主催:成城地区社会福祉協議会 『健康推進事業』 協力:一般財団法人 世田谷トラストまちづくり

## 健康寿命延伸のコツ!!

## ~自宅だからこそできる





入場無料 (定員30名) 予約制

世田谷区社協キャラクタ ココロン

今年は、いつまでも若々しく過ごす為に、日常生活の中での注意点や家で も出来る簡単な体操を、介護予防のプロから教えていただきます。

いつまでも長く健康に生活できるよう、元気な今の間に備えておきましょ う!多くの皆様のご参加をお待ちしております。

令和2年1月30日(木) A

午後 1 時 30 分~3 時 30 分

成城みつ池緑地・旧山田邸(成城4-20-25)

対象者 成城地区にお住まいの方など(定員を超えた場合は成城地区の方が優先になります)

世田谷リハビリテーション連絡会 代表

りはっぴい 代表 鹿島雄志

電話またはFAXでお申し込みください。

◆世田谷区社会福祉協議会(成城地区事務局)

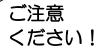
電話:070-3946-9802/FAX:6733-8470

◆砧地域社会福祉協議会事務所

電話:5727-6101/FAX:5727-6103

※いずれの電話も 12/28~1/5 の間はつながりません。

申込締め切り:1月16日(木)





(FAX 03-6733-8470)

健康寿命延伸のコツ!!~自宅だからこそできるカンタン介護予防~

主催:成城地区社会福祉協議会 健康推進事業協力:一般財団法人 世田谷トラストまちづくり

実施日:令和2年1月30日(木)午後1時30分~3時30分

会場:成城みつ池緑地・旧山田邸

## 参加申込書

申込み受付 令和2年1月16日(木)まで

氏名					
住所					
電話番号					
生年月日		年	月	日	
備考					
	T				
氏名					
住所					
電話番号					
生年月日		年	月	日	
備考					