

# 2023 介護予防大作戦

in 東村山 美住町開催

12月3日(日) 13時30分～15時30分  
(受付13時00分～)

会場: グリーントウン美住一番街 第1集会所

13:30 開会

13:35～ ・ 講話「コロナフレイルに負けない体力づくり」  
講師 東村山市柔道整復師会 会長 小川真生 氏

14:00～ ・ 輪投げ  
・ 骨密度・握力測定コーナー  
・ 脳トレ・折り紙  
・ 介護相談コーナー

15:30 終了

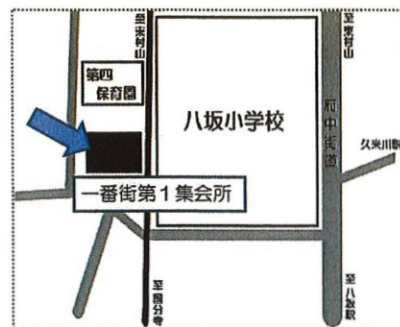
参加費無料

室内履きを  
お持ちください



グリーントウン美住一番街第1集会所

\* 東村山市第四保育園よこ  
(東村山市美住町 1-4-1)



主催: 「2023 介護予防大作戦in東村山」美住町地域推進委員会

美住町保健推進員会、美住町各老人クラブ、東村山いきいきシニア、  
美住町福祉協力員会、西部地域包括支援センター

協力: 美住町体力づくり推進委員会

後援: 東村山市

問合せ: 東村山市社会福祉協議会 まちづくり支援係 ☎042-394-6333