



いくつになっても、毎日を元気に暮らそう



メイクの力で健康ライフ！ 「いきいき美容教室」を開催

横浜市では、「化粧のちから」を活用した新たな介護予防を、資生堂ジャパン株式会社との連携協定に基づきスタートしました。

メイクやスキンケアをプロから学び、肌や表情の変化を楽しみながら、心も体も元気になるプログラムです。

2025年度は、主に65歳以上の方を対象に、市内の全18区で約60回開催予定です。



実施予定は
こちら



男性も
参加可能！

プログラム内容

ストレッチ

からだをほぐして
循環を高める



スキンケア

唾液腺を刺激する
スキンケアを実演



メイクアップ

簡単に続けられる
メイクの実践



化粧ケアで
気持ちが明るくなり、
外出が楽しみ
になりました。

化粧がフレイル予防に
つながっていることを
知れて、とても参考に
になりました。

普段スキンケアは
あまりしないけど、
化粧ケアっていいな
と思いました。



問合せ 健康福祉局地域包括ケア推進課 ☎045-671-3464 ☎045-550-4096

4月から 大切な家族へ、さらなる安心を 見守りサービス利用の助成をスタート

横浜市は、65歳以上の一人暮らしの方を対象に、見守りサービスへの月1,000円助成をスタート。

機器は自分に合ったものを選べます。

助成対象の
見守りタイプの
一例

【緊急通報タイプ】

緊急時にボタンを押すと、登録連絡先にメールや電話で連絡がいきます。



【センサータイプ】

一定期間人感センサーに感知がないと登録連絡先にメールが届きます。

【生活リズムタイプ】

一定時間ドアの開閉がないと登録連絡先のアプリに通知が届きます。



詳しくは
こちら

問合せ 健康福祉局高齢在宅支援課 ☎045-671-2405 ☎045-550-3612