

# 第2回 あさお地域

入場無料

# 健康フェスタ

麻生区内で『健康支援』をテーマに  
行政や企業が大集結！

いつまでも元気にハツラツと過ごせる情報が満載！  
地域全体を元気で活気ある街にするために、  
お子様から高齢者まで楽しみながら  
健康づくりに取り組めるイベントを開催いたします！

11/24 2025  
月・祝

10:00-15:00

## イベント連携団体紹介



麻生区役所



麻生リハビリ総合病院



川崎フロンターレ Anker フロントウ生田



パルシステム神奈川



ルネサンス五月台24  
ヨネッティー王禅寺



～地域とともに30年～  
社会福祉法人一廣会 かがいばら花  
片平地域包括支援センター

片平地域支援センター



住友生命 川崎支社



聖マリアンナ医科大学  
スマイル マンママリアンナ  
(乳がん検診啓発団体)



10:00 10:30 11:00 11:30 12:00 12:30 13:00 13:30 14:00 14:30 15:00

|                          |                                                              |      |                    |     |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------|------|--------------------|-----|-----------------------------------------------|-----|--|-------------|----|-----------------|-----------------------------------------------|-----------------|
| 聖マリアンナ<br>スマイル マンママリアンナ  | 乳がんの啓発活動・乳がん検診のお勧め・乳房モデルのしこり体験・健康クイズで粗品プレゼント                 |      |                    |     |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |
| 麻生区役所地域支援課               |                                                              |      |                    | 準備  | ロングコンディショニング                                  | 片付け |  |             | 準備 | ロングコンディショニング    | 片付け                                           |                 |
| かがやいて 麻生ストレッチ体操          |                                                              | 準備   | かがやいて<br>麻生ストレッチ体操 | 片付け |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |
| 片平地域包括支援センター             | 福祉/介護相談ブース                                                   |      |                    |     |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |
| 麻生総合リハビリ病院               | 健康リハビリ相談、歩行・バランス、姿勢チェック、自主トレーニング指導、握力や下腿筋力の測定                | 体操教室 |                    |     | 健康リハビリ相談、歩行・バランス、姿勢チェック、自主トレーニング指導、握力や下腿筋力の測定 |     |  | 体操教室        |    |                 | 健康リハビリ相談、歩行・バランス、姿勢チェック、自主トレーニング指導、握力や下腿筋力の測定 |                 |
| 川崎フロンターレ<br>Ankerフロンタウ生田 | 和太鼓フィットネス体験 ※15分単位でレッスンをを行います。詳細は裏面をご覧ください。                  |      |                    |     | 休止                                            |     |  | 和太鼓フィットネス体験 |    | ボールウォーキング<br>体験 | 休止                                            | ボールウォーキング<br>体験 |
| パルシステム神奈川                | 誰でもできるポッチャ体験・健康チェック・パルシステム商品ご飲食コーナー                          |      |                    |     |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |
| 住友生命                     | 血管年齢測定イベント・アンケート回答で粗品プレゼント                                   |      |                    |     |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |
| ルネサンス&ヨネッティー 王禅寺         | お様が楽しめるゲームコーナー・ゲーム料金：無料 テニスボールでカラダほくしグッズをつくろう!※作ったグッズはプレゼント! |      |                    |     |                                               |     |  |             |    |                 |                                               |                 |

会場：スポーツクラブ  
ルネサンス五月台 24



駐車場はルネサンス専用駐車場  
マルシェ第2・第3駐車場をご利用いただけます。

|                        |                                                                                                     |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ルネサンス<br>専用駐車場<br>案内   | 火～金/9:00～21:00 土/9:00～20:00 日祝/9:00～19:00<br>● 2時間半/100円 以降30分100円<br>※上記入庫時間以外は、1時間半まで無料 以降30分100円 |
| マルシェ第2・<br>第3駐車場<br>案内 | 火～金/9:00～21:00 土/9:00～20:00 日祝/9:00～19:00<br>● 2時間半/100円 以降30分100円<br>※上記入庫時間以外は提携サービスをご利用いただけません。  |



駐車場ご利用の際は、ご注意ください。

- ・有人時間チェックインの際、駐車券を割引処理いたします。  
駐車券をフロントまでお持ちください。

※お問い合わせはルネサンス五月台 24 までお願いいたします。お問い合わせは時間は HP 記載の電話受付時間となります。  
※イベント当日は休館日のため電話は繋がりにません。お問い合わせは前日までにお願いいたします。  
※イベント当日施設利用はできません。

## 麻生区役所 地域支援課

### ロングライフ コンディショニングレッスン

麻生区が男女共に  
長寿日本になったことを記念し、  
スポーツクラブと連携して実施している  
イベントです。

レッスン：自宅できる簡単トレーニング

第1回目 12:00～12:45  
第2回目 14:00～14:45



定員：12名（先着順のご案内）  
動きやすい服装でお越しください。  
レッスン中は靴を脱いで行います。  
レッスン開始15分前より受付をいたします。

### かがやいて麻生ストレッチ体操

麻生区民の健康体操の講習会、  
体験会を開催します。

開催時間 11:00～11:30  
定員：15名



聖マリアンナ医科大学  
スマイル マンマ マリアンナ  
(乳がん検診啓発団体)

