

麻生区は『健康長寿』をめざす取組を進めていきます!!




禅寺丸柿キャラクター
「かきまるくん」

麻生区は、平均寿命が男女ともに日本一（男性84.0歳、女性89.2歳^{※1}）になりました。区内で健康への意識が高まっているタイミングを捉え、5つの取組を通じて、『健康長寿』をめざす取組を推進してまいります。

Part1

講演会

講演会『健康長寿社会に向けて』

- 日時 令和5年9月1日（金）10時～11時30分
 - 会場 麻生市民館 大会議室
 - 定員 会場100名 オンライン50名
 - 内容 ①「健康長寿社会に向けての最新情報」
東京都健康長寿医療センター研究所 副所長 藤原佳典氏
- 
- ②「カラダは食べ物からできている
～元気な人生100年のためのヒント～」
「申込はHPから」株式会社明治関東支社 管理栄養士 岡美里氏

Part2

麻生図書館

『長寿関連図書コーナー』を設置

健康長寿に関連する様々な本を紹介します。

【設置期間（予定）】

第1弾 7/19～8/21

食育特集

第2弾 8/22～9/18

フレイル^{※2}予防特集

第3弾 9/19～ウォーキング特集



Part3

スポーツ施設

スポーツ施設と連携した

『健康情報』の発信等

区内のスポーツ施設と連携し、健康情報の掲示や公開講座、保健師による「あさお保健室」（骨密度・血管年齢測定）等を実施します。

- 麻生区民間スポーツジム4カ所
- 麻生スポーツセンター
- ヨネッティー王禅寺



Part4

ステッカー

区内事業者へ

ステッカーを配布

麻生区が発信する健康情報（二次元コード）を記載したステッカーの掲示に御協力いただける区内事業者へ配布します。



【健康づくり応援ステッカー】

Part5

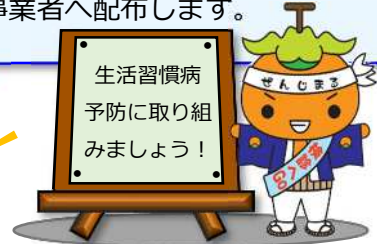
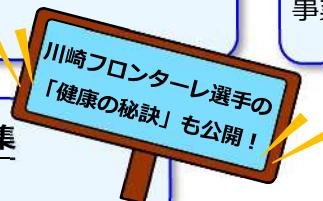
健康の秘訣

『健康の秘訣』を募集



『健康の秘訣』
募集中

麻生区民から集めた「健康の秘訣」をとりまとめ、あさお区民まつり（令和5年10月8日（日））で公表します。



問合せ先

川崎市麻生区役所地域ままもり支援センター

地域ケア推進課 藤原

電話 044-965-5155

※1 令和5年5月12日厚生労働省発表「令和2年市区町村別生命表」データ

※2 フレイル：「健康な状態と要介護状態の間」の段階