



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
会場

13:30～16:30
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

各回
12名

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

① 14:00～ ② 15:30～

4階会議室B

パステルアート体験

各回
8名

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

① 13:40～ ② 14:40～
③ 15:40～

2階イベントルーム

体のゆがみ改善講座

各回
12名

講師：奥田文子さん

『Waseda ウェルネスネットワーク』講師

① 13:45～ ② 15:00～

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