

ここさち臨時号

2023年度 介護予防月間地域型イベント
主催：町田市南第3高齢者支援センター
共催：NPO法人アスレチッククラブ町田
（町田ゼルビアスポーツクラブ）
後援：NPO法人成瀬会館

コミュニティ福祉フェア

楽しみの見つけ方

自分の住んでいる街にはどんな活動があるの？
当日は子どもからシニアまで楽しめるイベントが盛り沢山！
自分なりの楽しみを見つけてみませんか？

ワークショップ

モルック

発表会

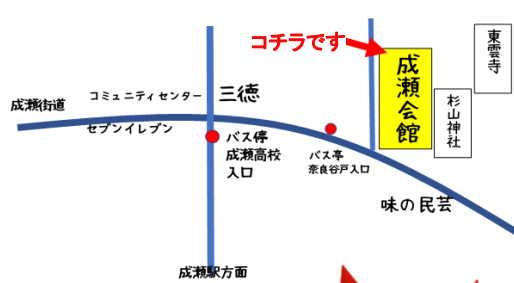
作品
展示・販売

日時 2023年10月29日(日)
10:00~15:00

会場 成瀬会館

町田市成瀬4丁目13-7

成瀬駅より徒歩16分 神奈中バス「奈良谷戸
入口」徒歩1分
成瀬街道沿い「味の民芸」の目の前
※できるだけ公共交通機関でのご来場
お願いいたします



バザー

キッチンカー

フード
ドライブ

お問い合わせ

町田市南第3高齢者支援センター
TEL.042-720-3801

大ホール会場

10:00~10:45

高齢者支援センターの紹介・ご挨拶
ささえあいの話
介護予防講座「楽しむことが介護予防！」
まちだサポーターズ



発表会

10:45~12:00

女声コーラス
新舞踊
サークルPAL教室の発表
ゼルビア探健隊体験会



13:00~15:00

ふるさとなるせ盆踊りの会
なるせ詩吟クラブ
フラダンスピカケ
大正琴
フラダンスプアラ
さくらなかよし会歌謡舞踊



扇の間

歩く姿を測定しよう！

株式会社ヤマシタ

歩く姿を測定すると自分の転倒リスク
がわかります。知って・学んでフレイル
予防に取り組みましょう。

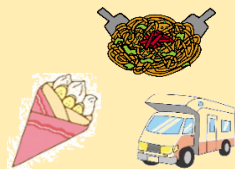


駐車場スペース

飲食

- ・キッチンカー
- ・スワンバーカリー
- ・おにぎり・お茶・駄菓子

みんなの食堂



ワークショップ

- ・寄木細工
- ・小物づくり
- ・バルーンアート
- 紙とんぼ・CDこま

寄木クラブ
手芸サークル

じゃおクラブ



アクティビティ

- ・モルック
- ・昔遊び(こま・けん玉)
- ・キックターゲット

モルック青春
みなみブリッジ



モビリティ(おでかけサポート)

- ・シニアカーWHILL試乗体験 ケアサプライ神奈川
- ・市内の移動支援の紹介 くらちゃん号
- ・まちモビ 町田みんなのお出かけモビリティネット

健康相談

訪問看護ステーションカミヤ

“フレイルってなあに？”

フレイルとは年齢とともに筋力や心身の活動量が低下した健康と介護のはざまの虚弱な状態をいいます。

セルフチェックとちょっとした工夫でフレイルを予防しましょう！



テラススペース

絵手紙の会 作品展示



バザー

- ・野菜販売
- ・アップサイクル商品(バック、子供服等) ものづくりグループ
- ・ハンドメイド作品の販売 Wa・わ・輪
- ふれあいサロン成瀬台
- たのしく歌おう会

ご家庭で使いきれない食品を会場にお持ちください！

フードドライブ開催します！

寄付して頂いた食品はフードバンクTAMA及びフードバンクまちだを通して、市内の子ども食堂や必要とする各家庭に届けられます。

- ※包装は外装が破損していないもの
- ※生鮮食品、アルファ米以外のもの
- ※未開封のもの
- ※賞味期限が明記されていて2ヶ月以上先のもの
- ※中身を他の容器に移し替えていないもの

(お米は除く)

～よく寄付されるもの～

- ・油・醤油・味噌
- ・砂糖等の調味料
- ・インスタント、レトルト食品
- ・肉、魚、野菜、果物等の缶詰
- ・お菓子・コーヒー



イベント後1週間は支援センターで受け付けております

雨天時は規模縮小となりますので、ご了承ください

イベント記録として動画を撮影させていただくことがございます。ご理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。この動画内容は支援センターのホームページおよび、活動紹介の資料として活用させていただきます。不都合のある方は受付までお申し出ください。