



飯山市  
プレスリリース

飯山市役所 総務部 事業戦略室 情報政策係  
住所：飯山市大字飯山1110-1  
Tel：0269-67-0724 Fax：0269-62-5990  
E-mail：[senryaku@city.iiyama.nagano.jp](mailto:senryaku@city.iiyama.nagano.jp)

令和4年11月8日発信

報道関係者 各位

**飯山雪国大学 文化講演会 開催**  
**「簡単ちよい足し健康法&ミニ音楽会**  
**～あなたの寿命が5年伸びる～」**

飯山雪国大学では健康に関するお話にミニ音楽会を合わせた講演会を開催します。ミニ音楽会はライブでロコモ体操をします。

- (1) 期日 令和4年11月19日(土)
- (2) 会場 飯山市文化交流館なちゅら小ホール
- (3) 時間 午後2時～3時45分(開場 午後1時30分)
- (4) 講師 きむら しのぶ  
木村 至信 氏

医学博士であり音楽バンド「木村至信 BAND」のボーカル。

信越放送ずくだせテレビなど医療コメンテーターとして各メディアで活躍中。

詳細は添付のチラシをご覧ください。お時間がありましたら、取材をよろしく申し上げます。

<担当課>

飯山市 文化振興部 市民学習支援課  
(課長) 田中 良則 (担当者) 藤木 栄子  
住所：飯山市大字飯山1436-1  
電話：0269-62-3342  
ファクシミリ：0269-62-5940  
電子メール：[kouminkan@city.iiyama.nagano.jp](mailto:kouminkan@city.iiyama.nagano.jp)

飯山雪国大学文化講演会

# 簡単ちよい足し健康法 & ミニ音楽会

～あなたの寿命が5年伸びる～

医学博士であり音楽バンド「木村至信 BAND」のボーカルをされ、また信越放送づくだけテレビなど医療コメンテーターとして各メディアでも活躍されている木村至信氏による講演会&ミニ音楽会を開催します。

ミニ音楽会はライブでロコモ体操をします。秋のひと時をどうぞお楽しみください。



2022年  
11月19日 (土)

講師  
医学博士・ミュージシャン

木村至信氏

Shinobu KIMURA

14:00～15:45 (開場13:30)

飯山市文化交流館 なちゅら小ホール (入場無料)

(会場住所 長野県飯山市大字飯山 1370-1)

事前のお申し込みは必要ありません。  
マスク着用、入口で消毒・検温をお願いします。

主催 飯山市・飯山市教育委員会

[お問い合わせ先] 飯山市公民館 ☎ 0269-62-3342