

はちみつだより

98号

発行；足立区地域包括支援センター西新井本町
☎123-0845 東京都足立区西新井本町2-23-1
☎03-3856-6511 発行日；2026年1月8日

謹んで年頭のご挨拶を申し上げます

謹
賀
新
年



今年は十二支の7番目、『午（うま）年』です。本来馬は常に前進する動物です。後ろを振り返らずに、力強くまっすぐ前へと進むその姿は夢に向かって突き進む人の象徴とされているようです。また、馬はもともと神様の使いとして「願いを届ける存在」「福を運ぶ動物」とされたことに由来して、神社に「絵馬」が奉納されるようになったそうです。さらに戦国時代、馬は武士にとって勝利をもたらす存在であったことから、現代でも馬は「出世運」「勝負運」「商売繁盛」の象徴となっています。

昔から馬は人や荷物を運んだり、農耕を助けるなど様々な場面で人の役に立ってきました。人との付き合いが深く、縁起の良い動物とされています。特に、縁起の良い言葉として知られているのが「馬九行久」。「うまくいく」と読み、「万事うまくいく」「何事もうまくいく」という意味があります。

さて、日頃の皆様の多大なご理解とご協力に改めて感謝申し上げます。特に昨年は、地域の皆様の目覚ましいご活躍に、心強さを覚えた一年となりました。事業が発展する年、努力が実を結ぶ年ともいわれる午年にふさわしい一年となるよう、職員一同地域の皆様と共に手を携えながら、努めて参ります。

本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます

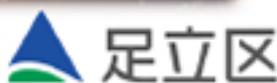
センター長 押部利枝



知ると分かる。すると変わる。



SDGs MODEL ADACHI



足立区



毎食、野菜を食べていますか？



野菜に含まれる栄養素は生活習慣病の予防に効果があると言われていています。1日に350g程度の野菜をバランスよく、3食に分けて摂ることをお勧めします。当センターの地域には、野菜をたっぷり使ったメニューを提供しているお店があります。本号では、絆のあんしん協力機関であり、11/30地域まるっとフェスタでは、マルシェ（物販）にご協力を頂きました「家庭料理ちさと」をご紹介します。ランチを中心に煮物やサラダなど、野菜を摂ってもらえるメニューの提供を心掛けているそうです。



家庭料理ちさと
西新井本町4-4-1

ホウカツ西新井本町に新しい仲間が増えました！ よろしくお願ひします！！

10月に入職した社会福祉士の堀内です。心地よい地域を皆様と一緒に作っていききたいです。



11月に入職した保健師の前川です。地域の皆様に寄り添い、少しでもお力になれるよう頑張ります。



ホウカツ行事 ご案内



出張相談窓口・はちみつカフェ以外は**事前予約制**です。掲載内容に変更が生じる場合がございます。参加を希望される方やご興味のある方は当センターまでお気軽にご連絡ください。

☎03-3856-6511

はちみつカフェ

1月26日（月） 2月24日（火）
3月23日（月）

いずれも14:30～16:00
会場；介護老人保健施設
レーベンハウス

もの忘れ相談

2月19日（木）
13:00～15:00

会場；介護老人保健施設
レーベンハウス

出張相談窓口

3月13日（金）
10:30～12:00

会場；西新井本町四丁目
アパート2集会室

ケアラズカフェ

1月21日（水）
14:00～15:30

会場；西新井本町
住区センター

本人ミーティング

2月24日（火）
13:30～14:30

会場；介護老人保健施設
レーベンハウス

地域をまるごと楽しみ、まるごとつながる！

地域 まるっと フェスタ

11月30日、多世代・多機関交流イベント「地域まるっとフェスタ」を介護老人保健施設むくげのいえで開催しました。町会や介護サービス事業者、医療機関や学生、地域の飲食店等のさまざまな分野から実施の協力を得て、スタッフも参加者も地域交流を「まるっ」と楽しめたイベントとなりました。



歩行チェック



輪投げ



伊勢屋
かま田

すずらん
ベーカリー

マルシェ



家庭料理
ちさと



Y&M



出張相談
窓口

介護予防
体操

血圧測定



ほしかぜ
Show

参加者の声

来場者Aさん (30代 女性)
パンと和菓子、カレーに焼き鳥、何を買おうか迷いました。動物のパンは子どもが喜んでいます。

来場者Bさん (65歳以上 女性)
小学生の歌と踊りで賑やかになって楽しい。衣装も素敵ね。

スタッフCさん (20代 女性)
たくさんの方の血圧を測る機会に恵まれて大変勉強になりました。

スタッフDさん (50代 女性)
高齢者施設に普段来場することのないような子連れファミリーや小学生が来場して多世代交流が図れました。

ご存じですか？足立区の認知症施策

認知症は全国的にも増加傾向ですが、足立区では高齢者の12～13%にあたる約21,000人が認知症であると言われています。

その状況を受け、これまでに下図のように様々な認知症施策が行われてきました。さらに“認知症になっても「やりたいこと」に挑戦する意欲を持つことができるまち、その家族等も安心して住み続けられるまち”の実現を目指し『足立区認知症とともにいつまでもこのまちで条例』の制定が令和8年4月頃に予定されています。

本人ミーティング

もの忘れ相談

初期集中支援・
アウトリーチ

あだちオレンジチェック
・オレンジサポート

認知症サポーター
養成講座

認知症カフェ

声掛け訓練

認知症サポーター養成講座の紹介



認知症サポーター養成講座は、認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを目的として行われています。

当センターでは、今年度は延べ7回、4カ所で講座を開催しました。

そのうち、西新井本町4丁目アパート自治会、絆のあんしん協力機関の山田電化ハウス、イトーヨーカドーアリオ西新井店から会場提供にご協力をいただきました。

直近3年間では…

栗原小学校、イトーヨーカドーアリオ西新井店、西新井本町4丁目アパート、山田電化ハウス、ほっとなつどい(自主グループ)、レーベンハウス等で延べ14回、約310人の地域住民の方に受講いただいています。

認知症について理解を深めるため、幅広い年代から多くの方々が参加されました。令和8年度にも開催を予定しておりますので、ぜひご参加ください。

