



令和8年度


楽しく介護予防!

無料

# 王子 ふれあい交流サロン

場所	中央公園文化センター1階・第一視聴覚室(十条台1-2-1)		
対象	65歳以上で、文化センターまで来られる方	申込不要	
内容	講話、脳トレ、豆知識、介護予防体操 など		
日時	毎月 第2水曜 14:00~15:00		

4月8日(水)	5月13日(水)	6月10日(水)	7月8日(水)
福祉用具事業者 杖・ベッドどんなの?	訪問マッサージ ツボで体メンテナンス	薬局の方 熱中症予防	栄養士 低栄養予防
8月12日(水)	9月9日(水)	10月14日(水)	11月11日(水)
ぷらっとほーむ 脳トレ体操	薬局の方 薬の飲み合わせ	王子消防署 防災について	王子警察署 防犯について
12月9日(水)	1月13日(水)	2月10日(水)	3月10日(水)
薬局の方 感染症について	歯科衛生士 お口ののはなし	ぷらっとほーむ 脳トレ体操	薬局の方 薬の管理方法

	問合せ	十条台高齢者あんしんセンター
		中十条1-2-18 障害者福祉センター4階
		TEL 03-5948-5630
		月曜~土曜の9:00~18:00
		障害者福祉センター休館日の時はお休みです



サロンなど  
色々な情報があります!

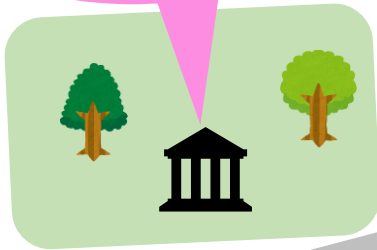


# 開催地 ご案内



中央公園文化センター

中央図書館



紅葉橋



サミット  
ストア

石神井川

滝野川4丁目



滝野川三郵便局



文  
滝野川もみじ  
小学校



滝野川病院

王子駅から徒歩15分になります