

入場
無料

申し込み
不要!

かわさき 健康・介護 フェア!

人生100年時代を幸せに生きよう!

2026年1月27日火
12:00~16:30



内容

先着300名様に
オリジナルコルクポーチ
プレゼント!



大ホール 各種講演・活動紹介・ファッションショー・大抽選会
大会議室 活動紹介パネルコーナー・体験コーナー・測定コーナー



笑顔のある毎日は、食卓から
料理研究家・食プロデューサー
浜内 千波 (はまうち ちなみ) 先生



「お金を貯める」から
「上手に使って幸せに暮らす」へ
FPオフィス ケセラセラ横浜 代表・CFP
斎藤 岳志 (さいとう たけし) 先生



大会議室 12:00~16:30
開場 12:00 定員なし

大ホール 13:00~16:30
開場 12:00 定員400名

受付は12階
大ホール前まで!

※混雑時は入場を制限させていただく場合があります。

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



Colors, Future!
いろいろって、未来。

川崎市

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

TEL:044-200-2638 FAX:044-200-3926

川崎市

Colors, Future!
いろいろって、未来。
川崎市

2026 かわさき 健康・介護フェア

人生100年時代を幸せに生きよう！

受付の流れ



1
受付

12階大ホール前にお越しください。

大会議室は入退場自由です。
定員を超える場合には、入場を制限させて頂きます。
(定員400名)

2
参加賞

パンフレット

表紙

先着
300名様に



オリジナルコルクポーチ

※写真はイメージです。

大抽選会参加方法

10名様にすてきなプレゼント！

STEP.1
抽選券を手に入れよう！

大会議室に足を運び、活動内容を聞いてみよう！
抽選券は各団体の方が配布しています。

※抽選券は枚数に限りがあります。

TICKET

STEP.2
抽選に応募しよう！

16時10分までに、受付(12階大ホール前)に設置してある抽選箱に、抽選券の半券を入れてください。何枚でも応募できます。



STEP.3
当選者の発表！

16時15分から、大ホールで大抽選会を行います。10名様にプレゼントをご用意しております。発表時にホールに不在の場合は、当選の権利を失います。当選はお1人様につき1回のみとなります。



大ホール「イベントタイムテーブル」

12:00 大ホール開場

第1部スタート！

13:00 オープニング・主催者挨拶 10分



記念講演「笑顔のある毎日は、食卓から 50分」
料理研究家・食プロデューサー／浜内 千波(はまうち ちなみ)先生

いきがい・健康づくり活動紹介① 30分

- 1 あさお運動普及推進員の会
麻生区のご当地健康体操「かがやいて麻生ストレッチ体操」を実演
- 2 日帰り旅倶楽部
月1回行っている日帰り旅の訪問先・目的を発表します
- 3 梶ヶ谷はなこぶし
練功十八法後段を披露します



仲間づくりの第一歩!
活動内容を聞いてみよう!

休憩

大会議室の活動紹介パネルコーナー・体験コーナー・測定コーナーをお楽しみください！

第2部スタート！

14:50 講演「お金を貯める」から「上手に使って幸せに暮らす」へ 30分
FPオフィス ケセラセラ横浜 代表・CFP／斎藤 岳志(さいとう たけし)先生



いきがい・健康づくり活動紹介② 20分

- 1 なかよしサロン
地域で毎月開催している集いの場の紹介をします
- 2 川崎区健康づくりセンター
地区活動の体操「ほほえみ元気体操 足腰らくらく編」を実演



15:40 ユニバーサル・ファッションショー 30分

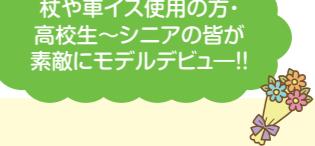
登戸ドレスメーカー学院&ユニバーサル服飾高等学院



16:15 大抽選会 10分



16:30 閉場



※各演目の時間は変更される場合がございます。予めご了承ください。

MAP

大会議室「パネル展示・体験・測定コーナー」

9団体

各団体の活動パネル展示コーナー
見学自由!!**抽選券**を配布しています。

TICKET



パネル展示コーナー

PANEL 01

あさお運動普及
推進員の会

PANEL 02

一般社団法人
川崎市介護支援
専門員連絡会

PANEL 03

元気な高津を
つくる会

PANEL 04

川崎市
福祉サービス協議会

PANEL 05

川崎市
シルバー人材センター

PANEL 06

川崎市小規模
多機能型居宅介護
事業者連絡協議会

PANEL 07

川崎市地域密着型
訪問介護連絡協議会

PANEL 08

川崎市食生活改善
推進員連絡協議会

PANEL 09

登戸ドレスメーカー学院&
ユニバーサル服飾高等学院

PANEL 10

ねんりんピック
PRコーナー(川崎市)

出入口

出入口

体験コーナー

EVENT B

自宅で行える 筋トレ教室

小さな習慣が
健康の味方に!



