

▶ 新潟県立看護大学 看護研究交流センター 市民公開講座いきいきサロン2026

☎ 看護研究交流センター (☎・FAX 025-526-2822、✉nirin@niigata-cn.ac.jp)

健康に関心のある地域の皆さんと、看護や医療の専門家の交流の場として公開講座を開催します。

所 新潟県立看護大学

	テーマ・講師	とき	申し込み
第1回	テーマ=人生100年時代のフレイル予防 講 前川絵里子さん (看護大学講師)	5月21日☎ 午後6時30分～7時30分	5月19日☎ まで
第2回	テーマ=認知症への備え～日常生活での予防と準備 講 森橋恵子さん (高田西城病院地域医療福祉部部长)	6月18日☎ 午後6時30分～7時30分	5月19日☎～ 6月16日☎
第3回	テーマ=「姿勢」とか「ストレッチ」とかは聞き飽きた！それでも治らない肩こりに5つの視点 講 町田貴輝さん (上越地域医療センター病院理学療法士)	7月16日☎ 午後6時30分～7時30分	6月16日☎～ 7月14日☎
第4回	テーマ=体の中の「掃除と再利用」のしくみ ～オートファジーから見えてくる老化・認知症・がん～ 講 葛城美德さん (看護大学准教授)	9月17日☎ 午後6時30分～7時30分	8月18日☎～ 9月15日☎
第5回	テーマ=世界が注目する「健康的な老化(ヘルシー・エイジング)」の秘訣 ～人生100年時代を豊かに生きるための、WHO流・心の健康習慣～ 講 谷本千恵さん (看護大学教授)	10月15日☎ 午後6時30分～7時30分	9月15日☎～ 10月13日☎
第6回	テーマ=食べる力は、口だけじゃない！ ～フレイルを防ぐリハビリ・栄養・口腔の話～ 講 田中紀裕さん (安江たなか歯科医院)	11月19日☎ 午後6時30分～7時30分	10月20日☎～ 11月17日☎

お知らせ

もよおし・講座

募集

無料相談

募集

上越市福祉有償運送運営
協議会参加者

要介護者や障害がある人などの移送の在り方を協議します。会議は平日の日中、年1回程度です。

☎ 18歳以上の市民 (高校生を除く) 定1人 他任期 7月

1日から2年間 報酬 2会議
1回につき5千円 (交通費別途) 申 5月18日☎ (必着)

までに応募用紙に必要事項を記入し「要介護者や障害がある人の外出の支援について思うこと」をテーマにした作文 (400字程度) を添えて、

福祉課 ☎ 025・520・5694



上越市地域福祉計画策定
懇談会参加者

地域福祉の将来像や取り組みの方向性などを協議します。会議は平日の日中、令和8年度内に、4回程度の開催を予定しています。

☎ 18歳以上の市民 (高校生を除く) 定2人 他報酬 懇談会1回につき5千円 (交通

費別途) 申 5月18日☎ (必着) までに応募用紙に必要事項を記入し「地域福祉について思うこと」をテーマにした作文 (400字程度) を添えて、福祉課 ☎

025・520・5693



施設の利用に関する
サウンディング型市場調査の参加者

牧ふるさと村自然と憩の森 研修伝承施設ふるさとアピール館、牧ふれあい体験交流施設交流研修館の活用に関する、サウンディング (民間対話) 型市場調査の参加者を募集します。詳しくは、市ホームページに掲載の実施要領をご覧ください。

時 調査期間 5月29日☎～6月5日☎ 対 施設の有効活用
に当たり、実施主体となる意向を有する個人または法人など 申 5月15日☎ (必着)
までに、必要書類を板倉区総合事務所産業グループ ☎ 0255・78・2141

