

令和 5 年度

絆のあんしん

ネットワーク

活動報告事例集

令和 6 年 7 月

足立区地域のちから推進部 絆づくり担当課



孤立ゼロプロジェクト



は じ め に

地域の課題解決に向けた各地域包括支援センターによる積極的な取り組みをこの活動報告で毎年度拝見させていただき、各センターがそれぞれの地域特性に応じ、絆のあんしん協力員・協力機関の皆様のお力添えを基に、工夫を凝らした活動をされていることに心より感謝を申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の位置付けが5類に移行となった令和5年度は、休止や停滞していた地域の様々な活動が徐々に再開されてきたものの、以前の状態に戻っていない状況でした。このような状況下においても多岐にわたる取り組みが各地域で実施されており、一人ひとりが少しずつ力を出し合い、互いに支え合いながら生きていける地域社会づくりの大きな柱となっていることは明らかなです。日頃から築かれた信頼関係や、根強いネットワーク、皆様方の日々のご努力によるものと改めて敬意を表します。

孤立ゼロプロジェクトの取り組みを開始してから10年が経過しました。区では本事業のキャラクターを一新するとともに事業PR動画を作成するなど、若い世代も含めて幅広く事業展開を進めてまいります。

この事例集には様々な活動の一端が掲載されていますが、引き続き有意義な活動事例をご紹介します。いくことで、活動への参加や、新たな活動を始めようとする方の参考となるようお役立ていただければ幸いです。

団塊世代がすべて後期高齢者となる2025年を間近に控え、今後も高齢者の皆様が、笑顔でより自分らしく、住み慣れた場所で安心の毎日を過ごすことができるよう、区内のさらなるネットワークの展開に期待しています。

令和6年7月1日

足立区長

近 藤 や よ い

事業概要

- ◆ 孤立ゼロプロジェクト～絆のあんしんネットワーク～とは・ 2

地域包括支援センター 活動報告

◆ 基幹	5
◆ あだち	6
◆ 伊興	7
◆ 入谷	8
◆ 扇	9
◆ 江北	10
◆ さの	11
◆ 鹿浜	12
◆ 新田	13
◆ 関原	14
◆ 千住西	15
◆ 千寿の郷	16
◆ 千住本町	17
◆ 中央本町	18
◆ 東和	19
◆ 中川	20
◆ 西綾瀬	21
◆ 西新井	22
◆ 西新井本町	23
◆ はなはた	24
◆ 一ツ家	25
◆ 日の出	26
◆ 保木間	27
◆ 本木関原	28
◆ 六月	29

目次

わがまちの孤立ゼロプロジェクト 活動報告

- ◆ 花畑団地自治会・ 31
- ◆ 都住谷在家団地自治会・ 31

資料編

- ◆ 令和5年度 絆のあんしんネットワーク連絡会実施一覧・ 33
- ◆ 孤立ゼロプロジェクト進捗状況・ 39
- ◆ 地域包括支援センター 担当圏域別人口・ 40
- ◆ 高齢者人口推移・ブロック別高齢化率推移・ 41
- ◆ 絆のあんしん協力員・協力機関登録数・ 42
- ◆ ふれあいサロン 一覧・ 43
- ◆ 地域包括支援センター担当地域別一覧・ 49

孤立ゼロプロジェクト～絆のあんしんネットワーク～とは？

このプロジェクトは、地域の方々や協力する機関がネットワークを組み、いくつになっても地域の人との交流があり、笑顔があふれる“お互いさまのまち”をみんなのちからで築いていく活動です。

プロジェクトでできるネットワークを「絆のあんしんネットワーク」と呼び、お互いに少しずつ“ちから”を出し合って無理のない範囲で助け合って生きていく緩やかなつながりを築きます。

その中で、高齢者に何か異変があった場合には、“地域のちから”で気づき、すぐに連絡できる体制を整えます。

気づく

- 孤立ゼロプロジェクトの調査による“気づき”
- 町会・自治会活動や民生・児童委員による“気づき”
- 絆のあんしん協力機関の事業活動時の“気づき”
- 絆のあんしん協力員の見守り、声かけ活動による“気づき”
- ご近所づきあいによる“気づき”

つなげる

地域包括支援センターが連絡を受けて個別の状況を把握

- 専門機関などの必要なサービスに“つなげる”
- 絆のあんしん協力員の見守りに“つなげる”



孤立ゼロプロジェクトの調査とは？

介護保険サービスを利用していない70歳以上の単身の世帯と75歳以上の方のみの世帯へ「世間話をする頻度」「困りごとの相談相手」などについて、町会・自治会、民生・児童委員のみなさんが、区の情報をもとに聴き取り調査を行います。調査の結果、孤立のおそれがあると判断された場合には、関係機関や必要な行政サービスにつなぎます。

『絆のあんしん協力員』とは？

困りごとの相談相手がいない方や地域で気になる方に対し、買い物のついでなどでちょっとした見守りや声かけをしていただく方です。『絆のあんしん協力員』については、お近くの地域包括支援センターへお問い合わせください。



居場所づくり 社会参加へ

年齢にかかわらず生きがいを持って
日々を送ることを目指します。

- ネットワークを活用した「地域のイベントや教室」「サロン活動」などの“居場所づくり”
- 自ら進んで「地域活動」などへの“社会参加”



町会・自治会
民生・児童委員

絆のあんしん
協力機関

絆のあんしん
協力員

地域包括
支援センター



寄り添う

- 町会・自治会の活動や、ご近所づきあいの中での声かけや見守りで“寄り添う”
- 絆のあんしん協力員が、「見守りや声かけ」「ちょっとした相談」などの話し相手となり“寄り添う”



