

～つながる医療・介護・福祉の輪～

# みずほフェスタ'19

今年のテーマ：(みんな) (ずっと) (ほっと) 暮らし続けたいまち

支援が必要になっても可能な限り住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けるために、医療・介護・福祉のサービスが一体的に提供できるよう「地域包括ケアシステム」の構築を目指して取り組んでいます。みずほフェスタ'19では「地域包括ケア」について多くの方に知っていただくため、役立つ情報や取り組み紹介などを行います。ぜひ、ご来場ください。

期間 **令和元年 11月15日(金)～17日(日)**  
12:00～16:00

参加  
無料

介護サービス事業所利用者による作品展 11月12日(火)～17日(日) 11:00～16:00

16日(土)のみ、ホワイエにて「名古屋市立大学医療系学部によるフレイル測定コーナー」を開催！  
16日(土)・17日(日)ホワイエにて瑞穂薬剤師会による「お薬相談コーナー」開催！

## 瑞穂区役所2階 講堂・さくらルーム

会場 瑞穂区瑞穂通3-32 市バス・地下鉄桜通線「瑞穂区役所」下車

※駐車場の数に限りがありますので、公共交通機関のご利用や、自家用車は乗り合せでのご来場にご協力ください。



瑞穂区マスコットキャラクター  
みずほっぺ

15日(金)～17日(日)の間にアンケートにご協力いただいた方には粗品をプレゼントいたします(各日300名様)

### イベントスケジュール

※ = 手話・要約筆記あり

	11/15(金)	11/16(土)	11/17(日)
12:00	<p><b>開会式</b> ※</p> <p><b>12:20 ご長寿紹介</b> ※</p> <p>目指せ!!健康長寿 ～人生100年時代をはつらつと過ごすために～ 健康長寿の秘訣を教えます! みんな一緒に歌いましょう!</p>	<p><b>12:00 講座(寸劇)</b> ※</p> <p>認知症サポーター養成講座(寸劇) 小学生から参加可</p> <p>受講するとオレンジリングがもらえます!</p>	<p><b>12:00 講演会</b> ※</p> <p>いまどきの葬祭事情と 事前に必要な準備 1級葬祭ディレクター</p>
13:00	<p><b>13:15 講演会</b> ※</p> <p>老後にかかる資金</p> <p>講師:吉岡規子 社会保険労務士/ ライフワークバランスコンサルタント</p>	<p><b>13:10</b> 認知症予防リーダーによる オリンピック回想法クイズ</p> <p><b>13:30</b> 健康ささえ隊によるみずほ体操</p>	<p><b>12:40 講座</b> ※</p> <p>～充実した在宅生活を送るために～ 在宅生活サポートミニ講座</p> <p>講師:瑞穂区医師会 狩野良雄 瑞穂区歯科医師会 初山正敬 瑞穂薬剤師会 上田さゆり 瑞穂薬剤師会 青木いくみ 瑞穂薬剤師会 田中久恵</p>
14:00	<p><b>15:00 施設紹介</b> ※</p> <p>瑞穂区内生活支援施設紹介 ～種類と選び方のポイント～ 講師:瑞穂区西部いきいき支援センター 渡邊 亮</p>	<p><b>13:55 講座</b> ※</p> <p>楽しく学べる健康づくり講座 ココロとカラダの元気の秘訣 講師:横川珠姫 明るく元気に年を重ねるためのヒント!</p>	<p><b>14:20 コンサート</b> ※</p> <p>医療・介護つながるコンサート</p> <p>べれんべれん + Dr's Band</p> <p>楽器演奏や歌に踊りと 熱いパフォーマンス!</p>
15:00		<p><b>15:00 講演会</b> ※</p> <p>災害に備え、地域力・自助力アップ! ～東日本大震災の派遣体験から伝えたいこと～ 講師:名古屋市中保健センター 日高 橘子</p>	<p><b>15:50 閉会式</b> ※</p>
16:00			

マークのついた一推しイベントの詳細は裏面をご覧ください! → → →



12:20~13:00 ※

## 目指せ!!健康寿命

みんな一緒に歌いましょう。  
はつらつ元気!  
健康長寿の秘訣を教えます!!



13:15~14:45 ※

## 老後にかかる資金

人生100年を迎え、セカンドライフの収入と支出、医療費や介護にどれくらいかかるか、また子世代から親世代に伝えたいことなどをお話します。



講師:吉岡規子



15:00~16:00 ※

## 瑞穂区内生活施設紹介

住み慣れた地域で暮らし続けるために、自分の状況に合わせた「住まい」を身近なエリアで探すことが重要となります。現在、どのような施設が瑞穂区内にあり、どのように選んでいけばよいのか、一緒に考えていきましょう!



11月15日(金)



12:00~13:00 ※

## 認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族をあたたかく見守り、支えていく方法を知るための講座。寸劇を行いながら、わかりやすくお伝えします。



13:55~14:55 ※

## ココロとカラダの元気の秘訣

様々な教室でご活躍されている大人気の先生です。運動初心者大歓迎!

◎水分をお持ちになり、動きやすい服装でお越しください。



15:00~16:00 ※

## 災害に備え、地域力・自助力アップ!

東日本大震災の後、1年間支援に取り組んだ経験から、被災地で何が起り、何が課題か、どんな備えが必要かをお話します。



11月16日(土)



12:00~12:40 ※

## いまどきの葬祭事情と事前に必要な準備

誰にでも訪れる『死』に対して、自分らしく迎えるために、何を準備すればよいのか?心構えや具体的な取り組みなど『他人事』ではなく「自分事」として、として、お元気なうちから考えてみませんか?



12:40~14:10 ※

## 在宅生活サポートミニ講座

瑞穂区で活躍中の医師、歯科医師、薬剤師にお話を伺います。『かかりつけ医が語る在宅医療』『高齢者の口腔管理について』『お薬の整理をしてみましょう』



14:20~15:50 ※

## 医療・介護つながるコンサート

区内の開業医で構成される『瑞穂区Dr's Band』と介護現場で活躍するメンバーからなる『べれんべれん』によるステージです。みずほフェスタのフィナーレとして登場します。さあ皆様と一緒に、大いに盛り上がりましょう!



11月17日(日)

主催

みずほフェスタ'19 実行委員会  
(瑞穂区役所、瑞穂保健センター、瑞穂区社会福祉協議会、瑞穂区東部・西部いきいき支援センター、瑞穂区はち丸在宅支援センター、瑞穂区障害者基幹相談支援センターなど)

共催

瑞穂区医師会  
瑞穂区歯科医師会  
瑞穂薬剤師会