

入場無料

かわさき

健康・介護 フェア

楽しみながら実践しよう

若さを保つための健康づくりや、
興味のあることを深掘りするなど
もっと人生を楽しむためのヒントがここにあります。



特別講師
由美かおるさん

2024.1/26[金]
12:00 ▶ 16:30

先着
300名様に
オリジナルケース付き
ボールペンセットを
プレゼント!



開場
時間

大ホール

13:00 ▶ 16:30 (開場 12:30) [定員] 大ホール / 400人

11:30から、大ホール前にて入場整理券を配布いたします。
定員を超える場合には、入場を制限させていただきます。

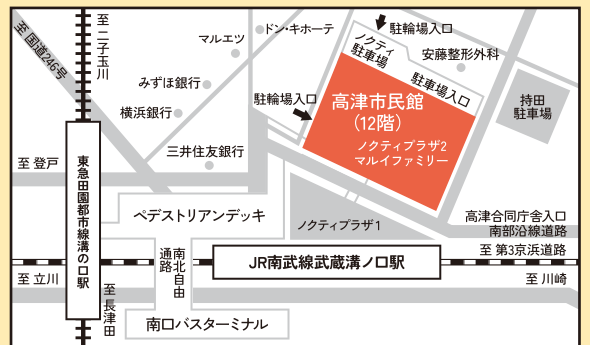
大会議室

12:00 ▶ 16:20 (開場 12:00)

会場
受付

高津市民館【大ホール、大会議室】
川崎市高津区溝口1-4-1 ノクティプラザ2 12階
受付 12階 大ホール前

JR武蔵溝ノ口駅北口または東急溝の口駅東口から徒歩2分



お問合せ

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
TEL:044-200-2638 / FAX:044-200-3926 / 40zaitak@city.kawasaki.jp

11:30から
整理券を配布します

内容

自由に見学できます

大ホール 13:00 ▶ 16:30 (開場12:30)

大会議室 12:00 ▶ 16:20 (開場12:00)

① 13:00～13:10
主催者挨拶 10分

② 13:10～14:00
特別講演
「由美かおるさんに聞く
若さを保つ健康法の秘けつ」 50分

プロフィール：女優
テレビ、映画、舞台上で活躍し、TBSの『水戸黄門』では25年の長期にわたりレギュラー出演。現在も、女優・歌手として精力的に活動を続けるとともに、自身が開発した「由美ブリージング」の指導も全国で行っている。厚生労働大臣の私的諮問機関国民健康会議委員、厚生労働省の医療審議会委員、大阪国際女子大学客員講師などを歴任。著書『由美かおるの西野流呼吸法』など多数。



聴き手：町 亜聖 さん

プロフィール：フリーアナウンサー
日本テレビにアナウンサーとして入社。その後、報道局に活動の場を移し、キャスター・厚生労働省担当記者として医療問題や介護問題などを取材。



③ 14:20～14:40
寸劇から学ぶ認知症 20分

「認知症にやさしいわが町」
川崎市認知症ネットワーク「劇団SOS」

④ 14:40～15:25
いきがい・健康づくり活動紹介(4団体) 45分

- ① 梶ヶ谷はなこぶし
- ② 宮前区運動普及推進員の会 (ヘルスパートナーみやまえ)
- ③ 宮前ポッチャ倶楽部
- ④ あさお運動普及推進員の会

⑤ 15:25～15:50
ユニバーサルファッションショー 25分

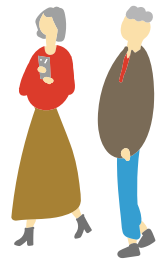
登戸ドレスメーカー学院&ユニバーサル服飾高等学院
10代～80代の「手作り大好きさん♪」も、
五十肩、杖、車椅子の方も、おしゃれにデビュー!!

⑥ 16:20～16:30
大抽選会 10分

すてきな商品を用意しています!!

各団体の活動発表パネル・コーナー (12団体)

- 登戸ドレスメーカー学院：ユニバーサル服飾高等学院
- 川崎市介護支援専門員連絡会
- 日本医科大学街ぐるみ認知症相談センター
- 川崎市福祉サービス協議会
- 川崎市食生活改善推進員連絡協議会
- 川崎市地域密着型訪問介護事業者連絡協議会
- 元気な高津をつくる会
- 梶ヶ谷はなこぶし
- ひまわりの会
- 宮前区運動普及推進員の会 (ヘルスパートナーみやまえ)
- 多摩区ウォーキング推進委員会
- あさお運動普及推進員の会



体験コーナー (2団体)

● かわさきJプロジェクト
介護予防・福祉の生活支援グッズ(自助具など)を展示します。健康・介護に役立つ用具・機器などのご相談も受け付けます。

● 宮前ポッチャ倶楽部

年齢、性別、障害の有無に関わらず、すべての人が一緒に競い楽しめるスポーツ「ポッチャ」。この機会にぜひ体験してみましょう。

お口の機能チェックコーナー

● オーラルフレイルチェック

口の機能の“ささいな衰え”をチェックし、
歯科衛生士が改善方法をお伝えします。

12:00～13:30 オーラルフレイルスクリーニング

13:30～16:20 口腔機能測定機器を用いた滑舌の検査
【川崎市健康福祉局歯科保健政策担当】

COLORS,
FUTURE!
ACTIONS
KAWASAKI 100th



Colors, Future!

いろいろって、未来。

川崎市