見守りや声かけの対象者・サービス内容

- 対象者
65歳以上の一人暮らしまたは高齢者のみの世帯で、「絆のあんしん協力員」による見守りや声かけを希望される方
- サービス内容
ボランティアとして登録していただいた区内在住・在勤の方による見守りや声かけなどの活動を通じて、地域と関わるきっかけづくりを行う。
詳しい内容やご相談は、お近くの地域包括支援センター、または絆づくり担当課
(電話 03-3880-5184 FAX 03-3880-5603)へお問い合わせください。

地域包括支援センター 活動報告

次ページからは「絆のあんしんネットワーク」における地域包括支援センター、絆のあんしん協力員、絆のあんしん協力機関の活動について、各地域包括支援センターから提出された報告書をご紹介します。

報告書右上に記載した絆のあんしん協力員、絆のあんしん協力機関数は、令和6年6月1日現在のものです。

なお、報告書で紹介するふれあいサロンについては、巻末の資料編(43ページ)に詳細を記載しています。

本文中の名称は以下のとおり記載しています。

- ・ 地域包括支援センター → **ホウカツ**
- ・ 絆のあんしんネットワーク連絡会 → **連絡会**
- ・ 絆のあんしん協力員 → **協力員**
- ・ 絆のあんしん協力機関 → **協力機関**

基幹地域包括支援センター

協力員 79
協力機関 58

見守り活動に向けネットワークの横のつながりを強化！

「高齢者の孤立防止」をテーマに話し合いを行う中で、「見守り活動をしてみてはどうか」との意見が出され、実現するためにはまず、「協力員同士の横のつながりが必要」との声があがりました。そのための足がかりとして協力員同士での「まち歩き」を行い、地域全体のつながりを強化していくことになりました。

■協力員で「まち歩き」

5月25日（木）に地図を確認しながら5コースに分かれて歩き、普段気づかない史跡や地域の見どころを再確認できました。事前にコアメンバー会議を行い、楽しく歩けるようコース選定をしました。一緒に考え、歩くことで「交流できて良かった」との声もあがり、協力員同士の横のつながりの第一歩となりました。



まち歩きのコースを検討中



まち歩きの様子



まち歩きの集合写真



健康フェスタのコア会議

■みんなで楽しむ健康フェスタ～見守り×健康維持～

次の段階として、実際に見守る地域の住民とのつながりをつくるため、11月9日（木）に、「梅島住区センター」「ベルmont公園」にて、健康フェスタを開催しました。「見守り」の第一歩として協力員及び協力機関が地域の方へイベントチラシを配付、「顔の見える関係づくり」のために参加の声かけを行いました。当日は、協力員で結成したサロン「行けメンズと歩こう会」を中心にウォーキングを実施し、ベルmont公園内では公園管理者から植物のお話をうかがいました。その他、スポーツ推進委員による体力測定会、訪問看護師の健康相談、配食サービス試食会、ぱく増し（筋肉維持を目的に、たんぱく質を多く含む食品を普段の食事で増やす）の説明と豊富なメニュー。当日は38名の参加でした。

令和6年度は顔がつながった住民同士の見守り方法について、話し合っていきます。



公園ウォーキングの様子



体力測定会



配食サービスの試食会

地域包括支援センターあだち

協力員 44
協力機関 51

地域みんなで課題解決！「きずな」がつなぐ送迎支援

地域ケア会議で話し合った地域の課題を連絡会で報告し、地域の皆様と解決方法について意見交換を行っています。令和5年度のテーマの一つであった、孤立防止のための徒歩による付き添い送迎支援について話し合い、取り組みをスタートさせました。

■認知症の方を孤立させない地域を作る

6月22日（木）に「認知症のご夫婦を地域で支えていくために～地域でできること～」をテーマに連絡会を開催。孤立防止のためにサロンやハウカツのカフェに来てほしいが、一人で出歩くことができない方や家族の送迎が難しい方がいる課題に対し、「送迎支援」「認知症の方を地域で支えていくためにできること」を話し合いました。「町会のイベントを周知する」「認知症の理解を広める」「送迎支援に協力できる」など様々な意見が集まりました。連絡会の最後にキックオフミーティングへの参加を呼びかけました。



連絡会で意見交換

■送迎支援グループ「きずなちゃん」の創出

8月31日（木）にキックオフミーティングを開催し、4名の方が参加しました。カフェへの送迎支援を具体的に話し合い、「地域でできることがあれば手伝いたい」という思いから、送迎支援グループ「きずなちゃん」が誕生しました。送迎が必要な方がいれば、ハウカツからグループのメンバーに対応を相談する流れを作りました。



キックオフミーティング開催

■「きずなちゃん」の支援を受けて～ご家族より～

A様は「きずなちゃん」メンバーの送迎支援を受け、毎月ハウカツのカフェに参加しています。活動中は笑顔で参加し、その日のプログラムやおしゃべりを楽しんでいます。送迎支援を受けてからの様子をご家族にうかがうと、「口数が少ないほうですが友人がほしいという気持ちがあり、もっとおしゃべりをしたいと言っています。迎えに来てくれることで、本人、家族は安心感があり、外出の機会を得ることができています」と感想をいただきました。これからも、一人一人に寄り添える支援のあり方を地域の皆様と考えていきます。



