

# ～なごみの広場ちとふな～ 健康栄養講座

体をつくるたんぱく質などの栄養が不足しているなど、低栄養の状態にならないために必要な栄養バランスについてお話しします。皆さまのご参加をお待ちしております。

日時：3月5日(火) 11:00～12:00

場所：世田谷区立千歳温水プール (船橋7-9-1)  
1階集会室

講師：栄養士 栢山 幸子氏

(世田谷保健所 健康推進課 こころと体の健康)

参加費：無料

募集人数：15名 (先着順) ※60歳以上の方

申込方法：電話またはFAXにてお申込みください。

個別相談も行います。ぜひご参加ください!

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  
問い合わせ先

社会福祉法人世田谷区社会福祉協議会 調整係  
☎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

## <会場のご案内>



集会室は、建物の1階にあります。受付の横にあり、ダンスや軽運動ができる明るいスペースです。



## ～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！



裂き布ぞうり作り



スマホ講座



囲碁講座



やわらぎマッサージ

## <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 調整係宛

「健康栄養講座」 3月5日 (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( )