

フレイル予防の 3つのポイント

栄養

身体活動

社会参加

← 北柏町会の活動領域

継続的なサークル活動となった、グラウンドゴルフ。
毎週開催。

@北柏第二公園



フレイル予防の 3つのポイント

栄養

身体活動

社会参加

← 北柏町会の活動領域

開催回数1000回をゆうに超える北柏健康麻雀も、
毎週開催。

@北柏町会ふるさと会館

支えあい事業での繋がりや、
人と人を結ぶ一つのきっかけ。

@困っている人がいるところ



築年数の長い分譲マンションで
管理会社とともに、住み方やコミュニケーションの
ためのミーティング。

@フジタ北柏マンション



フレイル予防の 3つのポイント

栄養

身体活動

社会参加

←北柏町会の活動領域

毎月第一土曜日は、出歩きたくなる一日へ

→地域の定期企画を
同日開催にアレンジ



一緒に相談しながら、
わからないスマホ等の使い方を解決！
(しないこともあるけれど。)

@北柏町会ふるさと会館



子ども達の通いの場は
大人たちの活躍の場。

@パイフワード歩論館



自分にとってはいらないけれど、
捨てるほどではないものは、
誰かにとっては宝物に。

@どこでも誰でも事業所でも