

アクティブシニア フェスタ

参加無料
申込不要

シニア世代の社会参加のきっかけになる講座・体験
開催日 令和8年2月27日(金)
時 間 13:30~16:30
会 場 J:COMコール田無
西東京市田無町3-7-2



4階会議室A

脳トレ講座

講師：市野範子さん
(一社)みんなの認知症予防ネット
エンジョイニングゲームリーダー

①14:00~ ②15:30~

各回
12名

4階会議室B

パステルアート体験

講師：小沼純子さん
パステル和(nagomi)アートインストラクター

①13:40~ ②14:40~
③15:40~

各回
8名

2階イベントルーム

体のゆがみ改善講座

講師：奥田文子さん
『Waseda ウェルネスネットワーク』講師

①13:45~ ②15:00~

各回
12名

情報提供・相談コーナー

社会参加に関する情報提供や
展示、相談ができます。

協力：地域包括支援センター
ミーツ(meets)
地域サポート「りんく」



〈昨年の様子〉

* 講座・体験は30分になります。

* 先着順、定員になり次第受付を終了します。



主催：西東京市
運営：社会福祉法人西東京市社会福祉協議会

問合せ先
西東京市社会福祉協議会 福祉支援課
☎：042-497-5071