



令和7年度豊島区認知症支援講座

知って得！食事から認知症予防

皆様が日常生活で召し上がっている食事が、認知症予防に関連していることをご存じですか？

食事について、もう一度学んでみませんか？

日時:令和 7 年 10 月 21 日(火曜日) 午前 10 時～11 時半

**場所:豊島清掃事務所 2 階講堂 (豊島区池袋本町1-7-3)
(裏面に地図あり)**

定員:40 名(対象:区内在住、在学、在勤の方)

「普段食べているものが、認知症予防に効果があったら？」

講師:社会福祉法人フロンティア 池袋ほんちょうの郷
管理栄養士 黒田 由紀先生

「いつまでも元気で過ごすための栄養について」

講師:大塚製薬株式会社 森 謙二先生

受付開始:令和 7 年 9 月 18 日(木曜日)より

**申込み先:いけよんの郷高齢者総合相談センター
☎03-3986-0917**



豊島清掃事務所（ごみ減量推進課）までのアクセス

豊島清掃工場と場所が異なるのでご注意ください



豊島清掃事務所までのアクセス

電車からのアクセス

池袋駅(JR 線、東武東上線、西武池袋線、東京メトロ副都心線・丸ノ内線・有楽町線)20a 出口から徒歩約 12 分

北池袋駅(東武東上線)…出口から徒歩約 8 分

バスからのアクセス

1番乗り場 停留所名「豊島清掃事務所」

光 02 光が丘駅ゆき

池 07 江古田二又ゆき

池 55 小茂根五丁目ゆき

赤 51 / 赤 97 赤羽駅西口ゆき / 赤羽車庫ゆき

2番乗り場 停留所名「豊島清掃事務所」

光 02 / 池 55 / 赤 51 / 赤 97 池袋駅東口ゆき

池 07 サンシャインシティ南ゆき