

講師

芸能界のレジェンド加藤茶さんの妻

あやな
加藤 綾菜 さん



整理券配付について

入場無料・先着順
ご入場には整理券が必要です。

- 会場定員 600名
※ 但し、お一人様4枚まで
(定員になり次第終了)
- 配付開始
令和8年8月10日(月) 9:00 から
- 配付場所
・市役所 地域包括支援センター
(7番窓口)
・各支所市民サービス課
※ 直接各配付場所へお越しください。
- 入場対象者
市内在住または
在勤・在学の人に限ります。

お問い合わせ先

伊勢崎市
地域包括支援センター
TEL 0270-27-2745
(受付時間 平日 8:30 ~ 17:15)

主催
伊勢崎市

加藤家の生活

高齢の夫と元気に過ごす秘訣

事前配付・先着順
定員600名・入場には整理券が必要です
入場無料
伊勢崎市介護予防普及啓発講演会

日時 2026年

10.11 日

開演 13:30 ~ 14:30 (開場 12:30)

会場

人材派遣ワイズコーポレーション
境総合文化センター (大ホール)

伊勢崎市境木島818

TEL 0270-76-2222



年齢差のあるご夫婦として長年連れ添いながら、高齢のご主人と明るく前向きに暮らしてこられた奥様にご登壇いただきます。日々の食事や健康管理、夫婦のコミュニケーション、介護予防の工夫など、実体験を交えながら「高齢の夫と元気に過ごす秘訣」をお話いただきます。



講師プロフィール

1988年広島県生まれ。2011年にザ・ドリフターズの加藤茶と結婚。45歳年の差婚として話題になるも、ネットでは「財産目当て」などとバッシングされる。しかし、一切反論することなく、高齢の夫を支えるため「生活習慣病予防アドバイザー」「介護食アドバイザー」「介護レクインストラクター」など多くの資格を取得。結婚10年を超えた現在では、メディアやSNSの反応も一転し、加藤茶を献身的に支える妻と取り上げられるようになる。綾菜流「万能 氷だし」をつかった減量料理により大病を経験した加藤茶も健康になり、夫婦ともに元気に過ごしている。年の差婚ならではの料理の秘訣やコミュニケーションの取り方など、ライフスタイルを中心に加藤流の考え方が注目されている。著書に『加藤家の食卓 医師と栄養士の先生に長生きする食事の作り方を習いに行ってきたレシピ集』(加藤綾菜著、アスコム刊)がある。