家まで迎えに行き、一緒に歩いてカフェへまで付き添います。

地域包括支援センター伊興

協力員 32
協力機関 53

伊興ゆるつな（ゆるやかなつながり）活動宣言 ～孤への支援～

世代間交流や多世代交流イベントなどの行事を通して、お互いにあいさつし合い支え合う関係づくりを進めるとともに、地域住民によるネットワークの構築や強化を支援することで、地域全体のつながりが強まっています。

■ウォーキング自主グループ ～さざんか～

協力員が立ち上げた自主グループです。協力員の男性3名、女性4名計7名が伊興地域学習センターから舎人公園を中心にウォーキング活動を行っています。

ウォーキング以外にも、参加者が定期的に集まり、近況報告や近隣の公園に咲いている花の話などをして、楽しく過ごすことができる通いの場づくりを行っています。



ウォーキングの様子

■多世代交流イベント ～みんな de いこう～

協力員、友愛クラブ会長、自治会長、子育てサロン、教会、スポーツ推進委員、地域学習センター、社会福祉協議会、ハウカツ、女性活動支援団体などからなる「いこう地域多世代交流実行委員会」が主催して、令和5年11月4日に輪投げ、ヨーヨー釣り、野菜の直売、ボッチャ及びモルック体験会を大境公園で実施しました。今回は新しくキックボクシングジムが加わり、ミット打ち体験も行われました。当日は、子どもから高齢者まで幅広い年代の方々約200名が参加し大盛況でした。



いこう地域多世代交流実行委員会集合写真

■協力員の定期訪問を受けている方の感想

足立区に転入してきて、地域のことは右も左もわからず自宅で閉じ込めりがちに過ごしていましたが、ハウカツの定期訪問の際に、地域情報や行事を紹介してくれるので、行動範囲が徐々に拡大しています。

地域包括支援センター入谷

協力員 51
協力機関 30

連絡会で話し合った通いの場・集いの場・活躍できる場

地域に住んでいる誰もが顔の見える関係を作るために、令和5年度の連絡会では、年代・性別・育ってきた文化を問わずに何ができるかを、同じ町会同士でグループになり話し合いました。

連絡会では、新型コロナウイルス感染症が5類となり、数年ぶりに盆踊りやお祭りなどの行事が行えた年だったとグループ発表がありました。また、38名が参加した11月の連絡会では、祭りの他にも施設の駐車場を利用したマルシェや移動販売、子ども食堂、サロン、自主グループなどからの発表も行われました。

今回は、毎回連絡会に参加して、発表もしてくれた自主グループ「らくらく体操クラブ」と国際交流サロン「ふらっとメイメイ」を紹介します。

■らくらく体操クラブ

「みんなで元気アップ教室」から立ち上がった自主グループです。

協力機関「舎人あかしあ園（身体に障がいを持つ方が通う施設）」の場所をお借りして、令和5年7月から月に2回活動しています。

YouTubeの体操や脳トレをはじめ、参加者同士で介護予防の豆知識や区の耳寄り情報を共有し、「皆が主役」をテーマに活動しています。

■ふらっとメイメイ

舎人地域学習センターで行われている日本語教室「めいめい」から派生した国際交流サロンです。

プレ開催などを通じ、令和5年11月から正式にふれあいサロンに登録し、月に1回開催しています。外国の方、日本の方、友だちを作りたい方、おしゃべりしたい方、どなたでも大歓迎です。相談コーナーも設けています。

■地域の皆様に「知ってもらう」を目指して

地域で様々な催しや行事、居場所があっても知らない方がいるため、その情報の手に入れ方・広報のあり方について、連絡会でも課題の一つにあがりました。町会の掲示板の活用も一つだが、「見ない」「掲示板が少ないところもある」などの話がありました。

今後も情報を伝える手段を、地域の皆様と考えていきたいです。



連絡会の様子



自主グループ「らくらく体操クラブ」



国際交流サロン「ふらっとメイメイ」

地域包括支援センター扇

協力員 67
協力機関 50

“孤立”を防ごう！ 地域で見守りや多世代交流を行っています

地域課題でもある“孤立”を防ぐため、町会・自治会や協力員・協力機関の皆様と認知症や精神疾患の学習、地域の防災マップづくりなどに取り組みました。

また、“多世代交流まつり・扇フェスティバル”の開催や小学校での高齢者疑似体験を通し、多世代が地域を知ることのできる活動を行っています。

.....

■協力員・協力機関による見守り活動

扇地区のサロンでは、欠席した方へサロンスタッフから電話連絡し安否確認を行っているところが多く、心配な時はハウカツへ連絡をくださっています。

電話を受けた方からは「つながりを感じ安心できる」とのお声が多く、通いの場への参加の継続の手助けとなっています。

協力員が朝のあいさつ運動にて声かけした男性は、ハウカツを紹介されサービス利用につながりました。「声かけと後押しでハウカツへ相談できた。自分だけではできなかったよ」と感想がありました。



健康麻雀サロン『ぐらんぱ扇』の様子
大人数ですが欠席者を把握しています

■“扇フェスティバル”開催！

令和5年10月、協力機関そんぼの家S扇大橋にて、“多世代交流まつり・扇フェスティバル”を開催しました。協力機関・協力員、自主グループやサロン、西新井警察署や地域の企業など、多数の皆様のご協力をいただき実現しました。オープニングコンサートで華やかに開会し、150名以上の来場者で大にぎわいでした。小さいお子さんから高齢者まで多世代の方々がゲームや体操を通して交流でき、「また来年もやろう！」と地域の皆様からお声があがっています。



