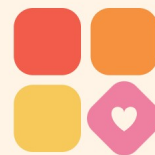


人生一土カフェ

じんせい いちど カフェ



～新宿ヒロクリニック院長 英裕雄と高齢期の過ごし方を語り合うカフェ～



お茶を飲みながら、気軽におしゃべりしませんか？

高齢期を健やかに過ごすためには、その人なりの工夫が大切です。100人いれば100通りの過ごし方、準備の仕方がありますが、ほかの人は、どんな過ごし方をしたいか、どんな工夫があるのか、いろいろお話を聞く中で、新しい発見があるかもしれません。みんなで気軽にお茶を飲みながら、自分の不安や心配事、自分の工夫、時には自分の自慢話なんかも織り交ぜながら、楽しいひと時を過ごしませんか？シニア世代の方、親御さんのこれからが気になるご家族の方のご参加をお待ちしています。

日時

毎月 第1土曜日
午前10時～12時

場所

新宿ヒロクリニック2階
(会場の地図は裏面)

参加費

無料
お茶とお茶菓子をご用意します

対象

シニア世代の方
親御さんのこれからが気になるご家族の方も

特典

小冊子『わたしの老後設計』（英裕雄 著）を **もれなく進呈**

予約不要 | 当日、直接お越しください

開催日 いずれも土曜日 午前10時～12時

2026 11/7 土	12/5 土	2027 (1/2) 未定	2/6 土	3/6 土	4/3 土	5/1 土
6/5 土	7/3 土	8/7 土	9/4 土	10/2 土	11/6 土	12/4 土

主催・お問い合わせ

一般社団法人 新宿長寿生活支援協会 ALLS Shinjuku

〒169-0072 東京都新宿区大久保2-11-15 TEL 03-4243-1507



会場のご案内



会場

新宿ヒロクリニック 2階

住所

〒169-0072

東京都新宿区大久保2-11-15

大林ビル 2階

最寄り駅

東新宿駅から

徒歩約8分

東京メトロ副都心線・
都営大江戸線

新大久保駅から

徒歩約10分

JR山手線

西早稲田駅から

徒歩約7分

東京メトロ副都心線

※ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。地図は略図です。

主催・お問い合わせ

一般社団法人 新宿長寿生活支援協会 ALLS Shinjuku

〒169-0072 東京都新宿区大久保2-11-15 TEL 03-4243-1507