

地域包括ケアシステムと 在宅医療

地域包括ケアシステムは、みんなのまちづくり

知って
100
チャレンジ

としま健康チャレンジ!
対象事業

日時 2018年12月19日 水曜日
17時～ としまる体操
18時～ 公開講座

場所 としまセンタースクエア(豊島区役所1階)
東京メトロ有楽町線 東池袋駅直結

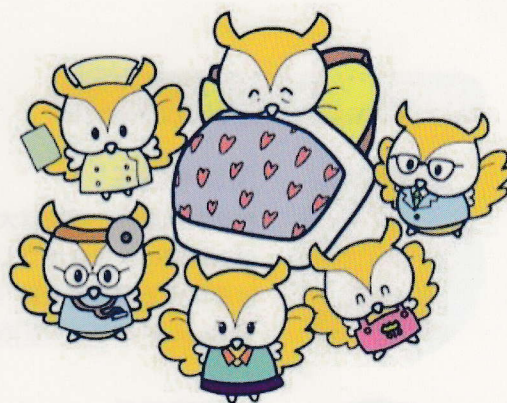
定員 約100名

参加費 無料 ※申し込み不要



あうるへるすの会 とは??

すこやかなときも、病めるときも
安心して暮らすために、豊島区の地域保健福祉について
知り考える区民主体の勉強会です。



～だいすきなまち、豊島区で元気にくらしつづけるために～

私たち豊島区民の生活を守るために、国、都、区がどんな取り組みをしているのか
「知る」「学ぶ」「体験する」豊島区オリジナルの公開講座です。

1人暮らしで、いざというとき誰に声をかければよいのか?

豊島区で、じゅうぶんな在宅医療を受けられるのか?

私たち区民一人一人が協力し合い住み続けられる豊島区にしましょう。

※「としまる体操」とは?

研究所高齢者健康増進事業支援室(東京都健康長寿医療センター)協力のもと開発された「足腰を無理なく効果的に強くする」体操です。

プログラム

17:00～ 開場
17:15～18:00 としまる体操(40分)
18:00～18:10 開会
18:10～20:00 公開講座 田城孝雄先生・土屋淳郎先生
(休憩あり)