

# 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

申込  
不要

入場  
無料

と ころ

峰山総合福祉センター  
2階コミュニティホール

## 「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