

区民ミーティング開催

令和元年度第1回区民ミーティングを6月15日(土)10時から区民ひろば千早にて開催しました！

今回は、「畑体験をしてみよう！～地域の活動を知る・やってみる～」という内容で開催しました。区民ひろば千早の畑部会の方々に協力してもらい、畑やその歴史について教えていただきました。当日はあいにくの雨でしたが、畑部会の方々による丁寧な説明と対応により学びが深まりました。



グループミーティングでは NPO 法人サンカクシャの若者も参加し「若者の意見が聞けて良かった」や「多世代交流について若者と高齢者で考え方が全く違うことを知った」等の声が多く挙がりました。



豊島区立東池袋

フレイル対策センター

はじめに

東池袋 2-38-10 ☎03-5924-6212

当センターは、介護予防のサポートに関すること、地域の介護予防活動及び世代間交流に関すること、フレイル対策に関すること等の事業を目的として5月にオープンしました。

介護予防の一環として毎日、午前9:30、午後3:00からの2回「としまる体操」を行っています。日々の生活の中に体操を取り入れてみませんかとセンターでは呼び掛けています。

併設：「こみ café」
「まめのき」



としまる体操



おとな食堂

毎週水曜日午後5時から、地域のボランティアによる地域の人達のための「おとな食堂」を開催しております。料金は、どなたでも300円です。利用者の皆さんが美味しいと言って下さることが何よりの喜びであり励みになりますとボランティアの方々の言葉です。

その他の活動



「まちの相談室」、体力測定、転倒予防教室などのイベントを開催し地域の高齢者の皆さんが元気に安心して生活できるまちづくりを目指しています。

8月の暑い日にボランティアと職員とが一緒になって施設の周りの草取りをしていました。施設の環境整備とこれからのフレイル対策センターの事業を地域の人達と協力しながら大きく前進させてくれることを期待します。



草取り風景

次回区民ミーティング 区民ひろば千早：8月31日(土) 午前10時～12時

【えんがわ便り・区民ミーティングに関するお問合せは CSW担当：03-6685-9930】