

# アグネス・チャン トークショー

2021年

11月2日 火

13:00 開場

13:30 開演

## 横浜市健康福祉総合センターホール

横浜市中区桜木町1-1 横浜市健康福祉総合センター4階  
(JR・市営地下鉄「桜木町駅」徒歩3分)

※新型コロナウイルス感染症拡大防止策を講じての開催となります。  
定員の縮小や当日の措置等に、あらかじめご了承の上お申込み  
ください。また、感染拡大状況によっては中止となる場合があります。

### アグネス・チャン プロフィール

歌手・エッセイスト・教育学博士(Ph.D)

72年に「ひなげしの花」で日本で歌手デビュー。一躍トップアイドルとなる。

上智大学国際学部を経てカナダのトロント大学・社会児童心理学科を卒業。

さらには、アメリカスタンフォード大学博士課程で学び、94年に教育学博士号を取得。

1998年より日本ユニセフ協会大使に就任。

現在までに20ヶ国以上を訪問し、子供の人権を守る活動を行っている。

現在、歌手活動のほかエッセイスト、ユニセフ・アジア親善大使、日本対がん協会「ほほえみ大使」  
などとして、積極的に社会的な活動も行っている。

2018年の春の叙勲で旭日小綬章を受章。

同時開催

元気にしっかり歩くためには、  
しっかりと立てる身体づくり

(公益財団法人 横浜市スポーツ協会)

### 応募方法

申込締切: 10月5日(火) 必着

郵便往復ハガキで、応募多数の場合は抽選となります。

#### 往信用の表

郵便往復ハガキ

2	3	1	-	0062
往信				
公益財団法人 横浜高齢者健康福祉財団				
横浜市中区桜木町1-1 横浜市健康福祉総合センター				

#### 返信用の裏

白紙

#### 返信用の表

郵便往復ハガキ

代表者の
氏名
住所
郵便番号
返信

#### 往信用の裏

- 参加合計人数  
往復ハガキ1枚で  
3名様までお申込み  
いただけます。
- 代表者住所
- 代表者氏名
- 代表者年齢
- 代表者電話番号
- 代表者性別

#### アクセスマップ



## ご挨拶



公益財団法人  
横浜高齢者健康福祉財団  
理事長 水野 恭一  
(横浜市医師会会長)

総務省が敬老の日に合わせてまとめた令和2年9月15日時点の人口推計によりますと、65歳以上の高齢者は過去最高の3,605万人となり総人口の28.6%に達しました。今後、団塊世代が高齢者の仲間入りし、更に急激に超高齢社会に進むことが予測されます。ますます進行する超高齢社会においては、単に制度の充実だけでなく、同時に高齢者自身が、希望や生きがい、ココロの満足と豊かさを感じられる成熟した社会を築いていくことが何よりも肝要です。高齢者が経済的にも社会的にも、そして文化的にも、共に社会を担う自立したメンバーとして歩めるように、社会の成熟化をしっかりと見据えていかなばなりません。高齢者にとり、豊かな社会とは何なのかという原点を見失うことなく、高齢社会について幅広く、ご一緒に考えていきたいと思います。

そこで、「成熟した高齢社会に生きる」というテーマのもと、「高齢者健康福祉講演会」を開催いたします。第1部では毎年恒例となっています横浜市体育協会による運動機能の低下を予防する体操で体をほぐしていただいた後、第2部ではアグネス・チャンさんを迎え、心地よい音に囲まれてこころ癒され、心の健康にもつながるというトークショーをお送りしたいと思います。

## 同時開催 元気にしっかり歩くためには、しっかりと立てる身体づくり

加齢に伴う筋力の低下や、骨関節等の運動機能低下、いわゆる「老化」はだれでもが来るものです。しかし、これを歳のせいとして、そのまま何もしていないでいると、老化は進みロコモティブシンドロームや認知症などの発症リスクが高まります。これらを予防するために、生活の中において、ちょっとした工夫で活動的になって、しっかり歩く、しっかり立てる身体づくりを目指しましょう。歩行機能の低下は生活機能の低下にもつながります。しっかりと立てなければ、しっかりと歩けない。少しでも身体を動かし「老化の坂」にブレーキかけて、「人生の廊下」をのびしましょう。



公益財団法人 横浜市スポーツ協会  
健康運動指導士・介護予防主任運動指導員  
黒岩 司

## プログラム

第1部	13:00	開場	
	13:30	開演	開会挨拶 公益財団法人 横浜高齢者健康福祉財団 副理事長 理事長挨拶 公益財団法人 横浜高齢者健康福祉財団 理事長
	13:40	元気にしっかり歩くためには、しっかりと立てる身体づくり	公益財団法人 横浜市スポーツ協会
-----			
	14:10	休憩(15分)	
-----			
第2部	14:25	アグネス・チャン	トークショー
	15:25	閉会挨拶	公益財団法人 横浜高齢者健康福祉財団 副理事長
	15:30	終演	