

令和5年度 介護予防月間メインイベント

元気力アップ フェスティバル

11月12日(日)

会場 仙台市シルバーセンター
時間 10:00 ~ 15:00

入場
無料

つながりと役割で 健康寿命をのばす

いくつになっても、自分の役割を持ち、人とのつながりの中でイキイキと過ごしている人がいます。仙台にある複合施設「ノキシタ」での事例を基にお話します。アフターコロナの過ごし方を考えてみませんか。

- 講師
㈱AiNest 代表取締役
Open Village ノキシタ村長
加藤 清也 氏
- 時間
10:00 ~ 11:30
- 定員
250名
(要事前申込・先着順)



耳から楽しむ芸術の秋♪ 吹奏楽コンサート

泉区を中心に活動する吹奏楽団のコンサートを開催します！一度は耳にしたことがある曲を中心に演奏します。生の演奏を包まれて、脳と心を元気にしましょう！



- 演奏
フローリッシュ
ウインドオーケストラ
- 時間
14:15 ~ 15:00
- 定員
250名
(要事前申込・先着順)

めざそう！ アクティブシニア のぼそう！ 健康寿命

11月は仙台市介護予防月間です

介護予防とは、いつまでも自分らしくいきいきと暮らすための生きがい・健康づくりのことです。仙台市では11月を「介護予防月間」とし、1ヶ月間を通して市内で様々なイベントを開催します。未来に向けて、あなたの健康のことを考えてみませんか？

めざそうアクティブシニア [検索](#)

お申込・お問合せ ※上記の催事は事前申込が必要です。

10月6日(金) 午前10:00 より申込受付開始

※この他にも運動教室などの催事がございます。詳しい情報はシルバーセンター・市民センター・区役所などで配布するイベントガイドをご覧ください。

シルバーセンターいきがい推進課 交流啓発係

電話 022-215-3170 FAX 022-215-4140 Eメール kouryu@sendai-hw.or.jp

相談・測定・体験・展示コーナー / 申込不要・直接会場へ

- お口の元気は体の元気・歯と口の健康相談・お口の元気度チェック
- 薬剤師による薬と健康の相談会と測定
- フレイル予防栄養相談コーナー
- まちの保健室
- 理学療法士による運動機能チェック
- 柔道整復師による身体の痛みと健康相談・骨密度測定
- ICT活用したフレイルチェック
- もの忘れ相談
- 福祉用具の展示・相談
- 仙台市老人クラブ連合会活動紹介
- 高齢者の総合相談
- 就業を通して健康寿命をのぼそう
- 健康マージャン体験コーナー(※10:00~12:30)
- 仙台フィンランド健康福祉センタープロジェクトの紹介



仙台市介護予防月間HPIはこちらをチェック!



オタタッシャー

仙台市介護予防・認知症対策イメージキャラクター



◎ご来館の際はマスクの着用にご協力ください

主催 仙台市 公益財団法人仙台市健康福祉事業団

後援 一般社団法人仙台市医師会 ★一般社団法人仙台市歯科医師会 ★公益社団法人仙台市薬剤師会 ★一般社団法人宮城県歯科衛生士会 ★公益社団法人宮城県栄養士会 ★公益社団法人宮城県看護協会 ★一般社団法人宮城県理学療法士会 ★公益社団法人宮城県柔道整復師会 ★公益社団法人認知症の人と家族の会宮城県支部 ★公益社団法人仙台市老人クラブ連合会 ★仙台市地域包括支援センター連絡協議会 東北福祉大学 みちのくフィットネスクラブ協会 ★一般社団法人日本認知症予防マージャン協会 日本健康運動指導士会宮城県支部 社会福祉法人仙台市社会福祉協議会 ★公益財団法人仙台市産業振興事業団 ★公益社団法人仙台市シルバー人材センター(公財) 仙台市スポーツ振興事業団 一般社団法人宮城県作業療法士会 NHK仙台放送局 tbc東北放送 仙台放送 三洋テレビ Khb 東日本放送 河北新報社 朝日新聞社 仙台総局 毎日新聞仙台支局 読売新聞東北総局 産経新聞仙台支局 日本経済新聞仙台支局 共同通信社仙台支社 時事通信社仙台支社

★印の団体には出展協力をいただいております。