

# いきいきライフ講演会を開催します！

令和7年10月6日  
京丹後市役所

京丹後市では、高齢者が百歳になっても様々な分野で才能を発揮し、生涯現役で元気に活躍できる「百歳活力社会」の実現を目指しています。その取り組みの一つとして、今回、老年学の第一人者である筑波大学人間系教授 山田実氏をお招きして、いきいきライフ講演会を開催します。

1. 日程 令和7年10月26日（日）  
13時30分～15時30分  
(受付13時00分～)



2. 会場 峰山総合福祉センター  
(京丹後市峰山町杉谷691番地)

3. 内容 「動ける！食べられる！つながれる！  
～三拍子そろった介護予防のススメ～」

4. 講師 筑波大学人間系 教授 山田 実 氏

5. 定員 200名程度

6. 問い合わせ先 京丹後市 健康長寿福祉部 長寿福祉課  
担当：下田・柴田（Tel 0772-69-0330）

~百才活力社会の実現に向けて~

# いきいきライフ 講演会



とき

令和7年10月26日(日)

13:30~15:30

ところ

峰山総合福祉センター  
2階コミュニティホール

申込  
不要

入場  
無料

## 「動ける！食べられる！つながれる！～三拍子そろった介護予防のススメ～」

高齢化が進む現代社会において、「介護予防」はますます重要なテーマとなっています。本講演会では、老年学の第一人者である山田実先生をお迎えし、「動く」「食べる」「つながる」という三つの視点から、介護予防の実践方法をわかりやすくお話しいただきます。

時間 13:30 開会(受付13:00~)

13:35~13:50 サザエさん体操

13:50~15:30 講演

定員 200人

(年齢に関係なく、どなたでもご参加いただけます)

講師 筑波大学人間系教授 山田 実 氏

### 講師プロフィール

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。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、日本転倒予防学会理事、日本老年医学会代議員、日本体力医学会評議委員など。

事前の申込みは不要です。当日、直接会場にお越しください。



共催:京丹後市、公益社団法人京丹後市シルバー人材センター

お問い合わせ先

京丹後市 長寿福祉課

峰山町杉谷691番地 峰山総合福祉センター内

TEL:0772-69-0330 FAX:0772-62-1156

Mail:chojufukushi@city.kyotango.lg.jp