“扇フェスティバル”会場の様子
お天気も良く、多世代の方でにぎわいました

地域包括支援センター江北

協力員 27
協力機関 27

絆を深め、手を取り合える地域づくりを目指して

住民の方々と地域の社会資源との連携を深め、住みよい地域づくりを進めています。

■協力員の方に活動の様子をうかがいました。

協力員として実際に「よってカフェ江北(認知症カフェ)」で参加者の皆様とのやり取りや細かい作業のサポート、飲み物の準備などを手伝ってくださる鈴木てるい様、町側麻紀様にインタビューを行い、「よってカフェ江北」の活動についてうかがいました。

鈴木様「自身の弟が地域に助けられて生活しているため、私も地域のために何かお返しをしたいと活動を始めました。参加されている方がとても楽しそうで、和気あいあいとしている様子がうかがえます。もっとたくさんの方にカフェを知っていただき、参加してほしいです」

町側様「自分自身が地域に助けられて生活しているため、何かお手伝いできないかと考えた時に、協力員を知りました。楽しく参加させていただいています。これからもたくさんの方と知り合いになりたいと思います」

ボランティアや見守り自体を楽しみながら意欲的に活動されている様子が伝わるインタビューでした。



協力員の鈴木様(左)・町側様(右)

■地域の病院とも連携を進めています

8月の連絡会にて、東京女子医科大学附属足立医療センターの患者サポートセンター入退院支援看護師主任の桑田様を講師に、「病院における地域との連携」について学びました。

急性期病院として症状が重い患者の受け入れも多く、近所に住まれる方の軽い病気の対応が難しいこともある反面、退院に向けての調整には地域の方のご助力が必要な場合もあるとの説明を受け、皆様真剣に聞かれていました。

ホウカツ江北としても病院との連携をより一層強め、より良い地域連携の実現を目標に活動してまいります。



桑田様による講義



講義の様子

地域包括支援センターさの

協力員 43
協力機関 46

新型コロナウイルス感染症による行動制限の緩和、始まる多世代交流

長引く活動自粛により、各自治体では高齢者だけでなく各世代で活動中止を余儀なくされ、それにより地域の子どもと高齢者の交流の機会も減少してしまいました。しかし令和5年5月からようやく活動も再開しました。その中から、ハウカツさのエリアで始まった多世代交流の活動を紹介します。

■SOMPO流 子ども食堂

協力機関であるそんぽの家S北綾瀬にて、令和5年度よりSOMPO流子ども食堂が始まりました。入居者の方と地域の親子と一緒に昼食を食べ、簡単なレクリエーションを楽しんでいます。子どもたちには車椅子の移動など簡単な介助を手伝ってもらい、介護の仕事に興味を持つきっかけを作り、福祉に理解のある次世代の育成を目指しています。レクリエーションでは、足立東高校と交流し、吹奏楽部による演奏会なども行われました。

ハウカツは今後も、地域でボランティア活動を行いたい方とSOMPO流子ども食堂とのマッチングを行い、交流の輪を広げていきたいと思っています。



参加者で簡単なモノ作りを行いました！



多世代で楽しく交流！

■辰沼サマーフェスティバル

辰沼町会の盆踊りがサマーフェスティバルと名前を変え、令和5年7月29日（土）数年ぶりに開催されました。会場となった辰沼公園では、町会長をはじめ、役員の方が、わがまちの孤立ゼロプロジェクトのベストを着用し活躍されていました。若い方や子どもの参加者も多く、活気にあふれていました。民生児童委員の相談コーナーが設けられ、冷たい飲み物の配布があり、参加者も立ち寄りやすい雰囲気でした。暑い最中の開催でもあり、事前に町会長から絆づくり担当課に要望があった熱中症予防うちわが参加者に配布されました。

今後も地域の多世代の方が参加されるイベントにはハウカツも積極的に参加し、さらなるネットワーク構築を目指します。



サマーフェスティバルの様子

地域包括支援センター鹿浜

協力員 46
協力機関 30

～安心して暮らせる地域を目指して～

■消費者被害防止について学びました！

令和5年度の連絡会は全4回、「消費者被害及び情報選択の必要性について理解する」をテーマとして開催しました。5月には消費者センターの講義、9月と10月のスマホ教室では情報取得機器の活用方法について学び、令和6年1月には、悪質商法被害防止にまつわる寄席を開催しました。

日ごろのつながりによって早期に被害に気づくことや、消費者被害から身を守るためのネットワークが重要だと分かりました。



講義の様子



スマホ教室にて積極的に質問されています



悪質商法被害防止に役立つ初笑い！

■幅広い世代の協力員を募集

令和5年5月より足立区都市農業公園と協力して、普段ハウカツに来られない方に向けた出張相談窓口を開催しています。令和5年度は2～3か月おきに4回実施しました。

西新井警察署のふれあいポリスや地元企業へお声かけをし、様々なブースを出店していただきました。連絡会でも「次世代の担い手の発掘」が地域の課題としてあがっているため、協力員の活動を知ってもらうきっかけとして、ブースの一角にDVDプレーヤーを設置して、常時視聴できる工夫をしました。足を止めて映像を見てくださる方もいて、良い周知活動となりました。



足立区都市農業公園 出張相談窓口にて

地域包括支援センター新田

協力員 28
協力機関 37

地域とのつながりを深め住みやすいまちづくりを！

～サロン・通いの場の紹介～

令和5年度から受託法人変更に伴いハウカツの職員も一新したため、まずは地域の方々との交流を深める所から始めました。多くの場に足を運び地域の特性を知り、職員の顔を覚えていただくことが目標です。

