

受講生 募集

- ◆対象：佐久市・南佐久郡にお住まいの方
- ◆期間：2025年11月～2026年3月（全8回）
- ◆受講料：6,000円（資料代を含む）
- ◆定員：30名
- ◆会場：佐久総合病院 教育ホール
一般財団法人 農村保健研修センター
うすだ健康館
- ◆主催：JA長野厚生連 佐久総合病院

健康でくらしやすい地域を作るために
あなたも**種子まき人**の一員になりませんか？



申込期限：2025年**10**月**24**日

講座内容

全日程 13:30~16:30

第1回 出会い・ふれあい・学び合い

〈教育ホール〉

11月6日 (木)	・開講の挨拶	佐久総合病院	渡辺仁	統括院長
	・健康なくらしと社会			
	・佐久地域保健福祉大学・同窓会の概要	佐久総合病院	池田拓也	地域健康管理科課長

第2回 見守る・備える・つなげる地域活動

〈教育ホール〉

11月19日 (水)	・地域で守ろう、みんなの安全（防災）	佐久市役所	志摩祐喜	危機管理課長
	・地域の子どもたちの現状	佐久穂町役場	大井直美	保健師

第3回 健やかな身体づくり

〈教育ホール〉

12月17日 (水)	・フレイルを予防しよう	佐久総合病院	依田英樹	理学療法科技師長
	・生活習慣病予防の基本	佐久総合病院	堀込充章	糖尿病・内分泌内科部長

第4回 安心して地域で暮らす

〈教育ホール〉

1月8日 (木)	・認知症を知り、関わり方を学ぶ	佐久総合病院	武舎栄次	認知症看護認定看護師
	・地域包括支援センターのお仕事	白田地域包括支援センター	鷹野洋美	主任介護支援専門員

第5回 つながりと社会参加

〈うすだ健康館〉

1月22日 (木)	・こころづもりをしよう（人生会議）	うすだ健康館	井出美由紀	フロアマネジャー
	・同窓会活動	佐久地域保健福祉大学同窓会		

第6回 健やかなこころをはぐくもう

〈教育ホール〉

2月3日 (火)	・ストレスとコミュニケーション	佐久総合病院	長谷川彩香	臨床心理士
	・ヨガでこころもほぐそう	NPO法人 ウィズハートさく	新津薫	精神保健福祉士

第7回 食と農の「いま」

〈農村保健研修センター〉

2月17日 (火)	・有機農業を知ろう	佐久市有機農業研究協議会	井出明	実験農場長
	・食事でフレイル予防	佐久総合病院	矢花直美	管理栄養士

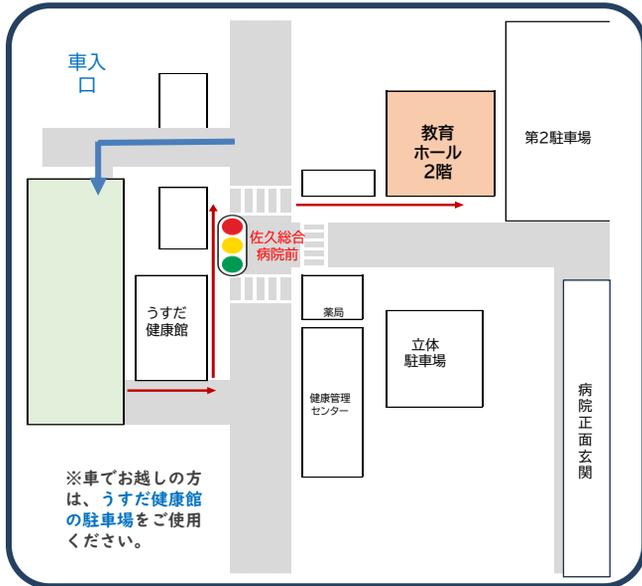
第8回 さあ、地域の中へ

〈教育ホール〉

3月5日 (木)	・修了式	佐久総合病院	渡辺仁	統括院長
	・講座の振り返り	佐久総合病院	地域健康管理科	

会場地図

佐久総合病院 教育ホール



農村保健研修センター



申し込み・問い合わせ先

下記の用紙に記入し、お申し込みください。

電話・FAXでのお申し込みも承ります。

※ 講座修了後の同窓会への加入が前提となります。

※ マスクの着用は個人の判断にお任せしますが、着用を推奨しています。

佐久総合病院 地域健康管理科 佐久地域保健福祉大学講座事務局

〒384-0301 佐久市白田197

TEL : 0267 (82) 2677 FAX : 0267 (82) 7034

申込期限：10月24日

第35期 佐久地域保健福祉大学申込書

フリガナ		性別	男・女
氏名			
生年月日	昭・平 年 月 日	年齢	歳
住所 (番地まで)	〒	職業	
電話番号	()	地域での 役名など	
緊急連絡先		続柄	

※個人情報の取り扱いについて：本事業を実施するにあたり、管理する個人情報は、事業の実施および関係資料の作成のみに使用し、第三者に提供することはありません。