

# 第2の人生を楽しむヒントが満載の2日間!

生活スタイルの転換期を迎える60歳前後の世代、アラカン(=アラウンド還暦)世代を中心とした皆様が第2の人生を楽しみながら考えていただけるイベントです。

60歳からの輝くセカンドライフのために

# 第3回 R60 アラカンフェスタ

2016年3月5日(土) 10:00~17:00 6日(日) 10:00~16:00 福岡国際会議場 入場無料



素敵な60代を生きるためのヒントが満載の2日間!

各イベント 先着1,000名

5日 11:00~ 『娘になった妻、のぶ代へ』著者 講演・砂川啓介氏  
 13:30~ 再開場予定時間 / 13:00  
**アラカン爆笑寄席**  
 三遊亭歌之介・立川生志 二人会

6日 10:30~ 「はなちゃんのみそ汁」著者 講演『食べることは生きること』  
 13:00~ 再開場予定時間 / 12:30  
**草野仁氏 × 南雲吉則氏**  
 健康美トークショー

5日 10:00~17:00 11:00~ 開場予定時間 / 10:30  
**『娘になった妻、のぶ代へ』著者 講演・砂川啓介氏**  
 ~君は一人ぼっちじゃない~  
 話題作『娘になった妻、のぶ代へ』を著した大山のぶ代さんの夫で俳優の砂川啓介氏による講演です。講演終了後はサイン会も開催いたします。  
 13:30~ 開場予定時間 / 13:00  
**アラカン爆笑寄席**  
 三遊亭歌之介・立川生志 二人会  
 ~笑いで健康と認知症防止~  
 九州出身の落語家二人の「本格落語会」を開催。心から笑うことで健康づくりと認知症予防に。無料で落語が楽しめるチャンスです。

6日 10:00~16:00 10:30~ 開場予定時間 / 10:00  
**「はなちゃんのみそ汁」著者 講演『食べることは生きること』**  
 西日本新聞社 編集委員 安武信吾氏  
 13:00~ 開場予定時間 / 12:30  
**草野仁氏 × 南雲吉則氏**  
**健康美トークショー**  
 ~今のままで大丈夫? 本当の健康美について教えます。~  
 キャスターの草野仁氏と医師の南雲吉則氏による、アラカンでもさらに美しく健康であるための秘訣についてのトークショーです。楽しく健康美について学びましょう。

2階セミナー会場  
 10:15 **どうなってるの?今どきの相続事情**  
 ■講師/山内 仁志氏 株式会社 福岡FPマネジメント 相続診断士  
 相続対策ってどうしたらいい?そんな疑問や不安にお答えします!  
 11:15 **知って得するお葬式、お金の話。**  
**「〇〇〇万円盗られた」とは言わせない。**  
 ■講師/四本 光司氏 法事・法要・家族葬の権威  
 12:15 **知らなきゃ損する遺言信託**  
 ■講師/鶴 新一氏 西日本シティ銀行 島田 雄左氏 株式会社 山田エスクロー信託 博多支店長  
 13:15 **はつらつコミュニティとは**  
 ■講師/古賀 俊太郎氏・元 美和氏 公益社団法人 福岡県高齢者能力活用センター  
 定年退職を迎え、今後の人生設計をする上で「就職」を視野に入れた方、健康だけどライフプランを模索中の方等、どのような将来設計を描く事ができるかをお伝えします。  
 14:15 **高齢期の住まいを考える**  
 ■主催/福岡市 住宅都市局住宅計画課  
 福岡市の高齢者の住まいに関する課題、高齢期の住まいの種類や特徴、また、在宅生活を続けるための支援策などを学べます。  
 15:15 **楽しく知って得して防ごう糖尿病!これからもきらきら輝く人生を!**  
 ■講師/竹藤 五月氏 医療法人社団水光会 宗像水光会総合病院 糖尿病看護認定看護師  
 参加型のワークやクイズを交えて、楽しく糖尿病のことを知っていただきます。

