

参加費無料!

よどばし
元気
プログラム

フレイル予防 元気アップ講座

学んで

正しく知ろう
認知症サポーター
養成講座

知って

医療専門職による
フレイルチェック

体験して

フレイルを予防
介護予防体操講座

日時 令和8年2月24日(火)
午後2時~4時

場所 淀橋会館2階(西新宿5-4-7)

対象者 65歳以上の新宿区在住・在勤の方

定員 25名(予約制・お申込みはお電話かFAXで)

動きやすい服装で
お越しください!

主催・申込み先

角筈高齢者総合相談センター

☎03-5309-2136

FAX03-5309-2137



FAXの場合は
下記へご記入の上申込みください

FAX 03-5309-2137

令和8年2月24日（火）開催 フレイル予防元気アップ講座 申込書	
氏名	
住所	
連絡先	

会場案内

【淀橋会館】 住所：新宿区西新宿5-4-7 2F

- ・JR「新宿駅」徒歩約20分・丸ノ内線「西新宿駅」徒歩約7分
- ・丸ノ内線・大江戸線「中野坂上駅」徒歩約9分
- ・大江戸線「西新宿五丁目駅」徒歩約9分

※駐車場はございません。

