



ばりばり健康プロジェクト

名張ケンコー! マイレージ

ケーブルTV放映&Web配信!

市民公開講座

長引くコロナ禍に打ち克ち、 心身ともに健康に!

配信方法

ケーブルテレビ (ads.channel)

放映期間 ● **3月毎週土曜日**

3月5日、3月12日、
3月19日、3月26日

放映時間 ● **20:00 ~ 21:00**

チャンネル ● **201ch**

名張市公式 YouTube

配信期間 ● **3月1日(火)~31日(木)**

URL ● <https://www.youtube.com/channel/UCdAsvBV38V5NBFmwQuX3uw>

※YouTube での視聴は無料ですが、視聴には通信料がかかります。通信料はご視聴いただく方のご負担となりますので予めご了承ください。

※ご視聴にはインターネットに接続可能な機器(パソコン・タブレット・スマートフォン)をご準備ください。



講座内容

気をつけて! 不眠とうつ

三重大学大学院
精神神経科学分野 講師

元村 英史



コロナ禍でエコノミー症候群から 身を守るために知っておきたいこと

三重大学医学部附属病院
循環器内科 助教

荻原 義人



※市民公開講座を視聴いただいた方に、
マイレージ1ポイントを付与します。

※名張市役所1階 ⑨番窓口 健康・子育て支援室までお越しいただき、その際にキーワードをお伝えください。

※ポイント付与期間:令和4年4月28日(木)まで

お問合せ先

NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク事務局
〒514-8507 三重県津市江戸橋2-174
三重大学大学院 循環器・腎臓内科学内
TEL:059-231-5015 FAX:059-231-5201
E-mail:miocrnet@med.mie-u.ac.jp

共催

名張市、三重大学医学部附属病院、
認定NPO法人みえ循環器・腎疾患ネットワーク