2階セミナー会場  
 10:15 **生涯現役 元気に生きる**  
 ■講師/新開 玉子氏 農産物直売店ぶどう畑 代表  
 元気な野菜を食べて、健康寿命で生きましよう。  
 11:15 **「化粧の力」でいきいき元気に**  
 ■講師/池山 和幸氏 資生堂 医学博士・介護福祉士  
 アラカン世代からの整容は介護予防にもつながります。きれいになるだけでなく健康を維持するための整容を講演と実習を交えてご案内。ご参加いただいた方にはもれなくプリオール口紅ペーパーサンプルを差し上げます。  
 12:15 **+10分の運動で身体も心もイキイキと**  
**~身体をもっと感じてみよう~**  
 ■講師/乾 久美氏・坂部 由希子氏  
 10分で楽しく効果的な運動!自分自身の健康づくりはもちろん、地域活動や、セカンドライフのお仕事としても役立ちます。  
 13:00 **セカンドライフの新しい働き方セミナー**  
 ■主催/福岡市 保健福祉局高齢社会政策課  
 セカンドライフの新しい働き方の事例を紹介。就労の意義・理想について考えるセミナーです。  
 14:15 **別荘&田舎暮らしセミナー ~自然の中で暮らそう~**  
 ■講師/大和ハウス工業株式会社 森林住宅事業推進プロジェクト室  
 ダイワハウスの森林住宅地である大分県「ロイヤルシティ別府湾畔リゾート」、熊本県「阿蘇一の宮リゾート」の別荘&田舎暮らしのご提案及び物件のご紹介をします。

【参加企業・団体一覧】 ※セミナー内容・開始時間は当日の都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。



# 1 アラカンフェスタ 階 会場案内図

## 磨く ステラ・グランデ

「佐佐木育代式、若返りひきあげ美顔術」。佐佐木オーナー考案の混合波形と肌に触れるチップの構造で実用新案を取得した低周波機器を使用し、オリジナルの施術で顔の57の筋肉を気持ちよく引きあげていきます。

## 磨く 恋愛・結婚相談

恋活カウンセラーによる無料カウンセリングを実施。また、カラーコーディネーターによる無料カラー診断で、若返るカラーを探します。

## 働く 福岡市社会福祉協議会 ボランティアセンター

福岡市内の介護保険施設でボランティア活動を行った場合に「ポイント」が与えられ、そのポイントが換金や寄附ができる介護支援ボランティア事業をはじめ、相談員がボランティアに関する様々な情報をご提供します。

## 働く 福岡県70歳現役 応援センター

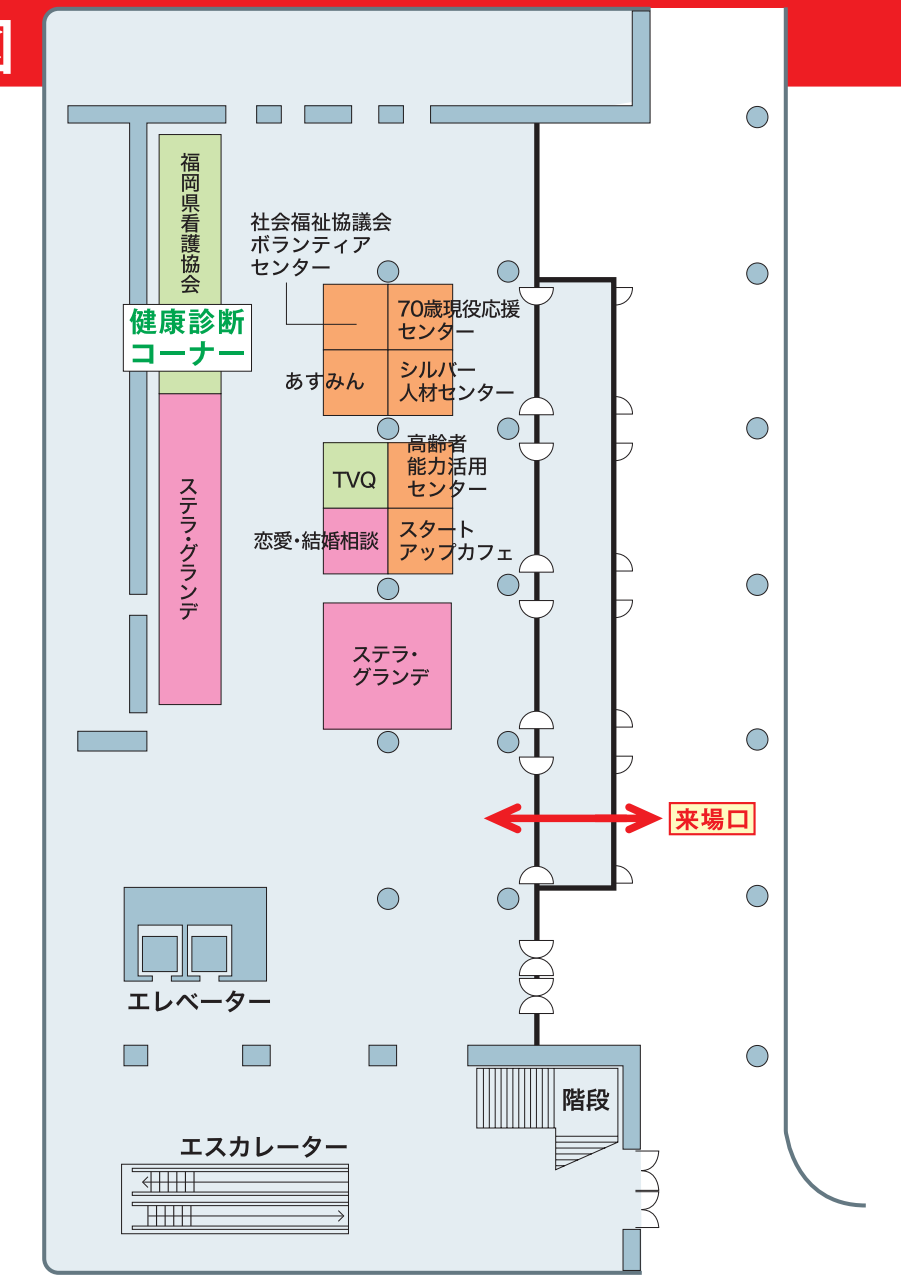
職場や地域で活躍したい、そんな意欲をお持ちのおおむね60歳以上の方を応援しています。センターの利用方法やサービス内容等についてご紹介するので、お気軽にお立ち寄りください。

