

みやまえ つながるフェスタ

～食・健康・運動・農・アート・子育て～

体験・遊び

- ボッチャ ● ディスゲッター
- ウォーキングサッカー ● 射的
- インクルーシブワークショップ (パンづくり)
- 子どもと!孫と!料理教室 など



横断幕de手型アートワークショップ

セミナー

- プロレスラーから学ぶ!
健康寿命を延ばすムイビエン
筋力アップトレーニング
- 子どもの発育セミナー
- アーリー終活セミナー

健康測定

- 血管年齢測定 ● 肌年齢測定
- 腸内お悩み相談

販売

- パン ● ハンドメイド製品
- 地元野菜 ● キッチンカー
- たまこんにゃく

スタンプラリー

会場内でスタンプを集めた人に、
ジュースとお菓子をプレゼント! (100名まで)
※提供: パルシステム神奈川宮前センター (ジュース・お菓子) ※画像はイメージです
限定メロコスエコバッグ ももらえます! (500名まで)



囃みのある人とパンをつくろう!



プロレスラー大原はじめ
びとせ研究所、だいじろう博士

地域の魅力を発見して、地域を好きになること...それは**地域包括ケアシステム**を進める第一歩!

～令和7年度宮前区地域包括ケアシステム推進イベント～

2026年 **2月8日** 日 10:00-15:00

有馬・野川生涯学習支援施設(アリーノ)

入場無料

(一部予約制・実費負担アリ)
混雑時は入場を制限させていただく場合があります。

イベント詳細や各セミナー等への
お申込みは区HPへ。

※1月15日(木)より申込受付開始(定員が満了次第順次受付終了)



お問合せ
主催

宮前区役所地域みまもり支援センター地域ケア推進課
TEL 044-856-3300 FAX 044-856-3237
Mail 69keasui@city.kawasaki.jp



Colors, Future!
いろいろって、未来。
川崎市

東急田園都市線「鷺沼駅」から【鷺02】小杉駅前行き
『有馬第二団地前』下車、すぐ前
※ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。



みやまえつながるフェスタ

子育て中の方からシニア世代まで、みんなが健康で
とは？ いきいきと暮らせる地域を目指すイベントです！

セミナー

ちとせ研究所 だいじろう博士の 子どもの発育セミナー

事前申込制・先着順

エビデンスに基づいた最新の科学知識をもとに、「腸内環境と子どもの発育」について、わかりやすくお伝えします。



【時間】10:30-12:00 【場所】3階学習室 【定員】50名

【講師】ちとせ研究所 原田 大士朗氏

ちとせ研究所 主席研究員/工学博士
宮前区にも研究拠点が、大阪・関西万博で
日本館ファームエリアの技術監修をした企業の研究者

プロレスラーから学ぶ！健康寿命を 延ばすムイビエン筋力アップトレーニング

当日受付・先着順

坂の多い宮前区でも元気に過ごすための、筋肉の作り方、歩くパフォーマンスアップの運動、そして、正しいスクワット等を学べます。



【時間】13:00-14:30 【場所】3階学習室

【定員】50名

【講師】プロレスラー 大原 はじめ氏

宮前いきいきセンター等を中心に、区内各所で講話
を実施している、川崎市出身の現役プロレスラー。

早いうちから前向きな終活を考える アーリー終活セミナー

事前申込制・先着順

これから終活を始めたい方、親や祖父母の終活でお悩みの方など、幅広い年代の方にご参加いただけます。終活の現状やお片づけのコツを学び、早いうちから前向きな終活を考える「アーリー終活」を始めませんか？当日は、区オリジナルの「プレ・エンディングノート」を参加者全員に配布し、書き方のコツを教えます。



【時間】10:00-12:00 【場所】2階グループ室 【定員】30名

【講師】終活プランニング/行政書士 土田 聡氏
最新の終活事情、相続や遺言、葬儀などについて

【講師】片づけ&写真整理アドバイザー 吉村 伸江氏
片付けや写真整理のコツなどについて

体験・遊び

2階フリースペース

●発酵野草のバスソルトづくり

ピオスチームの野草たちを使い、オリジナルのバスソルトボトルを作ってくださいね！
【料金】1,000円 【提供】小川 じゅん氏



●射的

射的に挑戦して景品をゲットしよう！
【料金】1回100円 【提供】エリースカフェ



●横断幕de手型アートワークショップ

横断幕に手型をつけて、みんなでひとつの作品を完成させよう！
完成した横断幕は一定期間アーリーに展示されます！

【協力】宮前区冒険遊び場ネットワーク

●匂いの神経衰弱

数種類の香りを、あなたはかぎ分けられるでしょうか？

【提供】昭和医科大学 保健医療学部 作業療法学専攻

●ワーキングメモリ課題

視覚・空間的な記憶に挑戦してみよう！

【提供】昭和医科大学 保健医療学部 作業療法学専攻



2階グループ室

●アートワークショップ「宇宙人レシピ」

事前申込制・先着順

親子でも楽しめる、宇宙でたったひとつの自分だけの宇宙人キャラクターを作るクリエイティブな新体験！

【時間】13:00-15:00 【定員】20名

【提供】shirahata8国際アートクラブ



3階 調理室・実習室

●子どもと！孫と！料理教室

事前申込制・先着順

いちごたっぷりムースとハリネズミのスイートポテトをつくろう！

【時間】10:30-12:00 【定員】9組（1組2人まで）

【料金】1組1,000円

【提供】栄養士みやまえ応援団



●インクルーシブワークショップ

事前申込制・先着順

障害のある人とペアを組んでパンをつくろう！

【時間】13:00-15:00 【定員】8人

【提供】はたけワーク(就労継続支援B型事業所)



2階集会室

●ウォーキングサッカー体験

子どもも大人も安心して一緒にできるサッカー！

【提供】日本ウォーキングサッカー協会



●ボッチャ体験

世代も障がいも超えて、みんなでボッチャ！

【提供】富士見プラザ地域包括支援センター、れいんぼう川崎

●ディスゲッター

ドッチビーを投げて当てて、みんなでワイワイ！

【提供】宮前区スポーツ推進委員



販売

1階入り口前(外)

- たまごんにゃく
(東有馬町会)
- ハンドメイド製品
(市営有馬第一住宅自治会)
- キッチンカー

2階フリースペース

- パン (はたけベーカリー)
- 地元野菜 (はぐるま稗原農園)



健康測定・相談

2階集会室

●血管年齢測定/ 肌年齢測定

健康もキレイも、測って安心！

【提供】アイセイ薬局

●腸内悩み相談

腸内細菌の概要についてご説明して、
個々の腸内環境に応じた食生活の
アドバイスをします！

【提供】ちとせ研究所

※「腸内悩み相談」のみ13:00-15:00