



ユニバーサル  
ファッションショー

スマートフォン  
体験

健康発声法

筋肉量  
測定コーナー

# かわさき健康・介護フェア

～みんなで元気にいきいきライフ～

出かけよう♪ 見つけよう♪

いきいきと元気に過ごすヒントが盛りだくさん。  
楽しい経験が、社会参加のきっかけに。



長寿郎 (ちようじゅうろう)

先着300名  
オリジナルトートバッグ  
プレゼント  
「抽選会」も予定しています!

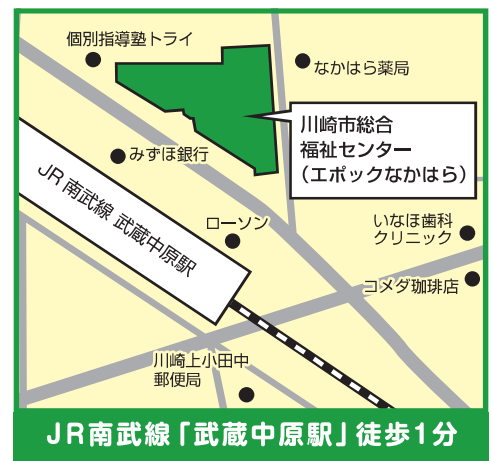
**日程** 2022年**1月24日(月)** **入場無料** **主催**  川崎市

**会場** 川崎市総合福祉センター(エポックなかはら)  
ホール、大会議室、第1会議室  
川崎市中原区上小田中6丁目22番5号

**時間** ホール(3階) 大会議室、第1会議室(7階)  
13:00~16:45 12:30~17:00  
(開場12:30) (開場12:30)

**受付** エポックなかはら3階 ホール前

会場地図



JR南武線「武蔵中原駅」徒歩1分

# かわさき健康・介護フェア ～みんなで元気にいきいきライフ～

## 当日のプログラム

ホール (3階)  
(13:00～16:45)

### ①主催者挨拶

### ②記念講演 (60分)

#### 『みんなで健康なまちづくり』

子どもから高齢者まですべての人々が、希望や生きがいを持ち、ライフステージに応じて健やかで心豊かに生活できる社会を実現していくことは私たちの願いです。社会環境に着目し、どのような地域社会が病気や健康を生み出すのかをすることで、暮らしているだけで健康になれるまちづくりをめざしましょう。

講師: 近藤 克則 氏

千葉大学 予防医学センター 社会予防医学研究部門 教授  
国立長寿医療研究センター 老年学・社会科学研究センター  
老年学評価研究部長(併任)  
一般社団法人 日本老年学的评价研究機構 代表理事(併任)



### ③「社会参加で生きがいづくりと健康づくり」 (20分)

講師: 大下 勝巳 氏

1982年、おやじの会「いたか」を立ち上げ、地域活動を開始。  
1994年、市内おやじの会のネットワーク「川崎おやじ連」を結成。その活動が内閣府から「長寿社会における高齢者の社会参加活動の模範」として、昨年社会参加章を受章。



### ④市民団体活動発表交流会 (40分)

ハッピーサロン、川崎区健康づくりサポーター、なかはらハンジー隊、  
梶ヶ谷はなこぶし、ヘルスパートナーみやまえ、多摩区ウオーキング推進委員会



### ⑤認知症啓発寸劇

#### 「認知症 みんなで支え合って この街で」 (15分)

川崎市認知症ネットワーク

### ⑥ユニバーサルファッションショー (25分)

登戸ドレスメーカー学院&ユニバーサル服飾高等学院

### ⑦健康発声法で

#### 「上を向いて歩こう」 (20分)

一般社団法人 みんなでオーイ協会 堺泰馬/村上智恵子  
ボイストレーニングの手法を活用し、歌手の村上智恵子さんと一緒に最適な歌い方を楽しく学びます。



### ⑧大抽選会

すてきなプレゼントをご用意しております。



大会議室 (武蔵) 7階  
(12:30～17:00)

### ①筋肉量測定コーナー

全身、各部位ごとの筋肉量、脂肪量などを正確に測定します。



### ②各団体の活動発表パネル・コーナー

みんなでつながり、新しい活動に挑戦!  
市民活動団体が、活動内容を紹介します。



### ③知っているだけで役に立つ生活支援グッズ展示

健康・介護に役に立つ用具・機器についてお気軽にご相談ください。  
かわさきJプロジェクト



### ④ユニバーサルファッションの作品展示・試着体験

様々なファッションをお楽しみください。  
登戸ドレスメーカー学院&ユニバーサル服飾高等学院

### ⑤企業協賛コーナー スマートフォン体験コーナー

株式会社NTTドコモ

7階 第1会議室 (春日) (12:30～17:00)

### もの忘れチェック体験コーナー

#### 認知症について正しく理解しよう

日本医科大学街ぐるみ認知症相談センター



3階 ホワイエ (ホール入口前)

(14:00～17:00)

カウンセリングコーナー 健康づくり相談をお受けいたします。

新型コロナウイルス感染症対策を徹底して開催いたします。

※37.5度以上の場合はご入場いただけません。



マスクの着用



体温測定\*



人数の制限



距離の確保



会話は控えめに



お名前・住所・電話番号の記入

新型コロナウイルス感染症対策のため、来場時にお名前・住所・電話番号等を記入していただきます。  
事前にお電話等でお申込みいただくと開催当日スムーズにご入場いただけます。

☎ 044-200-2638  
FAX.044-200-3926

お申込み 12/15(水)～1/19(水)まで お申込みの際に ①お名前 ②住所 ③電話番号をお申出ください。

お問い合わせ 川崎市健康福祉局 高齢者在宅サービス課 川崎市川崎区宮本町1番地  
メールアドレス 40zaitak@city.kawasaki

Colors, Future!  
いろいろって、未来。  
川崎市