

参加無料  
予約不要  
出入り自由

# たちよりカフェ

日時 

11月9日(月)

14:00~15:00

会場 

コーシャハイム太子堂  
コミュニティサロン  
(世田谷区太子堂3-30-6)

内容 

保健師・管理栄養士による／

## フレイル予防講座

運動・社会参加の大切や  
栄養・食生活について学びを深めましょう  
握力・血圧も図れます



お茶・お菓子をご用意しています

ご近所に知り合いを増やしませんか？  
おとなも子どももふらっと立ち寄れる場所です  
お気軽にお越しください♪

共催

社会福祉協議会太子堂地区事務局  
JKK住まいるアシスタント

お問合せ

JKK住まいるアシスタント Tel.03-3409-2261  
受付時間9:00~17:00(土日祝を除く)

