産直野菜販売会&健康づくり・フレイル予防イベント

日時 11月11日(水)
10:00～15:00
※雨天決行　※商品がなくなり次第終了

会場 高田馬場コーポラス
敷地内および集会室
(新宿区高田馬場3-42-1)

対象者 高田馬場コーポラス入居者
地域の皆さま



産直野菜販売会

通常のおよそ20%割引

東都生協の契約産地から取り寄せた旬の野菜や果物、たまごをイベント価格で販売します！







東都生協おすすめのタマゴプリン、ジュースの試食試飲もあります！

会場:敷地内1階　ピロティ
10:00～15:00



※お支払いは現金のみとなります。

健康づくり・フレイル予防

参加費無料
申込不要



いつまでも元気で暮らすために、健康づくりやフレイル予防について楽しく学びましょう！

会場:集会室(各回 定員10名程度)

1回目	10:30～11:00	管理栄養士のお話 いきいき体操＋ごっくん体操
2回目	11:30～12:00	管理栄養士のお話 いきいき体操＋ごっくん体操

フレイル(虚弱)とは？
加齢にともない心身の活力が低下した状態のことです。早めの対策で、維持・改善することが可能です。



皆さまのご参加をお待ちしています！

チラシを持ってご来場の方にサンプル品をプレゼント！
東都生活協同組合
引換券

※本イベントは新宿区の委託事業として実施しています。
【お問合せ先】株式会社東急コミュニティー　☎：03-5273-3787