

令和7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 ※2月のみ第3水曜		

4月9日(水)	5月14日(水)	6月11日(水)	7月9日(水)
用具事業者 福祉用具って何？	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13日(水)	9月10日(水)	10月8日(水)	11月12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10日(水)	1月14日(水)	2月18日(水)	3月11日(水)
薬局の方 感染症について	歯科衛生士 お口ののほなし	ぷらっとほーむ 脳トレ体操	薬局の方 薬の管理方法

	十条台高齢者あんしんセンター		
	問合せ	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

滝野川三郵便局



文
滝野川もみじ
小学校



滝野川病院

滝野川4丁目



王子駅から徒歩15分になります