乳がん検診のお勧め、  
乳房モデルのしりこり体験、健康クイズ

乳がん検診啓発団体  
『スマイル マンマ マリアンナ』による  
セルフチェック指導や  
乳がん経験者によるお話をいたします。



## パルシステム 神奈川

### ボッチャ体験、健康チェック

パラリンピックの正式種目であり、  
誰でも簡単に楽しめる競技です。  
初めての方でもサポートしますので、  
ぜひチャレンジしてみてください！  
また簡単な健康チェックもいたします。

### パルシステム商品 ご試食コーナー

パルシステムで大人気の  
生乳70%を使用した  
無香料の『クリーミーヨーグルト』と、  
生乳、卵、砂糖のみで作った  
『カスタードプリン』をご用意いたします。

pal system  
パルシステム関東圏



※無くなり次第終了となります。  
状況により商品が変更となる場合がございます。

## マスコット キャラクターが 大集結！



## 健康のお手伝いにくるよ♪ お楽しみに♪

神奈川丸亀キャラクター かきまるくん  
パルシステム マスコットキャラクター こんせんくん  
ルネサンス マスコットキャラクター ルネくん

※当日の状況により登場できない場合がございます。ご了承ください。

## 麻生リハビリ 総合病院

健康リハビリ相談・歩行、バランス、  
姿勢チェック  
自主トレ指導、基礎筋力測定

麻生リハビリ総合病院に勤務する方が  
直接身体の状態を確認するチェックを行います。  
この機会にご自身の身体を  
知る機会としてぜひお越しください。

### 体操教室、講話

開催時間  
①10:30～11:30 ②13:00～14:00

定員：14名（先着順）

医療法人社団 総生会  
麻生リハビリ総合病院  
ASAO GENERAL HOSPITAL OF REHABILITATION

## 片平地域包括 支援センター

### 福祉 / 介護相談ブース

川崎市から委託を受けた  
『介護や福祉』の公的な相談窓口です。  
担当地域は、片平、栗平一丁目、白鳥、  
五力田、古沢、岡上です。  
専門職員がご相談に承ります。



～地域とともに30年～  
社会福祉法人一済会 かやいばら会  
片平地域包括支援センター

## 川崎フロンターレ Anker フロンタウン生田

### 和太鼓フィットネス体験

多摩区にある複合型スポーツ施設  
「Anker フロンタウン生田」で  
毎週火曜日に開催している  
「和太鼓フィットネス」が出張レッスン！  
バチの上下動の動作による肩こり解消、  
中腰姿勢をとりながら膝の屈伸運動を行う  
下半身強化など、  
全身の運動効果のあるプログラムです。

実施時間： ①10:10～10:25 ②10:35～10:50  
③11:00～11:15 ④11:25～11:40  
⑤12:45～13:00 ⑥13:15～13:30  
※1回の体験が10分～15分となります。

定員：5名（目安）  
※定員を超える場合は順番にご案内  
をさせていただきます。

### ポールウォーキングレッスン

2つのポールをもって腕を動かすことで、  
より一層歩く効果が高まります。  
スタジオ内でポールウォーキングを  
体験してみよう。

開催時間：①13:45～14:15  
②14:30～15:00

定員：5名（目安）



## あさお地域 健康フェスタ

## イベントブース紹介

『健康』につながる楽しい催しが盛りだくさん！  
すべてのブースが無料で参加可能です。

ぜひたくさんご参加いただき、  
健康づくりに役立ててください！

## 住友生命

### 血管年齢測定イベント

住友生命が展開する  
「Vitality(バイタリティ)」は  
健康増進プログラムを組み込み、  
日々の健康活動をポイント化し、  
累計ポイントにより保険料の変動、  
特典と引き換えてできます。  
血管年齢測定を行い、  
健康増進に向けたご提案をいたします。



## ルネサンス五月台 & ヨネツティー王禅寺

スポーツクラブに  
関するご説明、  
ご提案も承ります！  
施設や運動に  
興味がある方は  
ぜひご来場ください！

### テニスボールでカラダほぐし グッズをつくろう！

自宅でもカラダをほぐせるグッズを  
テニスボールを使ってつくります！  
参加費は無料となりますので、  
ぜひお気軽にお越しください！

参加費：無料  
(作成したグッズはプレゼント♪)

### ゲームコーナー (景品のご用意がございます)

お子様が楽しめるゲームコーナーを  
ご用意いたします♪  
ご家族連れでも楽しめますので、  
ぜひお越しください！

ゲーム料金：無料（※お一人様1回限り）



## ご来場者限定 スタンプ ラリー

ご参加されたブースでスタンプを押します！  
スタンプを3つ集めると、素敵な景品をプレゼント♪  
健康づくりのために、ぜひたくさんさんのブースにご参加ください！

※スタンプカードは当日入口にてお渡しさせていただきます。景品の交換は1階フロントにてご案内いたします。  
景品については数に限りがございます。なくなり次第終了となりますのでご了承ください。

