

赤坂青山ふれあいサロン

高齢者が住み慣れた地域で安心して住み続けられるように、
概ね60歳以上の区民の方を対象に交流の場として開催しています。

【赤坂サロン】 ➡ 毎月第2・4水曜日：赤坂地区総合支所（港区赤坂4-18-13）

【青山サロン】 ➡ 毎月第3水曜日：赤坂地区高齢者相談センター（港区北青山1-6-1）

【赤坂サロン】

10月8日（水）13：30～15：00

赤坂地区総合支所 4階多目的室

ハロウィン飾りを作ろう♪

毎年10月31日はハロウィンの日！
かわいいハロウィン飾りを作って
楽しく過ごしましょう♪



【青山サロン】

10月15日（水）13：30～15：00

赤坂地区高齢者相談センター2階

今日から始めるフレイル予防

みなと保健所の保健師と栄養士に
よるフレイル予防講座を実施します♪



【合同サロン】

10月22日（水）赤坂青山バスハイク

清水公園・野田醤油工場

★時間：8時45分

★参加費：2,000円（交通費・昼食代）

★先着：30名 ★締切：10/8（水）

★申し込み：区民課保健福祉係 ☎03-5413-7276



港区、たのしさ、たまってく。



サロンに参加したら100ポイントがもらえます！
みなとPAYダウンロードして来て下さい！