

2026 長岡市 介護予防講演会



気づいた今がはじめどき! フレイル予防

～長岡市のデータから考える健康の秘訣～



日時 **9月26日土**
令和8年
13:30▶15:15 (受付開始12:30)



会場 **長岡リリックホールシアター**
長岡市千秋3丁目1356番地6



参加定員
430名

参加
無料



対象

長岡市民どなたでも

申込期間

9月10日(木)▶9月24日(木)

申込方法

健康増進課へ電話 (0258-39-7508)

または

WEB申込 (二次元コード)

WEB申込はこちら▶



講師

著書、
メディア出演多数!!

筑波大学 人間系 教授

山田 実氏



神戸大学大学院医学系研究科にて学位取得後、2008年より京都大学大学院医学研究科助手、2010年同大学院助教、2014年筑波大学人間系准教授を経て、2019年同大学教授に就任。2026年より筑波大学附属高等学校校長を兼任。専門分野は老年学。日本予防理学療法学会理事長、日本老年療法学会副理事長、日本サルコペニア・フレイル学会理事などを務める。

お問い合わせ

長岡市健康増進課 TEL 0258-39-7508