

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、ご留意ください。

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。