

(令和6年9月13日発表)

65歳からの趣味を楽しむ 「しずおか おでかけフェスタ」の開催

◆アピールポイント	・市内在住の65歳以上の方を対象に、趣味や興味をきっかけにした新たな介護予防の取組を開始します。(6月21日 市長定例記者会見で発表) ・キックオフイベント「しずおか おでかけフェスタ」を七間町青空市と同日で開催、来場された方にプログラムを体験いただき、取組を盛り上げます。 ・当日は、この新たな介護予防の取組の「名称」と「ロゴ」を発表します。 【市長出席 有】
◆内容など	・健康と趣味をテーマにした丸一日楽しめる体験型イベント、ステージイベントのほか、コーヒー教室や七間町名店街と連携した様々な催しを実施します。 ・15時から、MIRAIE リアンコミュニティホール七間町にて、素敵なプレゼントが当たる抽選会も開催します。 【日時】9月21日(土) 10時30分～16時00分(入退場自由・参加無料) 13時15分から、MIRAIE リアンコミュニティホール七間町にて、市長による名称・ロゴの発表を実施 【会場】MIRAIE リアンコミュニティホール七間町、静岡東宝会館 など 【各種プログラム】 ・事前予約が必要なプログラム ① 通る綺麗な声になる！はじめての発声レッスン(11時～12時) 宝塚歌劇団 OG 虹乃夢果さんが直接指導。簡単なストレッチ&腹式呼吸を意識した声の出し方を学びます。 ② 楽しく姿勢改善！エゴスキュー体験(13時30分～14時30分) 運動や体操が苦手な方でも続けやすい、簡単・シンプルな動作で体のゆがみや痛みを改善できるプログラムです。 ③ 違いのわかるこだわりのコーヒー講座体験会(13時15分～14時15分) 産地や焙煎度、淹れ方によって味わいの異なるスペシャルティコーヒーを飲み比べて、新しいコーヒーの楽しみ方を発見しましょう。 ・事前予約が不要なプログラム ハンドケア体験や健康チェック、珈琲倶楽部によるコーヒーの提供 など 詳細は、市ホームページからご確認ください。 https://www.city.shizuoka.lg.jp/s4523/s013027.html

別紙資料 **有**

イベントカレンダーへの掲載 **有**

**当日の取材を
お待ちしております！**

【問合せ】

地域包括ケア・誰もが活躍推進本部(静岡庁舎14階)

担当 南條・森下

電話 054-221-1572

しずおか おでかけフェスタ

日時:9月 21 日(土)10:30~16:00

場所:MIRAIE リアンコミュニティホール七間町

静岡東宝会館他、七間町名店街内

実施プログラム（事前予約優先）

11:00~12:00 通る綺麗な声になる！はじめての発声レッスン



宝塚歌劇団 OG の虹乃夢果さんが直接指導。
簡単なストレッチ&腹式呼吸を意識した声の出し方を学びます。

会場:MIRAIE リアンコミュニティホール七間町 ホール
定員:50 名
講師:虹乃夢果さん/元宝塚歌劇団 娘役

13:15~ 市長より、新たな介護予防の取組の「ロゴ」と「名称」の発表があります！

13:30~14:30 楽しく姿勢改善！エゴスキュー体験



運動や体操が苦手な方でも続けやすい、簡単・シンプルな動作で体のゆがみや痛みを改善するケア方法を学びます。

会場:MIRAIE リアンコミュニティホール七間町 ホール
定員:50 名
講師:永濱 旭さん・高柳 枝美子さん/一財エゴスキュー・ジャパン認定トレーナー

13:15~14:15 違いのわかるこだわりのコーヒー教室体験会



全国催事でも人気の地元店に学ぶ体験会。産地や焙煎度、淹れ方によって味わいの異なるスペシャルティコーヒーを飲み比べて、新しいコーヒーの楽しみ方を発見します。

会場:静岡東宝会館1階 定員:20名
講師:山崎嘉也さん/ETHICUS coffee roasters 代表

その他のプログラム（随時開催）

@静岡東宝会館1階

気軽に健康チェック(脳健康チェック、血管年齢測定など)

@静岡東宝会館前テント ★七間町青空市と同時開催

はじめてのハンドケア体験/珈琲倶楽部によるコーヒー提供

15 時からは、
MIRAIE リアンコミュニティ
ホール七間町にて、
素敵なプレゼントが当たる
抽選会も開催！