

入場
無料

出入
自由

シニア世代の明るい毎日を応援！
豊田市官民連携
介護予防

もっとイキイキ！
明るい暮らしづくり

人とつながり
まちとつながり

ずっと元気！

プロジェクト

プログラム体験会in上郷



運動・健康・趣味など様々な“社会参加”プログラムが体験できます
豊田市内在住の65歳以上の方、ご家族の方も是非ご参加ください！

11.17 **木** 18

金

時間：9:30~14:00

会場

上郷交流館 ふれあいホール
豊田市上郷町5-1-1

ご来場
特典

アンケートにお答え頂いた
65歳以上の方に抽選で
もれなく景品をプレゼント！

時間 9:30-14:00

参加
無料

事前
申込

特別セミナー開催！



両日とも
無料セミナーを
開催します。
是非ご参加ください。

※詳細は裏面をご確認ください

ずっと元気！
プロジェクトとは？

豊田市では、趣味や運動、就労などにより、65歳以上の方々が他者や社会とつながる機会を生み出すプログラムを推進しています。これらのプログラムを通じた一人ひとりの体力・気力の増進は、介護リスクの低減につながると考えられています。本プロジェクトを通じて、市民の皆様が暮らしの中で「生きがい」や「楽しみ」をより感じられるまちの実現を目指していきます。

ミライのフツをつくらう

SDGs

未来都市とよた

主催 豊田市・合同会社Next Riseソーシャルインパクト推進機構(NRS)

お問い合わせ NRS [TEL] 03-5532-3570 [Mail] toyota-kaigoyobou@nextrise-si.co.jp

参加
無料

事前
申込

特別セミナー

事前申込制となります
申込フォームはこちら▶▶▶



Web申込が難しい場合はお電話ください
050-3188-2003 (担当者直通)

**講演
テーマ** 人生100年時代
考えておきたい3つのこと

日時 11/17(木) 10:00-11:00



講師

公益社団法人シニア総合サポートセンター
サポート推進部 部長
東 憲吾 様

2014年に弁護士法人TLEO虎ノ門法律経済事務所が母体となって設立された公益社団法人シニア総合サポートセンターにて、高齢者の方が抱える身元保証や死後事務、遺言書の作成や任意後見契約などの相談に応じている。

**講演
テーマ** 薬を飲まずに健康になろう!
～いま話題の社会的処方とは?～

日時 11/18(金) 10:00-11:00



講師

藤田医科大学 連携地域医療学 助教/
豊田地域医療センター 総合診療科
在宅部門長
近藤敬太 先生

豊田市出身。2014年愛知医科大学卒業、トヨタ記念病院にて初期研修、藤田医科大学 総合診療プログラムにて後期研修修了。現在は豊田市内で500名以上の患者に対し在宅医療を提供している。夢は豊田市を「世界一健康で幸せなまち」にすることであり、まちに出るコミュニティドクターとしても活動している。

体験 プログラム 一覧

転倒予防セミナー・ 把持力(はじりょく)測定



アイシン

足の筋トレ新習慣! SIXPAD Foot Fitを使った、 座って行う全身のエクササイズを体験



MTG

目指せ! 歩行生活年齢若返り!



花王

かんたん健康チェック& ちゅうでん気楽にウォーキング体験



中部電力

脳トレエクササイズ &ダンス



トヨタ生協カルスポ

指先を使ったかんたん クラフトで脳イキキ!



豊田中日文化センター

スマホ相談



ひまわりネットワーク

安心とくつろぎの ビューティータイム



メナードフェイシャルサロン ムウブランジェ

スマホをもっと活用 ペットと会話を楽しもう



リクシス

最先端センサーで 体力測定!



Moff

オンラインで実践!声優・丸塚香奈先生と 楽しい発声&音読教室



JTBコミュニケーションデザイン

初心者・シニアの ドローン教室



ドローンチームNadeshiko

楽しく脳トレうんどう



日本コゲニダンス協会

大人のボードゲーム倶楽部 体験会



PIPO編集室 プラネッツ豊田

しゃべっちゃえ、世界と! 日本語で。



Helte