■すまいるキッチン

スマイルリンクによる食材提供を通して、地域とのつながりや心地よい暮らしを目指す、「すまいるキッチン」という取り組みが行われており、新田町会会館で月1回、子どもから高齢者まで一緒に食事を作って食べ、交流を図っています。

また、ごはんDeスマイル（フードパントリー）も月1回実施し、食材や日用品の無償提供をしています。



すまいるキッチン

■虹の会

高齢者が集まって食事をする場を設けたいという思いから、前半は講義やレクリエーション、後半は食事会（食事代300円）の催しを江南住区センターで毎月第3金曜日に開催しています。参加者の大半は一人暮らしの高齢者のため、大勢で食べる食事に笑みがこぼれます。



手作りの食事が大好評

■カフェみやぎ1

宮城第二団地の集会室で行われているお茶のみとおしゃべりの会です。毎月、体操やレクリエーション、歌のコンサートなどのイベントを通して交流を図っています。7月はハウカツより足立区の高齢者サービスについてお話をさせていただきました。



4年ぶりの開催でにぎわう

■さくら草の会

宮城第三団地集会所で2ヶ月に1回、お茶のみやおしゃべり、体操をしています。6月はハウカツより介護保険制度についての勉強会をさせていただきました。



「介護保険制度を知って安心した」との声

地域包括支援センター関原

協力員 117

協力機関 58

「ご近所の力」ひろげたい ～梅田本町自治会女性部との連携～

ホウカツ関原では二つの町会・自治会が行う高齢者の訪問見守り活動に同行しており、令和6年から新たに梅田本町自治会の「高齢者見守り訪問」の同行をスタートさせました！

■梅田本町自治会 女性部による【高齢者見守り訪問】

「高齢者見守り訪問」は女性部が令和2年から行っています。年2回、女性部の5名のメンバーが、一人暮らしの高齢者約40名の方のお宅を訪問しています。女性部のメンバーからは「初めは『来なくていいよ』と断られてしまったけど、訪問するうちに笑顔であいさつをしてくれるようになった」と継続して訪問することの大切さについてお話しがありました。

■ホウカツも一緒に！

見守り訪問をきっかけに、ホウカツが同行訪問することになりました。「ホウカツに相談に乗ってもらいたいが、本人が相談を望んでいないかもしれない、自分たちが伝えていいのか？」「高齢者は相談したくてもどこに行ったらいいか？ちゃんと聞いてもらえるか？など不安に感じている」など、見守り活動を行う活動者からホウカツに相談があり、一緒に訪問すれば解決できるのではないかとスタートしました。



地域情報をみんなで共有

■同行訪問をきっかけに相談支援につながった

訪問対象の方の中にホウカツが気にかけていた方もおり、心配だった方が訪問先でホウカツの相談支援につながりました。また、これまで相談につながらなかった方が、自治会の方と一緒に訪問したことで、スムーズにつながることもありました。

女性部長さんから「自治会に入っていないでもいいなくても、まずはあいさつをしてみる、公園でよく見かける人に声をかけてみるのが一歩だと思います。そういったことで地域のつながる力を感じます。高齢者はホウカツまで行って相談するのも勇気がいるので、職員の方から丁寧に声をかけて欲しい」との言葉がありました。地域を知る自治会とホウカツの連携は業務に不可欠です。今後も自治会との顔の見える連携を目指します。



女性部の皆様と

地域包括支援センター千住西

協力員 44
協力機関 46

「人生100年時代の暮らし方」元気で長生きのひみつ！実践プラン2023

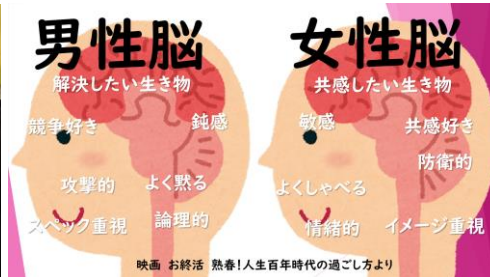
- (1) 人とのつながりがとても大切。孤立を防ぐ！自ら行動し一歩を踏み出す。
(2) 男性ももっと参加してほしい！活動を自分の喜びに。「楽しく、人のために！」
千住西では上記二つをキャッチフレーズに活動しました。

令和5年5月26日（金）連絡会

年を重ねてからの人とのつきあいかた～夫・妻・子・孫の取り扱い説明書～



地域課題をふまえて
グループワークがすすむ



映画 お終活 熱春！人生百年時代の過ごし方より



協力員の池渕様
もっとホウカツPRが必要

6名×3グループに分かれ、大谷翔平も活用している「9マス思考」にチャレンジしました。その結果、①災害に備えたい ②町会同士の交流をしたい ③ホウカツをよく知りたいという3つの要望があがり、次回のテーマが決定しました。

令和5年7月27日（木）連絡会

まだまだ知らない人が多い。ホウカツを最大限に活用する！！



センター長の講義

話し合い

9マス思考

グループ発表

センター長がホウカツ創設の流れと、数々の事業について講義。そして、協力員・協力機関は、①ホウカツ、ここがいい！②ホウカツ、ここをもっと！を議論しました。

その結果、「男性も女性も楽しめる！地域資源マップづくりをやってみよう」へと発展しました。地域住民の皆様が自主的に「ここにこんなものがあるよ！」と地域資源を探し出し、9/28の連絡会では地域資源マップの作成、11/22, 1/24の連絡会では地域資源リスト作成へと進みました。