体験コーナー

EVENT A

かわさきJプロジェクト+

- 生活便利用具(自助具など)の相談コーナー
- 作業療法士会によるリハビリ、介護等相談コーナー
- 靴と足の相談コーナー
- 展示品などのプレゼンテーション
- 展示:みまもりほっとライン、自助具など
- ケアビューティストによるハンドトリートメント



測定コーナー

EVENT A

インボディ測定コーナー

測定機に乗るだけで簡単に全身やお腹、足など部位別の筋肉量、
脂肪量などが数値化されます。
自分に合った健康づくりの参考にしてください。



大抽選会の抽選券はパネル展示、体験コーナーのみでお配りします。測定コーナーでは配布しておりません。

出入口

※画像はイメージです。

大会議室「パネル展示・体験・測定コーナー」

紹介

パネル展示コーナー

PANEL 01

あさお運動普及推進員の会

平成18年に「かがやいて麻生ストレッチ体操」、平成27年に保健センターと共同で「誰でもどこでもALEX」体操を作成し、体操の普及啓発に力を入れている。区内の公園にて公園体操を実施の他、地域のグループへの出張指導などを通して、区民の健康増進・介護予防に寄与しています。令和5年ラジオ体操優良団体表彰を受賞。令和6年度川崎市市政100周年記念市政功労賞受賞。

PANEL 03

元気な高津をつくる会

「川崎健康づくり21」の推進や「高津区健康づくりのつどい」開催を目的に2005年に設立しました。「高津区健康づくりのつどい」の開催及び、食と運動に関わる事業を支援団体と協議連携して情報伝達活動をしています。

PANEL 05

川崎市シルバー人材センター

60歳以上の地域の高齢者の方が知識や経験を活かし、就業等を通じて社会参加することで、生きがいの充実を図ることを目的に設立された団体です。地域の企業や家庭、公共団体などから請けた仕事を会員に提供する事業を行っています。

PANEL 02

一般社団法人 川崎市介護支援専門員連絡会

当会は、川崎市内で活動している介護支援専門員の団体です。資質向上と相談しあえるネットワークづくり、行政・他団体との連携、地域社会への貢献を目的に活動する一般社団法人です。今回は「介護支援専門員」という仕事の普及啓発と「介護相談」を行います。



PANEL 04

川崎市福祉サービス協議会

川崎市内で在宅介護サービスを提供する民間会社の団体として1996年より活動しています。居宅介護支援事業所・訪問介護・訪問入浴・訪問看護・デイサービス・福祉用具メーカー及び販売・貸与事業所・介護付き有料老人ホーム等のサービスを川崎市内で提供する、23社の会員企業で構成されております。

PANEL 06

川崎市小規模多機能型居宅 介護事業者連絡協議会

小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護は24時間の生活を支える在宅サービスとして誕生し、ケアマネジャー等が馴染みの関係の中で訪問等、様々なケアを行っています。夜間等に緊急対応をする場合もあり、在宅生活を支える強い味方です。

PANEL 07

川崎市地域密着型訪問介護 事業者連絡協議会

地域密着型訪問介護のサービスを普及・定着して頂けるように活動を行っております。内容は、普段の必要な定期訪問に加え、転倒などの臨時対応も緊急通報装置により訪問ができることなど、サービス内容がわかりやすくなるように取り組みをしております。

PANEL 09

登戸ドレスメーカー学院& ユニバーサル服飾高等学院

五十肩で腕が上がらない方、杖や車イスを使う方、介護が必要な方にとって、着やすく・おしゃれで元気が出る服を提案しています。着なくなつた着物や服をお洒落にリメイクする方法等を講習会やショーにて伝える活動です。

PANEL 08

川崎市食生活改善 推進員連絡協議会

地域の皆様に食を通して健康づくりの推進・普及活動を行っています。幼児から高齢者まで、各世代に合わせた料理講習会及びイベント等でバランスの良い食事の摂り方や減塩の工夫、大きさを伝え、また、野菜のレシピを作成し、配信・配布をしています。



PANEL 10

ねんりんピック PRコーナー(川崎市)

ねんりんピック(全国健康福祉祭)は60歳以上の方々を中心とするスポーツ・文化・健康等に関する総合的な祭典です。今年は埼玉県で開催されますが、交流大会では各県・政令市単位で多くの選手が参加します。ぜひねんりんピックに興味を持ち、チャレンジしてみませんか。魅力を紹介します。

体験コーナー

EVENT A

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・機器などの専門家によるご相談も受け付けます。“転ばぬ先の杖”としても是非ご覧ください。

EVENT B

自宅で行える筋トレ教室

小さな習慣が健康の味方に!



測定コーナー

(要整理券 ホールホワイエ(受付横)で配布しています)

EVENT A

インボディ測定コーナー

測定機に乗るだけで簡単に全身やお腹、足など部位別の筋肉量、脂肪量などが数値化されます。自分に合った健康づくりの参考にしてください。