

# 若林複合施設に いらっしゃいませんか？

## @ひだまり友遊会館

若林地区では、誰でも気軽に集まれる場として「若林複合施設活動フロアー」「ひだまり友遊会館ふれあいルーム」で定期的にラジオ体操をしています。

ときどき、おたのしみ居場所企画もやっています！

日時：令和5年4月24日（月）10時00分～10時30分

場所：ひだまり友遊会館 ふれあいルーム

（世田谷区若林 4-37-8）

参加費：無料

申し込み：直接会場へお越しください

### 身近な相談ごとお伺いします！！

最近足腰が弱ってきた。  
ちょっとした掃除や買い物を手伝ってほしい

ひとりで家にいるので、急な災害のときとても不安…

介護保険って  
どんな手続きが必要？  
相談はどこにするの？

仕事も子育ても一段落。  
地域でボランティア活動してみたい。

趣味を楽しむ集まりの場、近くにないかしら？

### ★自由参加のラジオ体操の時間

ラジオ体操連盟講師のワンポイントアドバイスつき！

「みんなの体操」もあります♪  
椅子に座った姿勢でもOKです！  
水分補給の飲物をご持参ください

### ★身近な福祉の相談コーナー

社会福祉協議会、あんしんすこやかセンター職員がいます。気軽にご相談ください。

日々の状況の変化に応じ、内容変更や中止にする場合がございますのでご了承下さい。

【お問合せ】社会福祉協議会若林地区事務局

電話：070-3946-9786（平日8:30～17:15）

FAX：03-6733-7916



世田谷区社協キャラクター  
コロロン



あんすこ君