

介護予防活動のため

シェアスペースを

活用しませんか？



運動するための活動場所にお困りの高齢者の方々
(5名以上の団体)

調布市役所がマッチング

ちょっとした
空きスペースがある法人等

- シェアスペースとは、法人等が所有する「使用されていない空きスペース」です。
- 介護予防のため運動などをする際、活動場所の確保にお困りの高齢者の方々（5名以上の団体）がいらっしゃいましたら、その活動場所として、法人等からご提供いただくシェアスペースを活用してみませんか？
- 1シェアスペースを、1団体にマッチングするので、顔の見える関係性の中で、場所の貸し借りができて、とても安心です。
- シェアスペースの活用条件は、「5人以上の団体であり、うち市内在住65歳以上のものが概ね7割以上いること」「月2回以上、簡単！10の筋力トレーニングを行うこと」等です。
- 詳細は、[調布市 シェアスペース マッチング](#) を [検索](#) いただくか、高齢者支援室または担当の地域包括支援センターまでお問い合わせください。



人生100年時代に突入する社会で、健康長寿を目指すために、生きがい活動は欠かせません。

みんなで集まりたい！ それを応援したい！

高齢になってもいきいきと暮らせる調布市をみんなでつくっていきましょう♪