



世代をこえてつくる明るい未来

入場  
無料

みんなの

# 元気フェスタ

inてんぱく2025

11月22日 土 10時00分～15時00分

※ 開場は9時50分から

会場：天白区役所・天白区役所講堂・天白保健センター

## 特別対談(動画)

「いま伝えたい 未来へつながる 健康づくり」  
～ひろみちお兄さんからのメッセージ～

🕒 午前の部

10:10 - 10:30

🕒 午後の部

14:30 - 14:50

住み慣れた地域で、健やかに暮らしていくために必要な健康づくりやフレイル予防について、佐藤弘道さんと天白区長など関係者が語り合います。最後に、手軽にできる体操を紹介いただきます。

※ 動画は事前収録。午前の部、午後の部は同じ内容を放映します。  
後日、天白区役所ホームページ内でも配信予定(撮影協力：東海学園大学)



さとう ひろみち  
佐藤弘道さん

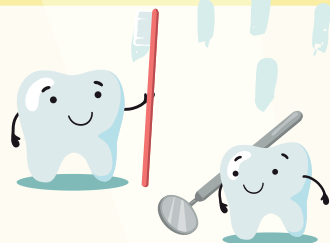
- PROFILE -

NHK「おかあさんといっしょ」の第10代「たいそうのおにいさん」。脊髄梗塞を発症したがリハビリを経て活動を再開。名城大学薬学部特任教授なども務めている。

## 嚥下力をチェック

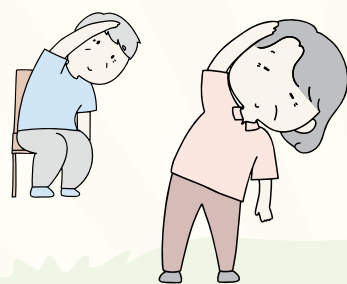
～お口の健康が未来を変える～

アンケートや発音、舌の力などを調べて嚥下力をチェック。簡単なお口の体操の紹介も！咀嚼チェックガムで「噛むチカラ」を測定♪歯科医師・薬剤師と一緒にオーラルフレイルについて楽しく学びましょう！



## 輝く毎日 はつらっライフ

天白区で活躍している75歳以上の方々をご紹介します。心も身体もはつらつとした毎日を送る秘訣をご覧ください！(ステージ企画：13時～14時)



## 「笑顔があふれる」企画が充実

### フラトシ

癒しの音楽に合わせて一緒に身体を動かして楽しみましょう。



### 健康チェック

脳年齢や骨密度、認知症などを手軽にチェック！姿勢や歩行分析もあります。



出張マーガレットマルシェ  
授産製品を販売します！！

デジタル機器  
「TANO(タノ)」  
「トルト」を使って  
姿勢や歩行分析  
に挑戦

### 介護のこと

介護サービスや福祉用具、入所の疑問などにお答えします。



### にんじんcafe

高齢者が制作した多彩な作品を展示します。



主催 みんなの元気フェスタinてんぱく2025実行委員会 天白区地域包括ケア推進会議

お問い合わせ 天白区役所福祉課 電話：807-3895 FAX：802-9726 天白区 東部 いきいき支援センター 電話：809-5555 FAX：385-8451

天白保健センター保健予防課 電話：807-3913 FAX：803-1251 天白区 西部 いきいき支援センター 電話：839-3663 FAX：839-3665

公共交通機関でのご来場にご協力ください





# ステージスケジュール

午前の部

10:10 - 10:30

特別対談（動画）

「いま伝えたい 未来へつながる 健康づくり」  
ひろみちお兄さんからのメッセージ 午前の部

10:30 - 11:00

演奏

天白高等学校合唱部演奏！みなさんに喜んでいただける曲を歌います。楽しんでお聞きください

12:15 - 12:30

フラダンス

同好会O'olu'olu（オルオル）のメンバーが練習の成果を披露！

12:30 - 13:00

講演

歯科医師による講演  
みんなで元気に歯ッピーになろう

午後の部

13:00 - 14:00

輝く毎日  
はつらつライフ

天白区で活躍している75歳以上の方々による心も身体も”はつらつ”とした毎日を送る秘訣紹介！ 協力:天白ネット協議会

14:00 - 14:30

フラトレ

癒しの音楽に合わせて普段使わない筋肉を無理なく刺激。みなさんも一緒に身体を動かしましょう

14:30 - 14:50

特別対談（動画）

「いま伝えたい 未来へつながる 健康づくり」  
ひろみちお兄さんからのメッセージ 午後の部



## 魅力あふれるブース紹介

てんぱく

### てんぱくヘルパーネット

最新福祉用具の紹介、デモンストレーションなど。嚥下しやすい食べ物の試食もあります。

### 天白区通所ネット

身体能力や認知機能について正しく知ろう。いろいろなマシンを使って、運動の楽しさや大切さを実感しよう！

### 高齢者住まいるネット

様々な施設の特徴、費用などすべてお答えします！ゲームコーナーもあります。

## 介護サービス紹介や健康チェック

### てんぱく訪問看護ネット

骨密度・脳年齢・血管年齢などをチェックします！訪問看護師や東海学園大学の学生がサポート。

### デジタルで楽しく！

デジタル機器「TANO（タノ）」で、タノしく姿勢をチェック。「トルト」では動画や音声を撮るだけで歩き方やお口の状態もAIが分析。あごの下の筋肉を鍛えるデジタル機器「ごっくん楽」のデモ体験も！  
（協力:豊丸産業株式会社・名古屋理研電具株式会社・株式会社グッドケア・なごや福祉用具プラザ）

### なんでも相談

薬剤師、ケアマネ、ソーシャルワーカー、民生委員などが相談をお聞きします。自宅で受けられる医療や薬、介護のこと、気軽に聞いてみましょう。  
（協力:天白区薬剤師会・天白区居宅介護支援事業者連絡会・天白区民生委員児童員協議会・名古屋市はち丸在宅支援センター）

### 出張ボランティア展

#### ～活動紹介＆相談～

無理なくできるボランティア活動を探してみませんか。暮らしに役立つ情報が届くアプリもご紹介します。



天白区社会福祉協議会 マスコットキャラクターてんてん

### 健康アプリ紹介

名古屋市フレイル予防ポイント&見守りアプリ〔個別サポート〕  
お得に健康維持ができるアプリ。初期設定や利用方法を個別にサポート。  
（協力:株式会社コスモテレコム）

### 天白区みんなの認知症カフェ

認知症とともに生きる方やそのご家族など、だれもが気軽に集い、仲間づくりや情報交換などを行う「認知症カフェ」の魅力をご紹介。相談コーナーもあります。

### にんじんcafe作品展

高齢者の得意とする作品を展示します。ごゆっくりご覧ください。気に入った作品に投票してね。

## 充実の相談ブース デジタルも有効活用

### 成年後見相談

専門家がわかりやすく内容について説明します！聞いてみたい方、ぜひお越しください。

（協力:愛知県司法書士会・公益社団法人コスモス成年後見サポートセンター愛知県支部・名古屋市成年後見あんしんセンター）

### 生活安全・交通安全啓発

ゲーム感覚で俊敏性をチェック！運転免許の自主返納や詐欺防止の情報コーナーもあります。

（協力:天白警察署生活安全課・交通課）

スタンプラリーに挑戦して  
景品をもらおう！

