

2026

かわさき 健康・介護 フェア

入場
無料

申し込み
不要!

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
大会議室

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

講演・講師紹介

笑顔のある毎日は、食卓から



料理研究家
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
齋藤 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

時間・場所

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 ノクティープラザ2 12階

JR武蔵溝ノ口駅北口から徒歩2分
または東急溝の口駅正面口から徒歩3分



プログラム



大ホール 13:00~16:30 開場 12:00

第1部 (13:00~)

1 主催者挨拶 (10分)



講師

料理研究家
浜内 干波 (はまうち ちなみ) 先生



1955年徳島県生まれ。会社勤務を経て岡松料理研究所へ。「家庭料理をちゃんと伝えたい」という思いで料理教室を主宰し、雑誌・テレビ・イベントなどで幅広く活躍。食材の味を生かした料理やユニークな発想に定評がある。キッチン用品ブランド「Chinami」も手がけている。

2 記念講演
笑顔のある毎日は、食卓から (50分)

3 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
- 2 曰帰り旅倶楽部
- 3 梶ヶ谷はなこぶし

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 (14:50~)



講師

FPオフィス ケセラセラ横浜 代表/CFP
齋藤 岳志 (さいとう たけし) 先生



1977年横浜市生まれ。上智大学文学部哲学科卒。百貨店・税理士事務所・コンサル会社勤務を経て、2013年に独立。自身の経験をもとに、不動産投資を中心とした資産形成をサポート。自身もイデコ・NISA や中古ワンルーム投資を活用する実践派FP。

1 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)

2 いきがい・健康づくり活動紹介② (20分)

- 1 なかよしサロン
- 2 川崎区健康づくりセンター

3 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

4 大抽選会 (10分)



10代～80代の「手作り大好きさん♪」も、
五十肩、杖、車椅子の方もおしゃれにデビュー!



自由に見学・体験できます!



大会議室 12:00~16:30 開場 12:00

◆ 各団体の活動紹介パネルコーナー

- 川崎市福祉サービス協議会
- 川崎市食生活改善推進員連絡協議会
- 川崎市シルバー人材センター
- あさお運動普及推進員の会
- 元気な高津をつくる会

- 川崎市地域密着型訪問介護連絡協議会
- 川崎市小規模多機能型居宅介護事業者連絡協議会
- 一般社団法人 川崎市介護支援専門員連絡会
- 登戸ドレスメーカー学院 & ユニバーサル服飾高等学院

◆ 体験コーナー

- かわさきJプロジェクト+
- 自宅で行える筋トレ教室

◆ 測定コーナー

- インボディ測定

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。

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 E-mail: 40zaitak@city.kawasaki.jp



Colors, Future!
いろいろって、未来。
川崎市