生活支援体制整備事業　ミニフォーラム

# 人生100年時代

参加無料
申込不要

# 健康とお金のヒントみ～つけた！



まだまだ元気に！もっと楽しく！
これからの人生を楽しむために、
健康とお金について楽しく学んでみませんか？
「知る・測る・体験する」を通して、
毎日の生活に役立つヒントをお届けします。



**日時**　2026年 12月12日（土） 12:00～15:30

**場所**　芝市民ホール
〒333-0866
川口市大字芝6247

## 講　演

知って得する！お金のヒント

**1.お金**　12：15～13：15
**「リタイア前後に知っておきたいお金の話」**
講師：J-FLEC（金融経済教育推進機構）

**2.健康**　13：30～15：00
**「楽しく食べて健康に」**
講師：キユーピー株式会社社員

健康は食生活から！
マヨネーズとキユーピー人形のお土産つき♪

## ブース（12：00～15：30）

**体験＆健康測定ブースも多数あり！**　※詳細は裏面をご確認ください♪

主催　（福）川口市社会福祉協議会

共催　芝西地域包括支援センター・芝伊刈地域包括支援センター

問い合わせ　（福）川口市社会福祉協議会　地域福祉課　048-252-1294

# ブース情報

## ①足から健康を目指しましょう
（医療法人光恵会 ケアリハビリふっと芝、芝西医院）



足温浴（岩盤浴）でぽかぽか体験！血管年齢測定や、クリスマスミニリースの製作体験もできます。健康チェックと楽しい製作をぜひお楽しみください！

## ②腸から元気に！！
（埼玉ヤクルト販売株式会社）



腸活クイズやヘアゴムストレッチを体験！
さらに、乳酸品のサンプリングの試飲もあり♪

## ③福祉用具展示
（ハピネスケア株式会社、ベスト・ケアーレンタル川口、大起エンゼルヘルプ）



セニアカーや手すり、電動ベッド等の福祉用具の展示を行います。この機会に是非ご体験ください。

## ④脳年齢測定
（さくら薬局　川口柳崎店）



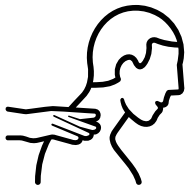
あなたの脳年齢をチェック！今の脳年齢を確認してみませんか？お気軽にお立ち寄りください！

## ⑤ベジチェック・スマートパルス測定会
（明治安田 川口南営業部）



野菜の摂取レベルの測定、自律神経機能や末梢血管循環の検査を行います。気になる身体の状態をチェックして、健康づくりに活かしてみましょう！

## ⑥リラクゼーション体験
（いこい）



自宅でできるセルフケアの方法をお伝えします！
体のコリや疲れを感じていませんか？毎日のケアで心も体もリフレッシュ♪

## ⑦地域包括支援センター活動紹介
（芝西地域包括支援センター、芝伊刈地域包括支援センターほか市内地域包括支援センター）



これからの暮らしを考えるきっかけに！
介護や健康、これからの暮らしについて相談できる身近な窓口「地域包括支援センター」の役割や活動内容をご紹介します。

**協力**

キユーピー株式会社
ケアリハビリふっと芝
芝西医院
いこい
さくら薬局川口柳崎店
明治安田 川口南営業部
アルファクラブ武蔵野株式会社
J-FLEC
埼玉ヤクルト販売株式会社
ベスト・ケアーレンタル川口
ハピネスケア株式会社
大起エンゼルヘルプ
高齢者元気づくり推進リーダー
芝地区社会福祉協議会




生活支援体制整備事業についてはこちらから👆



川口市社協
マスコットキャラクター「社助（しゃすけ）」