

歩いて食べて

ちがいを
ちからに
変える街。



渋谷区
Shibuya City

シニア仲間づくり プロジェクト

シニア仲間づくり プロジェクトとは？

自然の中での散策や軽食を
囲んだ語らいを通じて仲間
と繋がり、参加者自身が運
営するグループづくりを目
指します。
事業終了後の活動が続けら
れるように専門職がサポー
トします。

活動案内

日時(全5回)

10/29～12/3の(水)
※11/19を除く
5回とも
9:30～12:00

持ち物・参加費

お菓子やパンなどの軽食
参加費無料(※)

※軽食、飲み物は自己負担

対象

地域の新しい自主グルー
プの立ち上げや参加に興
味のある、区内在住のお
おむね60歳以上の方

集合場所

地域交流センター神宮前
4階区民交流室A・B
※詳しいアクセスは裏面へ

仲間を作って活動したい方はぜひ
ご参加ください！

申し込み・お問い合わせ

定員20名(先着)

渋谷区介護保険課介護総合事業係

電話：03-3463-1888

9時～17時 ※土日祝除く



1日の流れ

9:30

集合@地域交流センター神宮前
4階 区民交流室A・B

9:30～

11:00

ウォーキングや屋内体操、ワーク
ショップ等の仲間づくりに向けた
企画を日替わりで実施

※活動内容によって変化あり

11:00～

12:00

軽食を囲みながらの談話等
次回の予定説明～解散

会場アクセス



会場へのアクセス
一覧は下記

バスでのアクセスが
近くて便利です！

- 🚶 JR原宿駅表参道口 8分
- 🚶 東京メトロ千代田線・副都心線 明治神宮前〈原宿〉駅 4分
- 🚶 都バス[池86][早81]系統「表参道」 2分
- 🚶 ハチ公バス「神宮の杜（もり）ルート」（神宮前・千駄ヶ谷ルート）
「9 明治神宮前駅」4分

