



参加費
無料



万能薬としての運動

～ストレスと脳への効果～

東洋大学 生命科学部 生体医工学科 教授
東洋大学大学院専攻長

小河 繁彦 さん

日 時: 令和7年11月26日(水)

午後2時～3時30分(受付開始 午後1時30分)

会 場: クロスパルにいがた 4階 映像ホール

◇対 象: どなたでも ◇定 員: 100人(先着) ◇参加費: 無料

◇申込み:

①右の二次元コードを読み取り、ホームページより申込み(24 時間受付)

ホームページからお申込みができない方は、

②新潟市コールセンター(025-243-4894)へお申込みください。

※コールセンターの受付時間は午前8時から午後9時まで。

午前8時～午前10時の時間帯はお問い合わせ等でお電話が非常に繋がりにくっております。



受付期間: 10月17日(金)～11月18日(火) ※定員になり次第締切

お問い合わせ 新潟市生涯学習センター(クロスパルにいがた)

電話: 025-224-2088

お電話でのお問い合わせは休館日を除く平日午前9時～午後5時

※10/27(月)、11/25(火)は休館日のため、電話が繋がりにくいためご注意ください。





講師プロフィール

小河 繁彦（おごう しげひこ）

東洋大学 生命科学部 生体医工学科 教授 東洋大学大学院専攻長



北テキサス大学助教授を経て、2009 年より現職。南ウエールズ大学客員教授、産業技術研究所（つくば）、ヨーロッパ宇宙機構（ESA）、ドイツ航空宇宙センター等の客員研究員、鶴ヶ島市スポーツ推進審議会委員、アメリカスポーツ医学会フェロー、ヨーロッパスポーツ医学会フェロー。また、Experimental Physiology, Journal of Physiological Science, Exercise and Sport Sciences Reviews, Journal of Clinical Medicine, Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports など多数の生理学国際誌の編集委員を務める。米国スタンフォード大学とエルゼビア社の「世界のトップ 2%の科学者」を特定する包括的リストにランクインしている（2024 年のランク Physiology の分野で世界 107 位）。著書に「スポーツ科学でわかる 身体のしくみとトレーニング」（丸善）など。



クロスパル★サポーターズ の活動について



「クロスパル★サポーターズ」はクロスパルにいがたを活動拠点とするボランティアグループです。

新潟市生涯学習センターや中央公民館の主催事業のお手伝いや、パソコン教室の運営、工作教室や講演会の企画運営、広報紙の作成や、環境整備などの活動を行っています。一緒に活動しませんか？

会場・お問合せ

新潟市生涯学習センター

新潟市中央区礎町通 3 ノ町 2086

Tel025-224-2088 Fax025-223-4572

問合せ 月曜日～金曜日 午前9時～午後5時

※ただし 10/27(月)、11/25(火)は休館日

▼JR 新潟駅万代広場より

徒歩:20 分程度

バス:古町方面行き「礎町」または「本町」下車

徒歩 3～5 分

▼駐車場 29 台 うち障がい者用 1 台

利用料金:30 分ごとに 150 円

(受付カウンターに設置してある機械で処理を
すると 30 分無料)

できるだけ公共交通機関をご利用ください。

