

高齢者の新たな居場所づくり事業
～なごみの広場ちとふな～

ストレッチ&脳トレ講座

椅子に座って、ハワイアン音楽に合わせてストレッチや
ツボ押しで身体をほぐし、楽しい時間を過ごしませんか。
ぜひご参加ください。

日時：2月17日(火) 12時15分～13時45分

会場：世田谷区立千歳温水プール(船橋7-9-1)
4階 健康運動室

講師：佐々木 桃花氏

(フレアス在宅マッサージ世田谷)

内容：ストレッチ&脳トレ体操他

参加費：無料 ※入館料として400円がかかります。

持ち物：飲み物・汗拭きタオル

定員：20名 ※区内在住で60歳以上の方

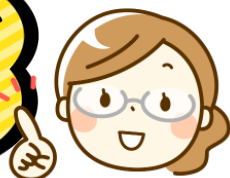
1月15日(木) 9時より受付開始

電話またはFAXにて申込下さい。

今後のプログラム情報は、
『せたがや福祉団体情報
サイト』に掲載しています！
ぜひご覧ください。



生活の中での悩みや、
お困りごとなど、
何でも職員までご相談
ください。



申込み
問い合わせ先

社会福祉法人世田谷区社会福祉協議会 地域事業係
☎03-5429-2233 FAX 03-5429-2204

※FAXにてお申込みされる方は、裏面の申込用紙にてお申込みください



～なごみの広場ちとふな～



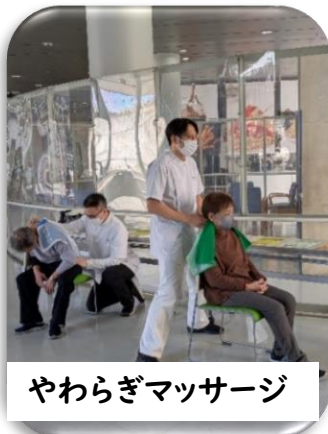
「なごみの広場ちとふな」は、高齢者の新たな居場所づくり事業です。
健康運動室と視聴覚コーナーを会場に、暮らしに役立つ講座や趣味の
講座を開催しています。ぜひご参加ください！

※ただし4階健康運動室については、入館料として400円がかかります。

スマホ講座



やわらぎマッサージ



囲碁講座



〈バスアクセス方法〉



小田急線
千歳船橋駅より
【小田急バス】

[歳25]千歳船橋駅～希望ヶ丘団地

[経01]千歳船橋駅～経堂駅行

「大東学園」(徒歩4分)

「宝性寺」(徒歩6分)または

「朝日新聞社前」(徒歩5分)

小田急線経堂駅より
【小田急バス】

[経01]経堂駅～千歳船橋駅

「朝日新聞社前」(徒歩5分)

京王線八幡山駅より
【京王バス・小田急バス】

[経02]八幡山駅～経堂行

[ハ01・ハ02]八幡山駅～希望ヶ丘団地循環行

「大東学園」(徒歩4分)

※ふれんどバスも運行しています。詳細はお問合せください。

社会福祉法人世田谷区社会福祉協議会 地域社協課 地域事業係宛

「ストレッチ&脳トレ講座」 2月17日(火)

申込日時：1月15日(木) 9時から受付を開始します。(FAX番号:03-5429-2204)

1.氏名(ふりがな)

2.ご住所

3.連絡先

4.年齢 60歳代 70歳代 80歳代 90歳代～

5.どちらでこのイベントをお知りになりましたか？

チラシ・掲示板・その他()