あんしんネットワーク活動

歴史&防災 千住ウォーカー

5月23日（火）千住一丁目・二丁目編

11月28日（火）北千住駅 東口編

民生・児童委員さんとの学習・交流会

12月5日（火）どんとこい！人生100年時代

令和5年新規登録の協力機関⇒ヤオシチ、SOMPOケア足立、布川医院

「どんとこい！人生100年時代」実践プラン2024へと続きます。



民生・児童委員二十二名
事例を用いて検討

地域包括支援センター千寿の郷

協力員 28
協力機関 30

■地域の見回り隊結成！

◇令和5年11月より、協力員でもある柳原東町会長と、民生・児童委員さんを中心に「柳原歩こう会」がスタートしました。

＜きっかけは？＞連絡会や地域の体操教室での会話で、「地域のパトロールに人が集まらなくてさ」「現代の特殊詐欺は、夜ではなく昼間に行われているよね」「地域の全員と顔見知りになりたい」という意見をつなぎ合わせたところから始まりました。

＜誰を誘うか？＞いろいろな意見が出ましたが、地域の高齢者に呼びかけることになりました。「地域の高齢者が運動するきっかけにもなり、地域の見守り活動にもつながり、住民同士も顔見知りになり、一石二鳥どころか三鳥にも四鳥にもなるね」そんな意見が中心でした。

＜いざ出発！＞「取り壊しが進んでいますね」この地区は、立ち退きで再開発が進んでいます。「ここは耐震工事の建て替えで…」変わりゆく柳原の姿を見つめ、いろいろな思いが浮かぶようです。

＜突撃！声かけ訓練＞⇒Aさん独居男性（82歳）。

隊員：Aさん！お久しぶり。最近太極拳体操でも見かけないけど元気？

Aさん：やー久しぶり、元気だよ。みんな同じ格好で何しているの？

隊員：地域をパトロールしているのよ。今時物騒でしょ？

Aさんも歩こうよ。

Aさん：俺もいいの？じゃ、次回から。

隊員：今でしょ！？（笑）

＜参加者の感想＞

Aさん：最初は不安だったけど、ゆっくりだし、歩けた。みんなまで歩いて楽しかった。

Bさん：みんな顔見知りが多くて驚いた。私も知り合いになりたい。

民生・児童委員のCさん：みんなで体操することも大事なと思う。

＜ハウカツより＞

白内障の手術を予定しているAさんは、梅の花を眺めながら、「桜の花は見えるようになるよな」とつぶやき、他の参加者から「早く治しちゃえよ！」と背中をたたかれていました。



いざ、出発！



会話も弾みます



また一緒に見ましょう！

「柳原歩こう会」活動日

日時：

毎月第2、第4土曜日

10時～（雨天中止）

集合場所：

ハウカツ千寿の郷1階

持ち物：

タオル、水分補給

地域包括支援センター千住本町

協力員 23
協力機関 45

仲町の家 見学ツアー開催！

令和5年10月仲町の家見学ツアーを開催しました。仲町の家はアートを通じた新たなコミュニケーション（縁）を生み出すことを目指す市民参加型の活動をしている「音まち千住の縁」が運営している日本家屋です。



■多世代で楽しめる居場所や、やってみたい活動などについて話し合う

令和5年度は連絡会の中で、音まち千住の縁のディレクターにも加わっていただき、「多世代でつながる・楽しめる居場所」「これからやってみたい活動」の情報交換を行いました。その中で、ぜひ仲町の家を見学してみたいと要望があがり、見学ツアーを企画しました。

■仲町の家は様々なイベントが開催されていて多世代の方が参加している

見学ツアーを行った日は、東京藝術大学の学生による作品の展示のイベントも開催されていて、参加者の皆様からは、「作品を創作した学生と交流ができて大変楽しかった」と感想をいただきました。



■自主グループ活動を、多世代が参加・参画できるものに発展させていく

地域で活躍している友愛クラブの代表に活動を報告していただきました。モルック※を通して見守り活動もしており、お互いに顔が見える関係がつくれています。その反面、世代を超えた活動まで発展しないという課題も見えてきました。

今後、仲町の家のような多世代が参加できる活動に発展させていくことが重要だと認識できました。※木の棒を投げて数字の書かれた木の棒を倒し、点数を競うゲーム

地域包括支援センター中央本町

協力員 92
協力機関 39

身近でゆるやかな「見守り」 できることから始める「支え合い」

何か特別なことではなく日常の中で身近なことや、できることから支え合いを大切に、地域で活動している皆様のご協力を得ながら、支援の輪を広げて行きたいと思っております。

■住民同士のつながりを大切にしています。

青井六丁目アパート自治会では住民の高齢化により、ゴミ出しや買物ができないなどの困り事があり、協力員を中心に住民のお話を傾聴しつつ、相談に乗っています。新しく団地に入居される住民の方との関係もよく、各世代の交流も活発で、ゴミ出しや自分の買物ついでに一緒に買ってきてあげるなど、できる人が無理のない範囲で協力し支え合っています。

また、近年増加している「孤立死」を受けて、住人同士の見守り合い、声のかけ合いの強化が図られたことにより、落書き、いたずらの防止や、防犯にもつながっているとのこと。その他の自治会でも同様な支援が行われているところもあり、今後活動の幅が広がることが期待されます。



青井六丁目アパート自治会長
で協力員でもある
大熊 様

■地域づくりを考える連絡会

「高齢者への声かけなどの際、耳の遠い方とのコミュニケーションが難しいこともあり、近隣でトラブルや困り事の相談を受ける」との話から、耳の衰えと認知症のつながりをテーマに、2月28日開催の連絡会で情報共有しました。講義では、認知症と聴こえの専門家として大内病院の首藤仁子先生と足立区障がい福祉センターあしすとと言語聴覚士の天野京子氏に、聴こえの衰えの予防法や地域での対策などを中心にお話いただきました。グループワークでは、周囲にいる難聴の方や耳の聴こえについての



