧ください

参加条件：来場の際はマスク着用、入場前に検温・手指消毒・連絡先の確認を行います。

発熱・風邪症状等体調の悪い方、感染陽性者または感染が疑われる人との濃厚接触がある方、  
海外から帰国して14日を経過していない方の参加はお断りします。

(諸事情により、急遽開催を延期または中止させていただくことがあります。)

主催：名古屋市・名古屋市立大学

お問合せ：名古屋市立大学病院  
地域包括ケア推進・研究センター  
(医学研究科 地域医療教育学)

TEL.052-853-8537 平日(月~金) 9:00 ~ 17:00

## 交通のご案内

お車でのご来場はご遠慮ください。  
無料駐車場はございません。



## 会場：さくら講堂



**地下鉄** 桜通線桜山駅3番出入口 → 徒歩3分、4番出口からは → 矢印の方向へお進みください。

**市バス** 金山駅 金山7番のりばより金山12「市立大学病院」下車  
金山8番のりばより金山14(桜山経由)「市立大学病院」下車

**参加費無料**

**定員200名程度**

**記入例 (往復はがき)**

### ● 申込方法

往信用裏面1~4を明記して、お送りください。

申込先：〒467-8601

名古屋市瑞穂区瑞穂町字川澄1

名古屋市立大学 医学研究科

地域医療教育学 行

締切：2/18 (金) 必着

<p>467-8601</p> <p>63 往信</p> <p>名古屋市立大学 医学研究科 地域医療教育学 行</p> <p>川澄1 名古屋市瑞穂区瑞穂町字</p>	<p>記入しない</p>
--	--------------

〈往信用表面〉

〈返信用裏面〉

<p>63 お名前</p> <p>ご住所</p> <p>返信</p>	<p>1 市民公開講座</p> <p>2 住所</p> <p>3 全員の氏名 (2名様まで)</p> <p>4 全員の電話番号</p>
--	---

〈返信用表面〉

〈往信用裏面〉

← 記入事項

応募はがき1枚につき、**2名様まで**のご応募とさせていただきます。  
座席は感染予防のため指定させていただきます。

※定員に達し次第、応募を締め切らせていただきます。

※市民公開講座の申込で収集した個人情報、市民公開講座の運営及び連絡に限り使用し、それ以外の目的には使用いたしません。