


<b>事業名</b>	<b>～住み慣れた地域でいつまでもいきいきと！～ 港区介護予防フェスティバル／8020達成者表彰</b>
------------	--

<b>ここがポイント</b>	<p>◆介護予防フェスティバルは区民の方が中心となり、実行委員会形式で実施しています。</p> <p>◆8020運動推進のため、達成者を表彰しています。</p>	<b>事業費</b>	—
----------------	--	------------	---

<b>概要</b>	<p>区では、誰もが住み慣れた地域でいつまでもいきいきと暮らしていけるよう、様々な介護予防事業や8020(ハチマルニイマル)運動の推進などに取り組んでいます。</p>		
	<p><b>港区介護予防フェスティバル 飛び出そう！夢は走るよ アクティブシニア</b></p>		
	<p>介護予防リーダー・サポーターの区民による実行委員会形式で実施しています。</p>		
	<p><b>第1弾 元気で長生きの5箇条</b></p>	<p><b>会場 青山いきいきプラザ ほか</b></p>	
	<p><b>10月31日(火曜)～11月7日(火曜)</b></p>		
	<p>★元気で長生きの秘訣を、5つのテーマごと(運動・認知症予防・社会参加・栄養・口腔機能)に、専門スタッフが実技を交えて伝えます。</p>		
	<p><b>第2弾 様々なイベント</b></p>	<p><b>会場 みなとパーク芝浦</b></p>	
	<p><b>11月10日(金曜)</b></p>		
	<p>骨健康度測定、バグギー体験、 介護家族の会ボランティア展示、 各種発表会 など</p>	<p><b>満員御礼</b> ★由美かおるさんの健康呼吸法</p>	
			
		<p>由美かおるさんは港区観光大使</p>	
	<p><b>11月11日(土曜)</b></p>		
	<p>★秋の四重奏コンサート</p>	<p>★DJ OSSHY シルバーディスコ</p>	
	<p><b>満員御礼</b></p>	<p>★マークのプログラムは事前申込制</p>	
	<p><b>令和5年度 8020(ハチマルニイマル)達成者表彰</b></p>		<p><b>会場 高輪区民センター</b></p>
	<p>「80歳になって20本以上自分の歯を保とう」という8020運動を推進するため、80歳以上で自分の歯が20本以上ある区民を表彰しています。</p>		
	<p><b>10月28日(土曜)</b></p>	<p><b>令和5年度の達成者は179人</b> (男性59人／女性120人)</p>	<p><b>最高齢は 101歳の方</b></p>

<b>問合せ</b> 	介護予防フェスティバルについて	課長 高齢者支援課 白石	☎ 03-3578-2390(直通)
	8020達成者表彰について	課長 健康推進課 二宮	☎ 03-3455-4427(直通)