

・あつてみたい・
としま
地域デビュー
応援
マルシェ
・知りた〜い・

2025.11.20 木 13:30-16:00

会場：としまセンタースクエア

豊島区役所 本庁舎1階

豊島区南池袋2-45-1

ご来場者
プレゼント

参加費無料
定員50名

講演

「社会との繋がりが
導く健康長寿」
～人生100年時代における
社会参加のススメ～
講師：東京都健康長寿
医療センター研究所

地域活動紹介 コーナー

地域での交流の場や、
活躍の場など、豊島区
の地域活動をご案内し
ます。

体験コーナー

健康測定体験会による
健康チェックや、栄養
満点具だくさんスープ
の試食会を行います。

※イベント詳細につきましては、裏面をご確認ください

【企画】高齢者の生活支援推進員

10月17日(金)より受付開始（①～③のいずれかの方法で申込）

① 電話

03(4566)2435

(平日9時～17時)

豊島区高齢者福祉課 生活支援体制整備グループ

② 二次元コード



③ 100年活躍ナビ

<https://100nen-navi.metro.tokyo.lg.jp>

※東京都「100年活躍ナビ」より
お申込みいただいた場合、
東京ポイントが付与されます。

プログラム

1部(13:30～15:00)

①講演

「社会との繋がりが導く健康長寿」
～人生100年時代における社会参加のススメ～
講師 鈴木 宏幸 氏

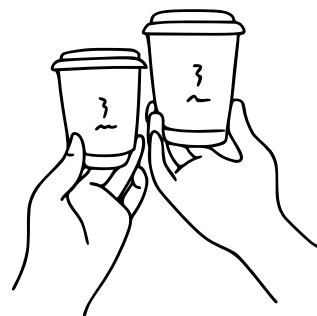
地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加とヘルシーエイジング研究チーム 研究副部長（テーマリーダー）



②豊島区高齢者の生活支援推進員による 「豊島区内で行われているサロン活動」 についてご紹介（映像）

2部(15:00～16:00)

地域活動紹介コーナー
体験コーナー（測定会・試食会）
おしゃべりコーナー



【地域活動紹介コーナー参加団体】

ハローワーク池袋／豊島区シルバー人材センター／区民ひろば／
豊島ボランティアセンター／としまビジネスサポートセンター／
みどりの協定／地域文化創造館（としま案内人など）／高齢者クラブ／
家事援助スタッフ・介護予防リーダーなど／ぶどうの木／
くまの子／高齢者の生活支援推進員（つながるサロンなど）

【測定会協力企業】

（株）タニタ・・・体組成・運動機能測定、試食（栄養満点具たくさんスープ）
明治安田生命保険相互会社池袋支社・・・ベジチェック
（株）ルネサンス・・・ココロのバランス測定