

小さな**腎臓**が あなたの健康を守る

～はじめてみよう
身近な生活習慣の見直し～

日時 **2026年**
3月1日 12:00～15:30
(受付12:00～)

会場 **柿安シティホール**
大ホール 三重県桑名市中央町3丁目20

※駐車場に限りがありますので
出来るだけ公共交通機関を
ご利用ください。

Program

相談・体験コーナー 12:00～13:20

- 医療や健康に関する相談・体験コーナー
- 腎臓病に関する資料提供コーナー

講演第一部 13:30～14:25

- 1 学術講演**
生活習慣を見つめ直して腎臓と心臓を整えましょう
三重大学大学院 循環器・腎臓内科学 教授 土肥 薫
- 2 今日からできる! 「ながら」・「こまぎれ」運動**
主体会病院 主任補佐 理学療法士 舘 友基

講演第二部 14:40～15:30

- 3 お薬との付き合い方 ～薬局を活用しよう～**
桑名地区薬剤師会 野末 千晴
- 4 笑いヨガ**
三重県透析看護勉強会
- 5 腎臓病で減らした筋肉を取り戻せ!**
～効率的なタンパク質の摂り方～
鈴鹿回生病院 栄養管理課 村上 清香

⚠ご来場の際は、感染予防のため
マスク着用にご協力お願いいたします

- お問い合わせ先:
三重CKD委員会事務局
〒514-8507 津市江戸橋2-174
三重大学医学部附属病院腎臓内科
TEL:059-231-5403 FAX:059-231-5569
E-mail: mieckd@med.mie-u.ac.jp
- 主催: 三重CKD委員会
- 共催: 三重県、認定NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク
- 後援: 桑名市、三重大学医学部附属病院、
三重県市町保健師協議会、
三重県国民健康保険団体連合会、三重県医師会、
三重県薬剤師会、三重県栄養士会、
三重県理学療法士会、三重県作業療法士会、
令和7年度厚生労働科学研究費補助金(腎疾患政策研究事業)「腎疾患対策検討会報告書に基づく慢性腎臓病(CKD)に対する地域における診療連携体制構築の推進に資する研究」、NPO法人日本腎臓病協会、
中日新聞社、三重エフエム放送



お申込み締切日 2026年2月25日(水) 必着

●参加申込み

氏 名	ふりがな	参加人数	合計	名
住 所	〒 ー			
電話番号				

参加証の発送はございません。

※ご記入いただきました個人情報については、
本会の運営に関する目的以外には使用いたしません。

お申込み方法

氏名、住所、電話番号、参加人数を明記の上、下記のいずれかでお申込みください

【郵 送】〒514-8507 津市江戸橋2-174

三重大学医学部附属病院腎臓内科内 三重CKD委員会宛

【FAX】059-231-5569

【メール】mieckd@med.mie-u.ac.jp

会場：柿安シティホール 大ホール

〒511-0068 三重県桑名市中央町3丁目20

TEL:0594-22-8511

<交通のご案内>

◇最寄り駅 JR・近鉄「桑名駅」東口から徒歩約11分

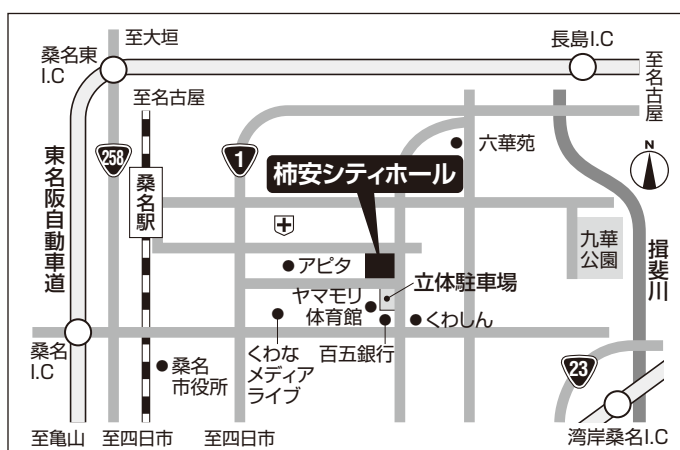
◇最寄りバス停

「総合福祉会館前（三重県）」から徒歩約2分

「桑名シティホテル前」から徒歩約3分

「くわなメディアライブ」から徒歩約4分

※駐車場には限りがありますので出来るだけ
公共交通機関をご利用ください。



「三重とこわか健康マイレージ事業」とは？

食生活や運動などの生活習慣改善や健康診断の受診、地域活動への参加など健康づくりに取り組んだ方に、健康マイレージポイントが付与されます。

一定のポイントを獲得した方は、市町より「三重とこわか健康応援カード」が交付され、カードを「マイレージ特典協力店」で提示することにより特典を受けることができます。

（市町により内容は異なります。詳細は各市町にお問い合わせください。）

*本県民公開講座参加で、 ポイント付与が対応可能な市町

木曽岬町、東員町、菰野町、朝日町、
四日市市、亀山市、津市、多気町、明和町、
大台町、伊勢市、鳥羽市、志摩市、玉城町、
度会町、尾鷲市、熊野市、御浜町、紀宝町