## 働く 福岡市NPO・ボランティア交流センター あすみん

ボランティアをしてみたい、また、これまで培ってきたご自分のスキルを地域で活かしたいなど地域活動やボランティアにご興味のある方。または、これからNPOを立ち上げたい方やどういうNPOがあるのか知りたい方に情報を提供いたします。

## 働く 公益社団法人 福岡県高齢者 能力活用センター

高齢者が持つ長年培った豊かな経験や技術を企業が必要としています。「得意分野を活かしたい」「生涯現役で働きたい」「ゆとりと活力ある生活がしたい」と思われている方は、この機会に当センターブースへお越し下さい。



## 働く 福岡市 シルバー人材センター あすみん

ボランティアをしてみたい、また、これまで培ってきたご自分のスキルを地域で活かしたいなど地域活動やボランティアにご興味のある方。または、これからNPOを立ち上げたい方やどういうNPOがあるのか知りたい方に情報を提供いたします。

## 働く 福岡市スタートアップ カフェ

天神にて起業・創業の裾野を広げる創業拠点です。今回は定年後や子育て後に何かやりたい方々を応援する「日本元気創業倶楽部」のメンバーが、みなさんの相談を受け付けます！

Bayside Place logo and text: ベイサイドプレイス博多ではアラカンフェスタ限定の特典をご用意!! 詳しくは当会場配布の「ベイサイドプレイス博多特典チラシ」をご覧ください。[ロードトレイン無料運行中!]

## 暮らす 福岡県看護協会

看護師が、血圧、体脂肪、血管年齢等の健康チェック、健康相談を行っています。「あなたの健康」を見直すきっかけにしてみませんか? どうぞ気軽に立ち寄りください。プレゼントを準備しています。

## 暮らす TVQ

25周年を迎えるテレキュー! 毎年3月に開催している全国陶磁器フェアin福岡をご紹介します! 有田窯業大学の優秀卒業制作作品を展示しています。アンケートにご回答頂いた方には、嬉しいプレゼントも!

# 2 アラカンフェスタ 階 会場案内図

## 暮らす 西鉄不動産株式会社

ずっと我が家で暮らしたい。住み慣れた街で自分のリズムで生きていきたい。そのためのさまざまなアシストをご用意しております。

## 暮らす 大和ハウス工業株式会社

ダイワハウスの森林住宅地。それは「安らぎ」「癒し・ゆとり」「便利」のベストバランス。今回、全国14ヶ所の森林住宅地の中から阿蘇一の宮(熊本県)と別府湾杵築(大分県)をご紹介します。セカンドステージの暮らし方に触れてみてください。

## 暮らす 谷川建設

木の素材を活かした家づくり45年の実績。信頼と技術力でリフォームのご提案をしております。戸建住宅~マンションまでリフォーム工事を幅広く施工しています。住まいの健康診断を無料にて行っていますので、お気軽にお声掛け下さい。

