

令和2年度

入場無料

# 介護予防展



～始めよう！新しい生活様式、フレイル予防～

介護予防につながる様々な取組をご紹介します。ぜひ展示をご覧いただき、ご自身の生活に取り入れてみてください。

介護予防につながる生きがいややりがいを見つけ、元気に過ごしましょう！

日時

令和3年 **3月12日** (金) 午前10時から午後4時まで

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、例年行っている体操体験や血管年齢測定などは行いません。

場所

文京シビックセンター

1階 ギャラリーシビック・アートサロン

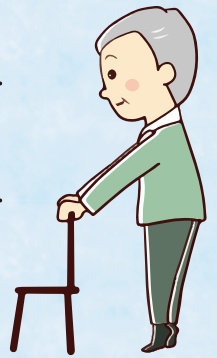
1階 ギャラリーシビック

- ・文の京介護予防体操コーナー
- ・尿失禁予防コーナー
- ・転倒骨折予防コーナー
- ・社会福祉協議会による「かよいーの」「ふれあいいきいきサロン」の紹介
- ・高齢者あんしん相談センターコーナー






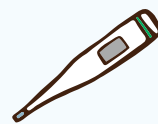
1階 アートサロン

- ・栄養改善コーナー
- ・口腔機能向上コーナー
- ・認知症予防コーナー
- ・フレイル予防コーナー



ご来場の皆様へのお願い

-  マスク着用
-  入場時の検温、受付票の記入
-  来場前後の手指消毒



※混雑時には入場人数制限を行う場合があります。

※ご自宅で体温を測り、感染が疑われる・発熱の症状（目安37.0度以上）など体調が優れない方のご来場はご遠慮ください。

※感染症の状況により急遽中止、上記の内容は変更する場合があります。

【お問い合わせ】 文京区福祉部高齢福祉課介護予防係 電話 03-5803-1209