



Quality of Lifeの高いコミュニティを実現する
**「健康よろずカフェ」
でのフレイルの取組み**

2023年11月15日

一般社団法人やまなし空と風-Discovery Of Life

健康よろずカフェとは



社会課題・背景

- 超高齢
- 少子化
- 多死社会
- 介護
- 核家族化
- 単独世帯の増加
- 平均寿命と健康寿命の乖離
- 国民皆保険の継続
- 医療・介護費用の増大
など

ウェルビーイングなコミュニティづくり

健康よろずカフェ・かわさき

ひとりひとりが、自分らしく、ウェルビーイングな暮らしを送れるコミュニティをつくるために、世代も職種も超えた市民の方々と、医療・介護・行政関係者等が集い、出逢い、共に、楽しく、為になり、参加できる

健康よろずカフェ

プログラムは、医療、医療以外の様々な領域のアカデミア、プロフェッショナル、民間企業と共に企画さらに健康よろずカフェのモデル化を図ります

※こだわり
参加者もゲストも協力者も全員が
楽しく、和気あいあいと!

健康よろずカフェ概要



目的

- ◆ 医療・介護関係者、行政関係者と市民が、**互いを知り 打ち解ける**ことで、**信頼できる関係を構築**する
- ◆ 医療・介護関係者・行政関係者と市民が共に、**互いを思いやるコミュニティを構築**する
- ◆ 病気を正しく理解することで**予防意識を醸成**するとともに、**健康寿命の延伸**をはかる
- ◆ かかりつけ医を持ち、さらに医療・介護関係者、行政に、相談できる**“賢い”市民、“賢い”患者の育成**をはかる
- ◆ 医療・介護関係者・行政関係者と市民が、共に人生観を語り、自己の人生を肯定的に見つめなおすことで、たとえ重い病気や障害をもったとしても、**豊かな人生を過ごせるリベラルアーツを醸成**する

開催概要

- ◆ 開催地域：川崎市内
- ◆ 開催場所：市内スペース（※コミュニティカフェ、コミュニティスペース、古民家など）
- ◆ 開催時期：毎月1回週末（日曜日）
- ◆ アンバサダー：町亜星さん（フリーアナウンサー）
- ◆ 参加人数：・30-50名程度（リアル参加者）
- ◆ 後援：川崎市医師会、川崎市
※2022年5月からスタート。コロナ禍前は単独で37回開催



（町亜聖さん）

健康よろずカフェ概要



プログラム

健康よろずカフェは、「知る=ちょっと健康」「語る=生老病死の講和」「参加する=アクティビティ」の3つのプログラムで構成し開催します。プログラムは、下記の重点テーマに対し、医療とそれ以外のアカデミア領域を組み合わせ、さらにエンタメ性を加味することで、楽しく、分かりやすく、健康よろずカフェの目的を具現化します。

重点テーマ

フレイル、未病、認知症、ACP、難聴（※今年度）
ストレス、日本3大疾病（がん・心疾患・脳血管疾患）、肺炎、生活習慣病、うつ病、孤独

知る
「ちょっと健康」

語り合う
「生老病死の講和」

参加する
「アクティビティ」

医療・医学



食・栄養

運動

文学・哲学

芸術・芸能

教育・心理

農業

理工
IT

美容

旅

健康よろずカフェ 企画コンセプト



重点テーマ

フレイル、未病、認知症、ACP、難聴（※今年度）
ストレス、日本3大疾病（がん・心疾患・脳血管疾患）、肺炎、生活習慣病、うつ病、孤独

医療（特にプライマリケア・地域医療）×□○○（アカデミア）

コンセプト
ワード

パブリックリレー
ションズ

リベラルアーツ

コミュニケーション

他・多職種連携

Shared Decision
Making

ジェロントロジー

企画・運営
スタッフ
協力者

電通PR・OB
玉川大学・OB

医療者・関係団体

有識者 マスコミ関係
プランナー
リサーチャー

音楽・運動・エンタメ
などの活動家

青山学院大学
ジェロントロジー
研究所

民間企業・NPOなど

健康よろずカフェ

10月29日（日）「健康よろずカフェ」開催

フレイル（心理的・社会的フレイルの予防）

※フレイルは2回目

医療（プライマリケア・地域医療）×美容（アカデミア）×ポートレート撮影

キーワード：#美齢療法 #ジェロントロジー #プライマリケア #他職種連携
#コミュニティ

●フレイルとは？

講師：大橋 博樹 先生

（川崎市医師会理事/日本プライマリ・ケア連合学会副会長/
多摩ファミリークリニック院長）

●いつまでも、美しくカッコよくいられるために！美容療法

講師：及川 麻衣子 先生

（青山学院大学ジェロントロジー研究所研究員/
山野美容芸術短期大学准教授）

●明るく楽しい遺影写真撮影会

カメラマン：加藤 俊治 さん



健康よろずカフェ 川崎 #7

新加費 ¥1,000
ドリンク付

プログラム	時間
1. ちよつと健康"監" フレイルとは？ 川崎市区部会理事 多摩ファミリークリニック院長 大橋 博樹 先生	11:00 (開場 12:45) 13:00 16:00 (予定)
2. ちよつと健康"体験" いつまでも、美しく カッコよくいられるために！ 美容療法 ～精神的・社会的フレイル 予防のために～ 山形県立保健福祉大学 及川麻衣子先生	16:00 (予定)
3. ちよつと健康"体験" プロが伝授 明るく楽しい遺影写真撮影体験 カメラマン 加藤俊治先生	

2023年10月29日（日）
定員 30名
会場 造谷農園「母家」
川崎市東区長巻1丁目18-1
電話 044-232-0000
観ヶ谷駅から徒歩5分

※プログラムは、予告なく変更することもあります。
主催：Kawasaki Thanks Bridge Project
後援：川崎市、川崎市医師会
予約・問い合わせ先：tel 090-3499-2869（橋本）



健康よろずかフェ

共創のお願い



「健康よろずカフェ」にとどまらず、
ウェルビーイングな社会実現のために、例えば、こんな共創ができればと願っています。

「健康よろずカフェ」を中心とした展開

- プログラムの企画
- ヘルス・メディカル関連の商品・サービスの紹介（発表・体験など）
- 医療・介護従事者などステークホルダーとの関係構築
- 実証実験（定性・定量）

など

「健康よろずカフェ」にとどまらない展開

- ヘルスリテラシーに関する社会啓発・プログラムの企画・運営
- 医療・介護従事者などステークホルダーとの関係構築
- 有識者ヒアリング（マスコミ関係者など）
- マスコミ等への情報発信

など