

入場
無料



あなたの行動で
2025

来場者アンケート回答の方
プレゼントあり



カラダ・ココロ 変わる フレイル予防フェス



9.13 土 in SUMIDA

10:00-16:00

墨田区役所 リバーサイドホール

◎ 東京都墨田区吾妻橋1-23-20 2階

体験ブース

10:00-16:00

運動

体力チェック(公益社団法人東京都理学療法士協会)、アローズアイによる動体視力分析・ストレッチ体操(スポーツ健康医療専門学校)、シセイカルテによる姿勢分析・スロートレーニング・脳体力トレーナーCogEvoによる認知機能測定(シンコースポーツ株式会社)、ロコモチェック(あけぼの薬局/株式会社アイリスファーマ)、足ステッピングテスト(花王株式会社)、WalkCareによる歩行分析(株式会社フォーカスシステムズ)、社交ダンス(長谷川政義ダンスワールド)

脳トレ

Eスポーツ(株式会社ルネサンス)、声出し脳トレーニング(NPO法人声とことばの力) 認知症リスク簡易検査(一般社団法人東京都作業療法士会) スマホを使った脳の健康チェック(株式会社IGSA)

口腔 ケア

オーラルフレイルチェック・口腔体操 (リニエ訪問看護ステーションすみだ)

栄養

管理栄養士による栄養相談 (ウエルネスダイニング株式会社) 使いやすい食器展示 (九州セラミックス株式会社) 栄養補助食品(株式会社明治)

社会参加 支援

墨田区在宅リハビリテーション支援事業(公益社団法人墨田区医師会・東京都リハビリテーション病院)、フットケア(巻き爪・フットケアあい)、体水分計体験(シグマ光機株式会社)睡眠相談(リニエ訪問看護ステーションすみだ)

ステージプログラム

10: 10 ラジオ体操

墨田区ラジオ体操連盟

10: 35 花体操

すみだ花体操普及員会

11: 15 講演

「加齢性難聴について」

一般社団法人東京都言語聴覚士会
言語聴覚士 大橋 三広 氏



13: 15 講演

「人とのつながりで
フレイル予防」

千葉大学予防医学センター
特任助教 井手 一茂 氏



14: 10 練功(健康体操)

いきいき健倅 練功の会

14: 30 健康朗読

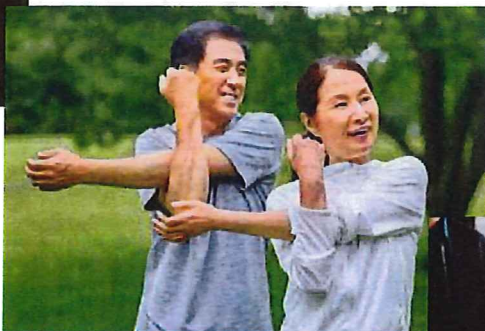
「声出し脳トレーニング教室」
修了生の朗読自主グループによる
朗読作品発表

体験ブース



Eスポーツで
楽しく脳力アップ!
脳体力をつけよう!

みんなでストレッチ・スロトレを
体験してみよう!!



HPはこちらから↓



リハビリテーション
専門職・管理栄養士
など相談ブースあり

