



出張社協カフェ「みんなの居場所」

共催 江東区健康スポーツ公社  
江東区社会福祉協議会  
JKK東京(東京都住宅供給公社)

# 大人の 体力測定会

お子さんも  
参加できます!



～ ロコモティブシンドローム、ご存じですか? ～

参加費無料  
申込不要

スポーツセンターのトレーナー  
による個別相談あり!



できるかな?  
立ち上がり筋力チェック!



大股2歩の測定!



40代! 50代!

世代を問わず  
どなたでも歓迎!

測定会イメージ



- ✓ 骨・関節・筋肉の衰えにより移動機能が低下した状態をロコモティブシンドローム(=ロコモ)といいます。
- ✓ 有明スポーツセンターのトレーナーによる測定・アドバイスを受けて自分の状態を知ろう!
- ✓ 測定以外の時間はおいしいコーヒーとお茶菓子でおしゃべりしましょう♪

2/2 日

13時～14時30分

トミンハイム古石場二丁目  
集会所

江東区古石場2-13-1

お問合せ: 江東区社会福祉協議会 地域福祉推進課 03-3640-1200



出張社協カフェ「みんなの居場所」

共催 江東区健康スポーツ公社  
江東区社会福祉協議会  
JKK東京(東京都住宅供給公社)

## 【会場アクセス】



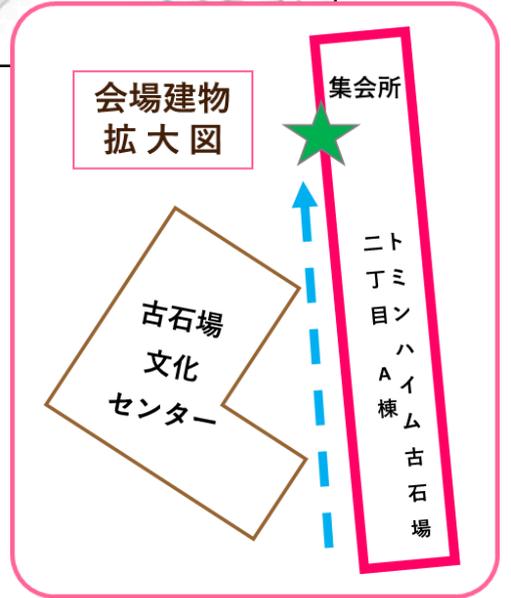
ひとと、くらしをあったかく。

JKK東京

# トミンハイム古石場二丁目 集会所 (江東区古石場2-13-1)



「古石場文化センター」と「トミンハイム古石場二丁目 A棟」の建物の間の通路奥に集会所があります！



「富岡一丁目」下車徒歩7分  
「越中島」下車徒歩10分  
【バス】「都立三商」下車徒歩7分



【電車】

JR京葉線「越中島駅」3番出口より徒歩8分  
東京メトロ東西線「門前仲町駅」2番出口より徒歩9分  
都営地下鉄大江戸線「門前仲町駅」4番出口より徒歩14分