

2023

介護予防大作戦

in 東村山 栄町開催

参加費無料

お土産があります♪



「楽しく 元気で 健康寿命！」

日時：11月5日（日）

13時30分～15時30分（受付13時～）

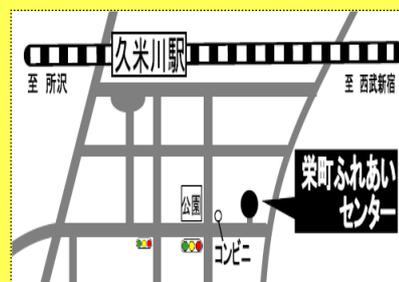
会場：栄町ふれあいセンター（東村山市栄町2-25-5）

問合せ：東村山市社会福祉協議会 まちづくり支援係

電話 042-394-6333 平日9時～17時

内容

- 講演 テーマ：「フレイル予防の食事について」
講師：緑風荘病院 管理栄養士 藤原 恵子氏
- 体験コーナー（当日受付で選択してください）
 - ・脳トレ、折り紙
 - ・瞬発力、握力測定
 - ・輪投げ
- レクダンス、みんなで歌いましょう



室内履きを
お持ち下さい

◆ご来場時のお願い◆

- ・体調がすぐれない時はご来場をお控えください。
- ・感染対策にご協力ください。

主催：2023 介護予防大作戦in東村山 栄町地域推進委員会

栄町保健推進員会、栄町老人クラブ、栄町民生委員・児童委員、東村山いきいきシニア、
栄町福祉協力員会、栄町町会、南部地域包括支援センター、東村山市社会福祉協議会

後援：東村山市