

第14回

千曲中央病院  
創立80周年記念

## 市民のための健康講座

# メイン テーマ 楽しく生きよう

特別講演

## がんばらないけど あきらめない

～人生100年時代を  
健康で幸せに生きる～

▶ 講師紹介 **鎌田 實 先生**

諏訪中央病院名誉院長 地域包括ケア研究所長  
長年、地域医療と健康づくりに尽力



2026年

6月6日(土)

参加無料

開場 13:30 開演 14:00 終演 15:35(予定)

場所

信州の幸 あんずホール

〒387-0011 長野県千曲市杭瀬下一丁目 64 番地  
[TEL] 026-273-1880 [FAX] 026-273-1885

当日は先着順での入場となります。定員になり次第、受付を終了といたします。  
あらかじめご了承ください。

お問い合わせ

千曲中央病院  
地域医療連携室/町田

TEL  
026-273-1212  
(代表)

主催: 社会医療法人大西会 千曲中央病院

後援: 千曲市、千曲医師会、長野県医師会、信濃毎日新聞社、(株)信州ケーブルテレビジョン