足立区障がい福祉センター あしすと
天野 京子氏 講義時の様子

の具体的な事例の意見交換が活発に行われました。参加者からは「勉強になった」「耳元で大きな声を出すのはかえってよくないとは知らなかった」「億劫がらずにゆっくり口の形を見せながら話すようにしてみたい」など感想をいただきました。また足立区障がい福祉センターあしすとでは、希望があれば聴こえの相談会を出張で行うとのことで、今後の声かけ活動を活発にするためにも、相談会の活用をしていく予定です。

地域包括支援センター東和

協力員 35
協力機関 50

多世代交流をめざして ～老若男女を問わない地域で育む絆へ～

「ハウカツを全地域住民に知ってもらおう！」と題して、令和3年度より様々な活動に取り組んできましたが、更に高齢者だけではなく、老若男女を問わない地域づくりを目指して活動を行いました。

■みらいカフェ

令和5年度、協力機関に登録し、交流の場所を提供されている「福祉のみらい」を会場に、茶話会や縁日、脳トレ体操や家族介護者教室が月1回開催されています。縁日にはインスタグラムを通じて情報を得た親子連れも多数参加し、協力員による読み聞かせやチャイティー*講座も開催され、多世代での交流が行われています。※スパイスを加えて作るインド式のミルクティー。



■健康フェスタ in イトーヨーカ堂 綾瀬店

同じく令和5年度協力機関として活動を始めたイトーヨーカ堂綾瀬店で、令和5年10月10日（火）に開催された健康フェスタにハウカツも企画の段階から参加しました。

ぱく増し推進の栄養相談、ハウカツによる出張相談、イトーヨーカ堂社員とハウカツによる認知症予防運動、株式会社ヤマシタによる歩行解析と、健康や介護に特化したイベントとなり、家族連れなど年齢を問わず100名を超える参加者や来店者の方々に、ハウカツを周知できるよい機会となりました。



■東綾瀬地域美化応援隊

令和5年11月8日（水）、かねてより連絡会にて検討を重ねてきた自主グループが発足しました。東綾瀬小学校近隣にて、児童の下校の見守りもかねて美化清掃活動を月1回実施しています。現在の参加者は協力機関や介護事業所ですが、自治会や近隣住民などへ声かけをして、多世代が参加する美化活動にすることが目標です！

■普賢寺住宅いきいき講座

コロナ禍で中断していた自治会の集会在ようやく再開し、新たにいきいき講座としてハウカツによる「まちなか相談室」を開催しました。初回はゆるやかなサポート講座を実施し、集いの場の大切さや笑いが身体を活性化させることを伝えました。今後は自治会の方たち主催の「まちなか相談室」を開催し、フォローをしていきます。

地域包括支援センター中川

協力員 33

協力機関 39

地域資源の活用～有事の際にも情報共有・助け合いできる地域づくり～

令和5年度は前年度に作成した中川圏域資源リストや資源マップをもとに、「身の回りの地域資源の理解と活用方法を検討する」というテーマで1年間取り組みました。資源マップの活用方法や改善点、検証の必要性など日々の見守り活動に活かせる取り組みについて検討しました。

■「中川・防災まち歩き」

連絡会の中で、「資源マップを参考にモデルコースを作り、実際に歩いてみるのはいかがでしょうか」との意見があがりました。中川・大谷田・東和の各地域の資源を取り入れ散歩やウォーキング、お花見、防災など様々なテーマでのモデルコースを作成しました。その中から「防災」をテーマにした中川コースを選定し協力員が中心となりコースの下見をしたり、消防団や水道局など様々な機関と連携を取ったりなどの準備を行いました。

当日は30名弱の方が参加し、モデルコースを歩いて検証をしながら身近な場所での防災情報を共有しました。川のそばである事や木造住宅密集地域である事など災害リスクの高い地域だからこそ、普段から地域のつながりを強化する必要性を皆様で確認することができました。



皆様真剣にガイド役を務める協力員の話を聞いています



大谷田南公園で集合写真

■協力機関レコードブック北綾瀬店

レコードブック北綾瀬店は東和四丁目にあるデイサービス事業所です。フレイル予防や閉じ込めりがちな高齢者の方が外に出るきっかけづくりのために、日々活動されています。令和5年度からはデイサービス事業所の特徴を活かし、ハウカツが行う介護予防教室やスマホ教室の講師として活躍中です。



レコードブックの
石田様（左）と佐久間様（右）

地域包括支援センター西綾瀬

協力員 40
協力機関 31

令和5年度は「元気はあいさつから、心の扉を開くまち」を

スローガンに活動しました

令和4年度の連絡会にて、「困ったときはお互い様の雰囲気を地域で作るにはどうすれば良いのか」「高齢者はなぜ家族を頼らないのか」というテーマで話し合い、令和5年度の活動のスローガンを決めました。

令和5年度の連絡会では、心の孤立（家族と暮らしていても心が孤立している）を抱える高齢者がいるという発見がありました。

そこから、誰もが気軽に参加できる「自分たちから“つながる”ための会」が発足し、現在も活動を継続しています。

■HOSHIIMO GYM（ほしいも じむ）

月・水・金 17:00～18:00

西綾瀬在宅サービスセンターデイサービス室内のトレーニングマシンを活用した会が発足しました。地域の仲間と楽しくゆったり体操や、体力づくりを行っています。HOSHIIMO GYMの由来は、知り合いの芋農家が、高血圧や冷え症に効果のある干し芋を提供してくださり、時々それを食べながら活動しているからです。ご興味ある方はハウカツまでお声がけください。