## 暮らす 九州通信ネットワーク株式会社 BBIQ

アラカンフェスタ向けにタブレット体験コーナーを設置いたします。実際にタブレットを操作していただくことで、タブレットの使いやすさ・機能・汎用性を実感できます。

## 暮らす グリーンコープ

25年前から独自の厳しい安全基準をクリアした食べ物をお届けしています。人気商品の試食、無料サンプルで「おいしい」を実感してください。

## 暮らす JR九州ドラッグイレブン

健康と美容の専門店ドラッグイレブンではアラカン世代に役立つ商品を各メーカーよりお届けします。例えば、明治より、飲むだけで日々に欠かせない大切な栄養素を一度においしく摂ることができる商品を、ゼリア新薬からは、オーラルケアの相談会と口臭・歯周病対策におすすめの商品を、ユニ・チャームでは、健康寿命延伸をテーマに、軽度失禁商品の商品紹介をします。さらに紙パンツ使用者の商品紹介とともに専用のパンツ用パッドについてご説明。大木製業からは速さ、歩幅、姿勢を改善しながら街歩きを楽しめるノルディックボールのご紹介をします。また、これらの商品をブースにて直接購入もできます。



## 暮らす 和光堂

お口の中にスプレーする保湿剤の紹介と食べやすさとおいしさに加えたんぱく質が補給できる一口サイズの和風クッキーの試食を実施します。

## 暮らす 花王リリーフ

下着の肌ざわりを研究して開発された「リリーフシリーズ」やわらかく、肌にやさしいつけ心地。サンプルをご用意しています!

## 暮らす ガリレオコーポレーション

太陽光やリフォームなど、お家に関するトータル相談会を実施。お楽しみ抽選会や賞品もたくさん準備しています。

## 暮らす 西日本新聞社

西日本新聞、西日本スポーツ、経済電子版「qBiz」など様々な媒体のご紹介や新聞社主催イベントの情報をお届けします。

## 暮らす 武田メガネ、シーメンス補聴器

最新の補聴器をお試しください。聞こえでお悩みの方や不安を感じている方はお気軽にご相談ください。

## 暮らす 行政コーナー

美術館・博物館のパンフレットや、「シニアのための知恵袋」など、行政情報をご自由にお取りいただけるコーナーです。

## 遊ぶ 日本旅行

今人気のクルーズ説明会を開催。参加者全員にクルーズグッズなど素敵なプレゼントが当たる抽選会も実施します! 先着順のため、お早めに。国内旅行の相談もお気軽にどうぞ。

## 遊ぶ JR 西日本

満50歳からをたのしむ大人の旅クラブ「おとなび」への入会をご案内。無料のネット会員登録で、新幹線がおトクにご利用いただけます。会員向け旅行商品や特典もございます。お気軽にご相談ください!

## 遊ぶ エイチ・アイ・エス

今夏人気の博多発着クルーズをはじめ話題のハウステンポスの旅行説明会開催。さらにアンケートに回答いただいた方には素敵なプレゼントをご用意。旅行が当たるお楽しみ抽選会も開催予定。

## 遊ぶ 熊本県南阿蘇村

阿蘇の南の南阿蘇村は水と緑があふれる村。自然豊かな南阿蘇村の商品の中から優れたモノを「みなみあそくらしめくみ」ブランドとして認定しました。ぜひ手に取って触れてみてください。

## 遊ぶ 長崎県波佐見町

女性を中心に人気急上昇中の波佐見焼のミニ直売を行います! また、アンケートに回答頂いた方先着100名様に波佐見焼のかわいいスプーンをプレゼントします!

## 遊ぶ 歴史と緑あふれる おもてなしのまちづくり

デジタル技術で再現された福岡城に相続のお悩みに向き合い解決方法をお探しいたします。相続に関するミニセミナーや個別相談も行っております。

## 遊ぶ ロボスクエア

実際に触れたり、お話ししたりできるロボットを100種類・250体以上展示しているロボスクエアが、オリジナル「黒田節口ロボットのショー」を開催します。その他のロボットたちもお待ちしております。

## 遊ぶ TSUTAYA

中古取り扱い全国最大のTSUTAYA天神駅前福岡ビル店が、掘出しCD・DVDを沢山ご用意しました。中古だからこそお値段で販売しております!

## 遊ぶ 西日本鉄道

アンケートにお答えいただいた方へ各日先着250名に太宰府名物の梅ヶ枝餅とお茶をお配りします。また、各地へのお出かけに便利でオトクな電車・バスのきっぷを発売!

