健康寿命をのばそう！

渋川地区
いきいきフェスタ
2025

2025年

日時 **6月29日** 日　受付　9：00～11：30

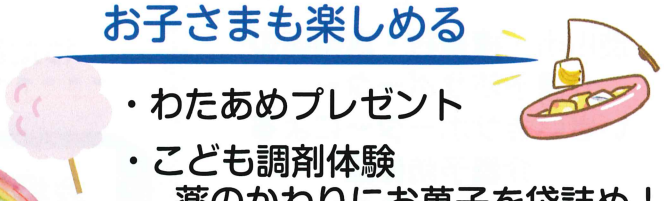
場所 **渋川ほっとプラザ**
（渋川市社会福祉センター）
渋川市渋川１７６０－１

開催予定のイベント　（詳しくは裏面をご覧ください）

地域の専門職が相談にのります

・薬や健康の相談
・在宅療養相談、栄養相談ほか

お子さまも楽しめる



・わたあめプレゼント
・こども調剤体験
　薬のかわりにお菓子を袋詰め！
・ぐんまたべもの釣りゲーム

健康チェック

・血管年齢
・骨密度
・血圧
・歩行速度
・噛む力
・耳の聞こえ度

など

体を動かして健康維持！

・腰痛解消！腰痛体操
・介護予防体操
・ポールウォーキング体験

駐車場について　建物の北側に駐車場があります。
満車の場合は、渋川市役所本庁舎の駐車場をご利用ください。徒歩５分程度です。

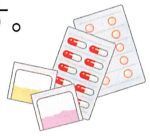
お問合せは
渋川地区いきいきフェスタ実行委員会　事務局
渋川地区在宅医療介護連携支援センター
〒377-0008 渋川市渋川1760-1-2F　TEL 0279-26-3990　FAX 0279-26-3903
shibu-renkei@mail.gunma.med.or.jp

渋川地区在宅医療介護連携支援センター　検索

裏面

こども調剤体験・薬の相談

お菓子を使ってお薬づくり！
薬剤師になってみよう。
お薬相談もできます。



渋川地区薬剤師会

「きこえ」チェック

耳のきこえ具合はいかがですか。
早めの対策は認知症予防の一つ

渋川地区医師会

お口の元気度チェック

かむ力、しゃべる力、
お口の元気度チェックします

- 渋川北群馬歯科医師会
- 県歯科衛生士会北毛支部渋川地区
- リハネット渋川　言語聴覚士

健康チェック

「血管の老いは病気のもと??」
血管年齢測定など各種測定。
健康・在宅療養の相談できます

- 渋川地区訪問看護事業所連絡会
- 群馬県看護協会渋川地区支部

フレイルチェック

足腰弱っていませんか？
基本的な体力測定を
行なってみましょう！

リハネット渋川
理学療法士・作業療法士

介護食試食

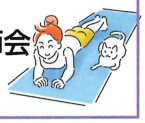
介護食が試食できます。
とろみ付き飲料、栄養補助食
品もプレゼント※数量限定

渋川栄養士会

腰痛を解消！家でもできる ストレッチ＆トレーニング

腰痛解消のコツ、国家資格を
もつ柔道整復師が教えます。

渋川吾妻地区柔道整復師会



ぐんまのたべもの釣りゲーム

釣った料理カードで健康的な
食卓を完成できるでしょうか？

群馬県食生活改善推進員連絡協議会
渋川支部

ポールウォーキング体験

話題のポールウォーキングは、
体に負担のすくない全身運動
です。ぜひ体験してみましょう!

群馬ヤクルト販売
株式会社

渋川市・榛東村・吉岡町の 介護予防サポーター、 いきいきサポーターによる 介護予防体操

健康寿命を延ばす第1歩、
それはカラダを動かすこと。
体操で、介護が必要な状態に
なるのを遠ざけましょう！

☆体験☆ カラダまるごと健活クラブ

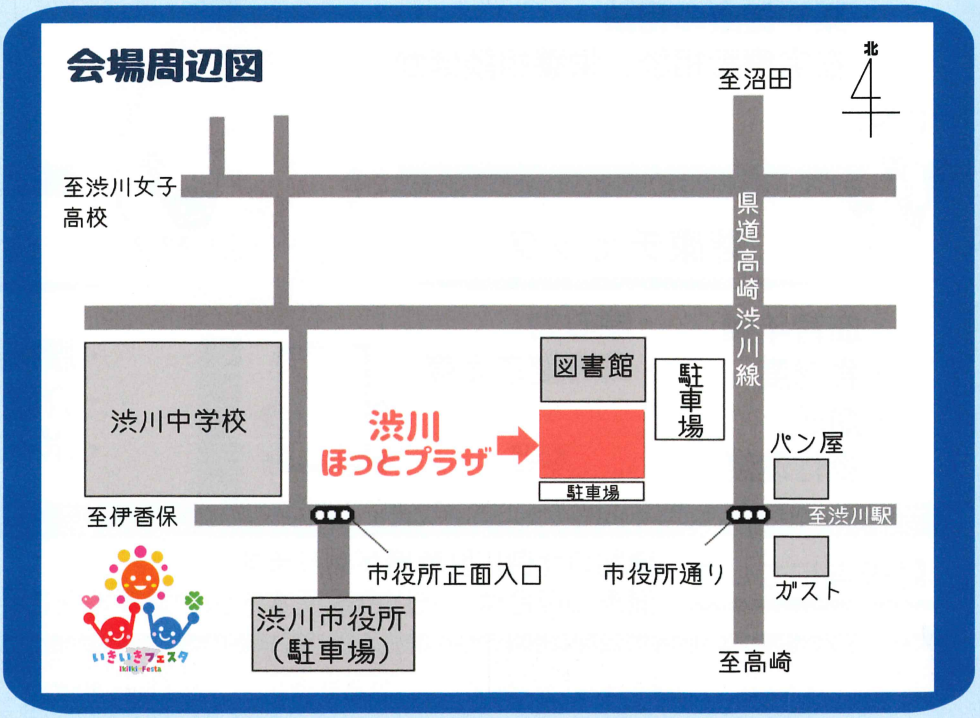
筋トレと脳トレであなたの
元気がよみがえる！

渋川市介護予防事業/
介護老人保健施設　銀玲

わたあめプレゼント

カラーのわたあめもあります。
渋川市社会福祉協議会

会場周辺図



その他の協力団体

渋川市/榛東村/吉岡町/渋川保健福祉事務所/渋川市社会福祉協議会
渋川市中央地域包括支援センター/榛東村地域包括支援センター/吉岡町地域包括支援センター

混雑が発生しないよう整理券配布を行う場合があります。また内容が一部変更になる場合もございますが、ご了承ください。