

区役所示板 貼付承認済	
有効 期間	6. 3. 1から 6. 3. 15まで
板橋区役所 板橋区町会連合会	

今が一番若いから、今年から始めよう。
介護予防で元気になろう。

参加者募集

※応募多数の場合、抽選いたします。

元気力測定会

参加費用無料

対象者 65歳以上の区民で要支援・要介護の認定を受けていない方

内容 ・体力測定 ・口腔機能測定 ・元気力チェック ・栄養ミニ講座
測定の結果から元気力を確認して、介護予防教室等を紹介します。

会場と日程

5月8日(水)成増アクトホール	5月10日(金)小豆沢体育館
5月13日(月)常盤台地域センター	5月16日(木)仲町地域センター
5月17日(金)高島平区民館	※時間はいずれも9時20分から12時

申し込み方法 ①普通はがき ②FAX 03-5392-2060
③お近くのおとしより相談センター窓口へ ①②③いずれも4月5日(金)必着

【はがき・FAXの記入事項】
・元気力測定会申し込み・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・生年月日・電話
・希望日(第2希望まで)を明記

問合せ・
申し込み

板橋区おとしより保健福祉センター介護予防係
〒174-0063 板橋区前野町四丁目16番1号
電話 03-5970-1117

