



# ～なごみの広場ちとふな～

まちの薬剤師さん・管理栄養士さんから聞く

## お薬と栄養の講座



### 〈あなたの野菜摂取量が分かる!〉

薬剤師から普段のお薬についての話と、管理栄養士から「栄養不足」にならないための食事についてお話しします！  
手のひらで測れる簡単な野菜の摂取量測定も行います。



日時: 7月4日(火) 10時～12時

会場: 世田谷区立千歳温水プール(船橋7-9-1)  
地下1階 視聴覚コーナー

講師: 高須賀 洋徳氏(薬剤師) 他 管理栄養士  
(薬局ランタン)

内容: お薬との上手な付き合い方  
野菜の摂取量測定会  
栄養不足解消に向けた食事の話



参加費: 無料

定員: 先着 20名 ※60歳以上の方

#### 薬剤師 個別相談会

個別にご相談のある方は申込の際に予約することが可能です。  
(予約制 おひとり:5分程度)

#### 地域活動相談会

地域活動に参加したい方の相談も受付ております。お声かけください。

「なごみの広場ちとふな」の今後のイベント情報は、『せたがや福祉団体情報サイト』に掲載しています！

申込・  
お問い合わせ  
合わせ

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でお申込みされる場合は、裏面の申込用紙にてお申込みください



## <会場のご案内>

視聴覚コーナーは、建物の地下1階にあります。リラクゼーションコーナーやレストランの横にあり、明るく静かなスペースです。



## ～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

## 「お薬と栄養の講座」 (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( )