市民公開講座

脳と筋肉を元気に！

健康長寿の新常識

参加費
無料
申込不要
先着300名

認知症予防と転倒予防を、
運動・睡眠・筋肉・食事からわかりやすく学びます。

ミニ講演

13:35～

そうだ　筋肉、ふやそう。これで貴方もつまずき知らず！
～未来が変わる！？食事術～

名古屋市立大学病院　栄養管理科　管理栄養士

森田　裕之　氏

基調講演

14:00～

認知症にならないために今できること
「良い運動」と「良い睡眠」の新常識

名古屋市立大学大学院　医学研究科
脳神経外科学分野　准教授

山田　茂樹　氏

日　時　2026年11月7日（土）13:30～15:00
（開場 13:00）

会　場　名古屋市立大学病院　病棟・中央診療棟３階 大ホール
（名古屋市瑞穂区瑞穂町字川澄１　桜山キャンパス）

最寄駅　地下鉄桜通線「桜山」駅よりすぐ　（詳しくは裏面をご覧ください）

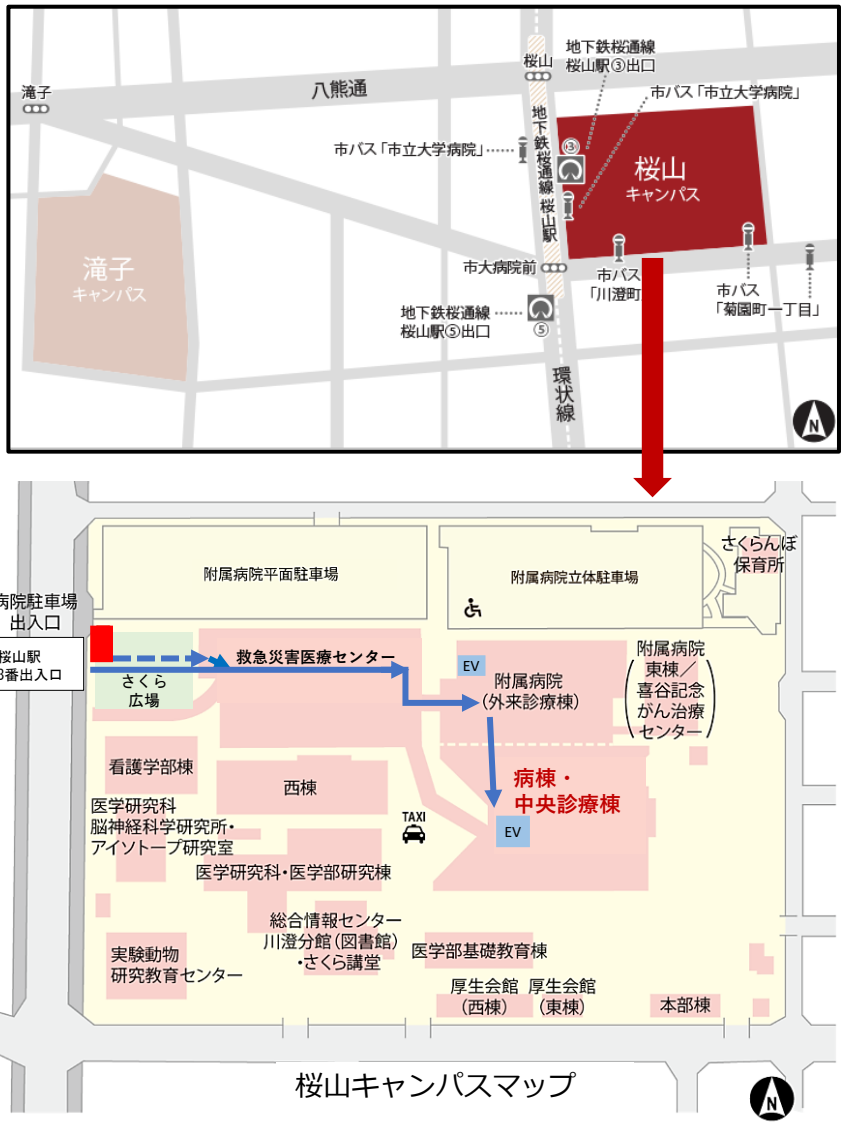
主催：名古屋市
名古屋市立大学

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
TEL：052-853-8501（月～金 9:00～17:00）　FAX：052-853-8507

交通のご案内

地下鉄

桜通線桜山駅改札口より、まっすぐ地下専用通路を病院方面へ



市バス

栄バスターミナル（オアシス21のりば）

4番のりば

栄26号系統「栄（市立大学病院経由左回り）」行（約25分）「市立大学病院」下車

金山市営バスターミナル

7番のりば

金山11号系統「池下」行(約15分)「桜山」下車

金山16号系統「瑞穂運動場東」行(約15分)「桜山」下車

金山12号系統「妙見町」または「金山」行(約15分)「市立大学病院」下車

8番のりば

金山14号系統「瑞穂運動場東」行(桜山経由) (約15分)「市立大学病院」下車

※注）お車でお越しの際、駐車料金はご本人のご負担となります。予めご了承ください。