

# 高輪地区

# いきいきフェスタ 2017

高輪・白金はおもしろい  
～きてみてためして地域を知ろう～



町へ出よう！自然四季ウォーキング  
～自然教育園散策～

【時間】

10:00～11:30

【申込】

9月11日(月)～9月25日(月)までに  
白金台いきいきプラザへ電話、または  
直接窓口にて ☎ 3440-4627



## 講演

「高齢期の健康づくり」 10:30～  
セントラルスポーツ株式会社  
シニアマネージャー  
介護予防主任運動指導員 國井 実氏

「リハビリ講師による  
体づくりのポイント」 13:30～  
理学療法士 村岡氏



その他、野菜やお菓子販売、ゲームコーナー（ダーツ、パターゴルフ）等もあります！

## 2017年9月30日（土）

場所：白金台いきいきプラザ

時間：10:00～16:00

主催：高輪地区介護予防リーダー・サポーター、  
高輪男子部会、高輪地区高齢者相談セン  
ター、高輪地区いきいきプラザ

協力：東海大学 Takanawa 共育プロジェクト

問い合わせ：03-3440-4627



# 高輪地区いきいきフェスタ

## 町に出よう！2017

### 自然四季ウォーキング ～自然教育園散策～

★参加記念プレゼントあり♪

- ウォーキングについての説明の後、  
実際に近隣の自然教育園に歩いていきます！  
※雨天時はウォーキング講座を館内にて行います

日にち：**9月30日（土）**

時間：10：00～11：30

場所：港区立白金台いきいきプラザ

目的地：自然教育園

※コース内に階段や砂利道などあり

持ち物：歩きやすい服装、靴、  
飲み物、タオル、帽子

定員：15名（抽選）

申込：9月11日～9月25日  
までに電話か直接窓口へ

※9月26日にご連絡

料金：入館料、参加費ともに無料

主催：介護予防リーダー・サポーター  
男子部会、高輪地区いきいきプラザ  
高輪地区高齢者相談センター



お問い合わせ・申込み  
白金台いきいきプラザ

〒 港区白金台4-8-5

白金台駅 1番出口 徒歩1分

白金台五丁目バス停 徒歩2分

白金台駅前バス亭 徒歩2分

☎ 3440-4627