

開催日時

2 / 7 (金)

14:00~15:30

たいとう

フレイル予防大作戦

“味わい力”

トレーニング講座

講師：東京ガス 食情報センター



参加  
無料

人生がもっと輝くフレイル予防

対象

台東区在住・在勤の方

会場

竜泉福祉センター5階ホール（竜泉2-10-5）

定員

50名(申込多数の場合抽選)



電子申請はこちら！

申込方法

電話 または 電子申請

手軽にできる、フレイル予防のための“味わい力”の鍛え方をお伝えする講座です。  
うす～い味を当てるクイズ、におい当てクイズ、ガムを利用した「噛む力」の判定などを行い、楽しみながら五感の状態を確かめてみませんか？

申込締切

1 / 20 (月)

〈申込・問合せ先〉

台東区役所 高齢福祉課 介護予防担当 電話 03(5246)1295

# 交通案内

## 台東区循環バスめぐりん

- 北めぐりん(浅草回り)
  - 15 一葉記念館入口
- 北めぐりん(根岸回り)
  - 6 一葉記念館入口
  - 7 竜泉一丁目
- ぐるーりめぐりん
  - 5 一葉記念館



台東区立竜泉福祉センター  
いきいきてらす

5階  
ホール

## 都バス

- 1 竜泉 草 43、草 63
- 2 下谷警察署前 都 08(T08)
- 3 竜泉 都 08(T08)
- 4 竜泉 草 43、草 63、都 08(T08)

## 最寄りの駅からのアクセス

**H 20** 東京メトロ日比谷線 三ノ輪駅下車  
1b出口より徒歩10分  
→ 歩道橋を登り三角地帯へ渡り 交番脇を降り直進  
ガソリンスタンドの左側へ直進

**H 19** 東京メトロ日比谷線 入谷駅下車  
3番・4番出口より徒歩10分  
→ 国道4号線を北上 下谷警察署右折