

あなたの「健康」をシルバーで応援します

# シルバー交流まつり



2026年2月27日(金)午前10時～午後3時

会場：わくわくプラザ町田 講習室ほか



## 講演「生涯現役シニアのためのお金と暮らし」

要申込

講師：ファイナンシャルプランナー・下島 利光氏

時間：11：00～12：30 定員：40名

生涯現役でいきいきと豊かに暮らすために、必要なお金と生活の備えを学ぶ講座です。これからを前向きに設計したいシニアの方に役立つ講座です。



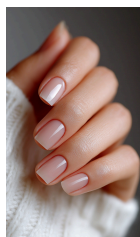
## 講演「体芯力体操～がんばらない体操で100歳まで歩ける体を作ろう～」

要申込

講師：フィットネストレーナー・鈴木 亮司氏

時間：13：00～14：00 定員：30名

無理なく続けられる“がんばらない体操”で、100歳まで歩ける体づくりを目指しましょう。日々の生活に取り入れやすい体操を学ぶ講座です。



## ネイル体験会

要申込

＊ 時間：10：00～12：00  
(1人30分枠)

＊ 協力：町田美容専門学校学生



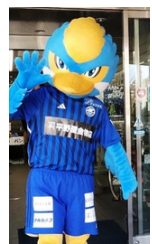
## 測定

どなたでも

＊ 時間：13：00～15：00

＊ 歩行計測・分析体験  
(協力：東京科学大学三宅研究室)

＊ カゴメ野菜摂取度チェック



## 健康体操

どなたでも

＊ 時間：10：15～10：45

＊ 協力：FC町田ゼルビア



## 落語

どなたでも

＊ 時間：14：15～14：45

＊ 協力：桜美林大学 落語研究部

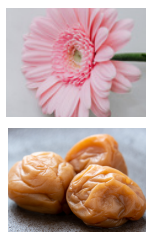


## フードドライブ

募集

＊ 交流まつり当日とあわせて  
前後1週間、実施しています

＊ 詳細は裏面をご覧ください



## 出張販売

＊ パン・クッキー <花の家>

＊ 生花 <(社福)まちのひ>

＊ 梅干し <石川県能登町  
シルバー人材センター>

要申込

マークの付いたイベントは、2/2(月)9時～申込み開始

公益社団法人町田市シルバー人材センター

町田市森野1-1-15 わくわくプラザ町田内 ☎ 042-723-2147



# 「フードドライブ」始めます！

※フードドライブとは、家庭で使いきれない食品を集めて、必要としている人に届ける「食品ロス削減」と「食支援」のための活動です。  
缶詰1個からできるボランティアです。

もったいない

集めて、届ける

ありがとう

## 集めている食品

- ・お米 ・乾麺 ・缶詰
- ・調味料・防災食、備蓄食
- ・インスタント、レトルト類

※上記以外の食品は受付対象外です。

## 条件

- ☑ 未開封で破損がないもの
- ☑ 賞味期限が明記されているもの
- ☑ 賞味期限が2ヶ月以上あるもの
- ☑ 常温保存ができるもの

※上記4項目すべてにあてはまること

## 集めた食品は

「町田市社会福祉協議会」を通じて、生活困窮世帯や子ども食堂、地域食堂、食支援団体等へ届けられます。



回収期間：令和8年2月27日(金)

「シルバー交流まつり」

イベントの前後1週間、令和8年2月20日(金)  
～3月6日(金)まで受け付けています。

時 間：8:30～17:00

場 所：シルバー事務局

回収は、イベント前後の期間のみとなります。  
賞味期限の都合上、期間以外は受け付けられませんので、ご注意ください。

公益社団法人 町田市シルバー人材センター  
ボランティア委員会



私たちは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。