高輪地区いきいきフェスタ

どなたでもご参加いただけます！

たいけんする



かいごよぼう

なるほど納得！



わかがえり♪

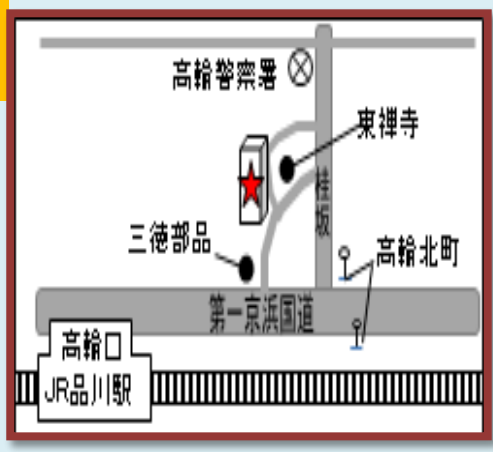
平成28年度

10月22日(土)

午前10時～午後4時

場所：高輪いきいきプラザ

住所：高輪3－18－15
tel：03－3449－1643



≪イベント内容≫
- あおぞら体操
- NHK交響楽団員ソロコンサート
- 口腔講座
- 骨密度測定
- マシン体験
- オレンジカフェ
- プリザーブドフラワー
- ニュースポーツコーナー
- コーヒーサービス　など

電車：
JR山手線・京浜東北線品川駅西口（高輪口）徒歩10分

バス：
高輪北町バス停 徒歩6分



主催：高輪地区介護予防リーダー・サポーター、高輪地区高齢者相談センター、高輪地区いきいきプラザ
お問合せ：高輪地区いきいきプラザまで
☎03-3449-1643（指定管理者：社会福祉法人　奉優会）

骨密度測定

未定

あなたの骨密度は
どれくらい！？
地下1階トレーニングルーム2

MT社交ダンスバンドコンサート

13:15～14:00



演奏に合わせて
ついつい踊りだしたくなる！？
地下1階トレーニングルーム1

マシン体験

未定



実際にマシンにのって
体験してください！
地下1階トレーニングルーム2

プリザーブドフラワー

13:15～14:00



プリザーブドフラワーを使った
アレンジに挑戦！（1,000円）
1階カフェ

NHK交響楽団員ソロコンサート

14:30～15:30

フルートの演奏を
お楽しみください♪
地下1階トレーニングルーム1

口腔講話

10:30～11:30

「パ」「タ」「カ」
あなたは何回言える！？
地下1階トレーニングルーム1

オレンジカフェ

13:15～14:00



血管年齢測定、脳年齢測定も
実施します
1階カフェ

お菓子販売 ＆ コーヒーサービス

13:15～14:00

演奏に合わせて
ついつい踊りだしたくなる！？
地下1階トレーニングルーム1

ニュースポーツコーナー

10:30～15:00

〇〇に挑戦して
からだを動かしましょう！
高輪公園

軽食販売

12:00～14:00（仮）



いなりずしや唐揚げを
ご用意しています！
地下1階トレーニングルーム1

目力（仮）

未定



目の状態チェックができます！
1階カフェ

ぎょらにゃん

終日