## 遊ぶ 資生堂

女性限定バラの香りのハンドマッサージ(10分)とCM中のプリオールの口紅リタッチ体験を実施。心と身体で、日頃は意識しない化粧の力を感じましょう。各日体験者先着50名様に口紅サンプルをプレゼント。

## 遊ぶ 花王ソフィーナ

もっと美しくなりたいあなたのために、お肌の水分量、皮脂量、キメの状態等を測定し、一人ひとりに合ったスキンケアをご紹介します。サンプルをご用意しています。

## 磨く サン・クロレラ

人生最高の幸福とは、日々健康で過ごせることではないでしょうか? これからの健康な体作りの為に、ブース内にてお手軽に試したいだけのご用意しております。

## 磨く 男たちの美容外科 / ドーズ美容外科

男たちの美容外科では薄毛治療や医療レーザー脱毛、しみ・しわ治療などを中心に行っております。ブースにてアンケートをお答え頂いた方にはサンプルやチケットをプレゼント!

## 磨く ドクターリリー

皮膚科医と共同開発した石けんの泡体験や、いま注目の潤い成分「セラミド」を配合した化粧品を使って無料のハンドマッサージをご提供します。簡単なアンケートご記入で、試供品サンプルをプレゼント!

## 遊ぶ 福岡銀行

「相続の話をいま、しよう」皆様と一緒に相続のお悩みに向き合い解決方法をお探しいたします。相続に関するミニセミナーや個別相談も行っております。

## 遊ぶ 西日本シティ銀行

ライフプランや相続・保険・ローンの事など、丁寧におこたえします。司法書士による遺言信託に関するミニセミナーを開催。ライフプランシミュレーションや相続関連ガイドブックなどもご用意しております。

## 遊ぶ CYBERDYNE

介護施設や病院で活躍しているロボットスーツHAL®を展示。大分県ロボケアセンターでのHAL®による最先端歩行トレーニングについても詳しくご紹介いたします。

## 遊ぶ マニュアルライフ生命

なぜ相続対策に生命保険が選ばれているのか? 相続と保険についてご説明いたします。さらに、保険会社だから出来る〇〇があります! お役立ちプレゼントもご用意!

## 遊ぶ シニアネット福岡

インターネットの使い方や撮った写真の活用などパソコンの楽しみ方をご紹介します。また、ワードでお絵かきや名刺作り、しおり作りを実際に体験いただけます。

## 遊ぶ 日立製作所

最新のICT技術で疲労・ストレスを数値で見える化する「疲労・ストレス測定システム」と高齢者や介護を必要とする人の誤薬防止を行う「服薬支援ロボ」をご紹介します。

## 終活 桜庵

「ほかにない」「ここでしかできない」桜庵独自のサービスをご案内します。お棺への入棺体験も行っていますので是非お越しください。

## 終活 グランガーデン福岡浄水

九州電力グループが運営する住宅型有料老人ホーム。充実したサービスを自信を持ってお届けする当施設に、なんでもお気軽にお尋ねください。

## 終活 福岡相続サポートセンター

弁護士・税理士等の必要な専門家を揃えて、相続問題を多方面からサポートします。ミニセミナーや弊社代表 江頭が執筆した「愛情相続3」のプレゼント会も開催いたします。

## 終活 ときめきショップ ありがた屋

福岡都市圏約90ヶ所の障がい者施設の手作り商品を販売するアンテナショップです。種類豊富な焼き菓子やかわいい雑貨をご用意しております。

## 終活 ぶどう畑

農家の女性4名で運営する農産物直売店です。九州各地の農家が栽培した野菜や果物、自社農場で栽培した水耕栽培野菜をご用意しております。

## 終活 四季 海山邸

四季割烹海山邸の味をご家庭でも、というお声から生まれた商品(あわせ味噌・ポン酢・うま煮醤油など)を試食販売。また四季割烹海山邸の「まかない海鮮丼」も販売いたします。

## 終活 AKITA Dining&Bar あきつぎ

福岡では唯一の秋田料理専門店。比内地鶏・とんぶり・じゅん菜・鱒などの高級食材を取り揃えています。あきつぎ名物きりたんぼと日本三大うどんのひとつ、秋田名物稲庭うどんをお楽しみください。

## 終活 情熱の千鳥足 カルネ

本格的ジビエ料理をカジュアルに楽しめる西中洲のカルネより、温かい猪汁と、猪も肉のローストケバパサンドをご提供。癖のない新感覚ジビエをお楽しみください。

## 終活 ラ・カンティエヌ・ステラ

糸島の「無農薬野菜」を中心とする、体に優しい創作料理のお店。鹿児島産の豚「茶美豚(チャーミーとん)」を48時間煮込んだ人気の「醤油粕カレー」をご用意しております。

## 終活 次元

直方市で毎日売り切れの人気のからあげ! 醤油ベースのシンプルな味付けに、秘伝のタレをかけて食べる事で2度美味しい! 食べやすさ、何個でも食べられます!

※ブース内容等は、当日の都合により変更になる場合がございます。予めご了承ください。