

# 新代田 あんしんすこやか だより

第 163 号

(発行元)

新代田あんしんすこやかセンター  
(新代田地域包括支援センター)  
住 所: 世田谷区羽根木 1-6-14  
電 話: 03-5355-3402



## 羽根木公園でいきいき講座を開催しました！

10月15日、ソフィアメディ訪問看護ステーション代田の武野 翔 氏（理学療法士）を講師にお招きし、『季節を感じて楽しく歩こう』を目的にいきいき講座を開催しました。

6月12日と6月26日に室内でいきいき講座を実施し、その応用として実際に羽根木公園内を歩きました。

歩く時のポイントを教えていただき、視線はなるべく前に、踵から足をつくように指導していただきました。北沢警察署の生活安全課の方を講師にお招きし、詐欺被害の注意喚起を行っていただきました。

参加者からは「いつまでも歩けるように頑張る」「さわやかな風の中、楽しく参加させていただきました」との感想をいただきました。

次回は、12月中旬頃、足のむくみケアをテーマに開催を予定しております。

新代田地区にお住いの65歳以上の方が対象になります。

詳細は新代田あんしんすこやかセンターにお問い合わせください。



# ハッピーハロウィン♪

## ハロウィンイベントに参加しました！



10月31日ポピンズナーサリースクール羽根木の3歳児・4歳児・5歳児の園児の皆さん、ハロウィンの仮装をして新代田まちづくりセンターに遊びに来てくれました。

ガイコツやポップコーンお化け、人魚姫やシンデレラなどのコスチュームを着て元気に挨拶をしてくれました。

新代田まちづくりセンター、新代田地区社会福祉協議会、新代田あんしんすこやかセンターの職員は、カボチャ、ミニオン、ガチャピン、カビゴンの着ぐるみで仮装し、かわいいお化けやプリンセスなどに、お菓子を配りました。

みんな、喜んでくれたかな???



## 区民センターまつりでブースを担当しました

10月19日に行われた、区民センターまつりにあんしんすこやかセンターの職員が参加しました。握力測定とクイズ・脳トレコーナーを担当し、当日は年齢問わず多くの方に参加していただきました。クイズは難しかったようで、全問正解した方はなかなか見られませんでした。最後にはラムネすくいに挑戦。お玉でラムネをたくさんゲットしていらっしゃいました。

また、乳児と高齢者の方が会話する姿も見られ、多世代交流にもつながりました。当日、ご来場いただきました方、誠にありがとうございました。



**新代田あんしんすこやかセンター**  
(新代田地域包括支援センター)

世田谷区羽根木1-6-14

電話：03-5355-3402  
FAX：03-3323-3523



あんしんすこやかセンターは、世田谷区から委託された身近な福祉の相談窓口です。秘密は厳守します。安心してご相談ください。

開設時間：午前8時30分～午後5時  
(日曜・祝祭日・12/29～1/3はお休み)