

チラシ③

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、ハワイアンの音楽に合わせながらストレッチやツボ押して身体をほぐし、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。



生活の中でのお悩みや、
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

「大東学園」(徒歩4分)

[経01]千歳船橋駅～経堂駅行

「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

[八01・八02]八幡山駅～希望ヶ丘団地循環行

「大東学園」(徒歩4分)