タイムスケジュール

10:00 開場
10:30
11:00 **10:30〜11:00 オープニングトーク**
11:30 **11:15〜12:00 セミナー**
12:00
12:30 昼食 お弁当を販売しております
13:00 **13:00〜13:20 地域活動団体PRタイム**
13:30 **13:30〜14:30 トークイベント**
14:00
14:30
15:00 **15:00〜15:30 体験イベント**
15:30
16:00 閉場

終日開催
体験ブース
健康測定

終日開催
ブース展示＆相談コーナー

セミナー

当NPOメンバー

1日15分の運動があなたの「健康力」を変える！

◆講師:吉田 幸成氏　社会福祉法人 豊中福祉会 ローズテラス主任（生活相談員／介護福祉士）

施設介護職の経験を経てリハビリ特化型デイサービスに立ち上げから従事。日常生活動作の維持向上に特化した運動指導に定評があり利用者や家族、ケアマネジャーから絶大な信頼を得る。最近では地域向け健康体操講座の講師、フィットネスクラブのトレーニングメニューの開発なども手がける。

お弁当を販売しております
昼食時に是非ご利用ください
大好評!! 美味しく健康に!!

五穀米弁当 五穀米おにぎりセット

現代人に不足しがちなミネラル、食物繊維類をたっぷり含んだヘルシーなお米は、もちあわ・もちきび・玄米・アマランサス・黒米・大麦の入った赤味のついたごはんです。

おかずは旬の魚にヘルシーなおばんざい。健康志向の方に大好評を頂いています。

企業によるブース出展　10:00〜16:00 自由にご覧になれます

葬儀	(株)神東社	お葬式の生前予約、御見積に関する相談 仏事全般に関する相談	医療	(株)阪神調剤薬局	薬剤師によるお薬相談、 栄養士による栄養相談
建築	ツムギ住研(株)	1級建築士による、 住まいのお困り事に関するよろず相談	介護	(株)アセット パーマリィ・イン新神戸	介護付有料老人ホーム及び 介護全般に関する相談
生活	(一社)こうべつながり	身元保証と死後事務の案内及び相談	介護	日本住宅流通(株) (神戸魚崎メディエートプラザ)	サービス付き高齢者向け住宅の紹介
生活	アイシー印刷(株)	脳活性化につながる 「自分史」作成のご紹介	介護	日本ロングライフ(株)	有料老人ホーム、定年後の輝く 人生のお手伝いセミナーのご紹介
			介護	カシダス(株)	電動車いす「ラスレル」の展示及び体験

はんしん高齢者くらしの相談室とは…　KOBEソーシャルビジネスマーク認証団体

地域のご高齢者とそのご家族が抱える、医療・介護・法律・不動産、その他生活全般における様々なお困りごとをサポートするため、地域で高齢者向けサービスを提供する各分野の専門事業者により構成された組織。相談窓口を1つにし、各事業者が連携して対応することにより、ご高齢者が安心して老後を暮らしていけるような福祉社会の実現を目指します。

いつも・ずっと・そばに

当NPOへのお問い合わせ・ご入会の方は
0120-410-605（よいわろうご）無料・土日祝休
事務局 行政書士リーガルオフィス神戸内　営業時間:平日 午前9時〜午後6時（土日祝休）
〒658-0081 神戸市東灘区田中町1丁目15番5号 コマツBILD本山301号
TEL.078-891-7414　FAX.078-436-1559　E-mail:info@h-kks.com　http://www.h-kks.com

第8回 はんしん高齢者 くらしのフェア

入場無料

4月21日(土)
開場 10:00〜 終了 16:00

健康も！終活も！

ノーベル賞授賞式の公式行事で「福寿 純米吟醸」が振る舞われたことでお馴染みの神戸酒心館！

ご来場の方には 数量限定 振る舞い酒 をご用意！
※20歳未満及びお車を運転されるお客様へのご提供はできません。

オープニングトーク　10:30〜11:00

「これからの終活、頼って備える！」
〜あなたは誰を頼りますか？〜

行政書士が語る理想の終活
認定NPO法人 はんしん高齢者くらしの相談室 副理事長/行政書士 **藤田 和史**

セミナー　11:15〜12:00

1日15分の運動があなたの「健康力」を変える！

◆講師:吉田 幸成氏　当NPOメンバー
社会福祉法人 豊中福祉会 ローズテラス 主任（生活相談員／介護福祉士）

体験イベント　15:00〜15:30

懐かしの歌を聴きながらリズムあそび♪
〜音楽でココロとカラダを活性化！〜

◆弾き手:日野 ジュン／歌い手:宮 詠子

トークイベント　13:30〜14:30

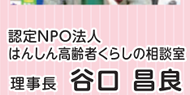
食が支える老後の健康
〜健やかな毎日を過ごすために〜

話し手 / 聞き手　席数限定 お早めに！

株式会社 神戸酒心館 代表取締役社長 **安福 武之助**氏

×

認定NPO法人 健康ラボステーション 理事長 **浦田 千昌**氏



認定NPO法人 はんしん高齢者くらしの相談室 理事長 **谷口 昌良**

体験ブース　終日開催

健康測定
神戸酒心館 Presents!

管理栄養士の指導つき

- 血管年齢測定
- 骨密度測定
- 血流測定

※各測定は基本有料です。

神戸酒心館内販売店及びレストランで1,000円以上お買い上げ頂くと、**骨密度測定が無料！**

測定:認定NPO法人 健康ラボステーション

当NPOの各専門メンバーによる 暮らしの何でも相談コーナー　相談無料！

相続、遺言、相続税対策、介護、お墓、老後の資金etc..
日頃のお困り事、くらしのフェアで相談してみませんか？
当日は予約不要で当NPOのメンバーがご相談に応じます！

終日開催　★相談時間は30分とさせて頂きます。

ご来場には送迎バスが便利です！

JR六甲道駅南ロータリーより
1時間間隔で運行！[9:30から毎時30分発]
※乗車定員は25名です。

■会場へのアクセス
神戸酒心館ホール（豊明蔵）
神戸市東灘区御影塚町1-8-17
TEL:078-841-1121
阪神電車「石屋川駅」から石屋川沿いに南へ徒歩約8分

いつも・ずっと・そばに
認定NPO法人 **はんしん高齢者くらしの相談室**
0120-410-605（よいわろうご）無料 土日祝休

■主催／認定NPO法人はんしん高齢者くらしの相談室
■特別協賛／株式会社神戸酒心館　■協賛／萩原珈琲株式会社
■後援／兵庫県、神戸市、東灘区、神戸市社会福祉協議会、神戸市東灘区社会福祉協議会
一般社団法人神戸市老人クラブ連合会、生活協同組合コープこうべ、神戸市婦人団体協議会