■GG会（じーじーかい）

誰もが気軽に集まれる会を継続しています。GG会で顔見知りになりませんか？



● 将棋・囲碁

毎週土曜日

14:00～16:00

※第4土曜日のみ 15:15～

● とにかく顔を合わす会

第2・第4木曜日

14:00～16:00

自由にお話などを楽しめる茶話会です。

地域包括支援センター西新井

協力員 63

協力機関 63

「身近な支え手の存在が幸せを作る町 西新井・栗原地域」を目指して！

令和5年度は、地域での様々な問題に対する地域セーフティネットについて検討し、その問題を埋めていくには見守りが重要であると考えました。地域で安心して生活するために、地域の皆様と西新井・栗原地域に合った見守り活動を行っていきます。

■出張ホウカツ

新たな相談場所を増やしながら、地域の方にPR活動をしています。



信用金庫



西新井多世代交流まつり



病院

■多世代交流祭り開催

令和5年度は新西新井公園にて、西新井多世代交流祭りを初開催しました！！



認知症疾患センター



病院



福祉用具

■「そうG」見守られながら、見守る！

「そうG」は男の居場所づくりとして始めた清掃活動団体です。協力員に登録していただき、地域の清掃活動や町会のお祭りなどに参加して、見守られながら見守り活動をしています。



お祭りの誘導をする「そうG」

■連絡会

東京都水道局足立営業所の担当者より、災害時給水ステーションについて説明していただき、実際に諏訪木東公園の設備を見学に行きました。

ここに行けば、震災時の飲み水を確保できることを知り、安心すると共に、地域の方にもっと広めていこうと話しました。



諏訪木東公園の応急給水槽前で集合写真

地域包括支援センター西新井本町

協力員	24
協力機関	37

『多世代がつながるまち』へ一歩、二歩前進！

令和5年度は長く続いた新型コロナウイルスの脅威も和らぎ、各町会・自治会において、地域行事が再開され、活気を取り戻してきた一年でした。当センターでは『多世代のつながり』を大きなテーマに、連絡会で意見交換や検討を重ね、地域の方々と課題解決に向けて、一緒に取り組んできました。

■エリア内教育機関との連携

令和5年10月、栗原小学校の4年生に認知症サポーター養成講座を行いました。子どもたちは、「認知症になったら、どのような気持ちになると思いますか？」「どのように接して欲しいと思いますか？」などの問いかけに対して、思いやりのある意見をたくさん発表してくれました。

公開授業期間の開催だったため、保護者の方にも講座の様子をご覧いただき、ハウカツの活動について知っていただく良い機会となったと思っています。



問いかけに多くの手が挙がりました

野口協力員が
ポスター用に描いたイラスト

■小学生から高齢者まで多様な世代でクリーン大作戦

多世代が交流を楽しめる場づくりを目的に、令和5年8月より打合せを開始しました。自治会長や町会役員、協力員などの有志が集まり、子どもから高齢者までが共に楽しめることは何か、働き世代や子育て世代にはどのように働きかけるかなどについて話し合いを重ねて来ました。

ゴミ拾いなら年代を問わずに皆で同じ作業ができるのではないかと意見があがり、まずは1月28日（日）に「みんなでクリーン大作戦」を開催しました。

それに向けて、絵を描くことが得意な協力員よりイラストを提供いただき、ポスターやチラシを作成して、小中学校に配布したり、町会や自治会の掲示板を活用したりして、広く参加を呼びかけました。

当日は、小学生と中学生が4名ずつの他、各年代から計29名（ハウカツ職員を除く）が参加し、ゴミ拾い作業を通して、多世代がにぎやかに交流する様子が見られました。



自治会長による説明の様子

地域包括支援センターはなはた

協力員 23
協力機関 26

協力員・協力機関による主体的な取り組み

令和5年度もネットワーク関係者による様々な活動が行われています。今回は協力員や協力機関の主体的な取り組みを二事例紹介します。

■協力員の皆様が企画した「花畑ツアー」

令和5年8月の連絡会において「はなはたで何ができるか考えよう！」というテーマでグループワークを行った結果、「花畑ツアー」と称した地域資源の見学会を実施することになりました。令和4年度も同様の見学会を行っていますが、今回は協力員数名が主体となり打ち合わせの機会を設け、見学場所や経路、実施日時などを企画してもらいました。参加者はネットワーク関係者から募り、当日は11名が参加し、レコードブック花畑（協力機関）、ひだまりしゅしゅ花畑（協力機関）、文教大学を見学しました。レコードブック花畑では、高機能振動マシンや脳トレのエクササイズを体験し、文教大学では学生に図書館や講堂などを案内してもらい、食堂（一般利用可）で解散しました。

参加者からは「レコードブック花畑の雰囲気がよくわかった」「今後は大学の図書館や食堂を利用したいと思った」などの声が聞かれました。また、令和6年1月には「花畑ツアー第2弾」として特別養護老人ホーム2箇所の見学会も行いました。



高機能振動を体験しました



大学構内を案内してもらいました

■地域みんなが参加！「可愛い仮装をした子どもたちの花畑クリーンパレード」

ひだまりしゅしゅ花畑が、環境活動基金を活用した親子で参加するハロウィンイベントを企画しました。基幹ホウカツやホウカツ保木間、花畑地域学習センター、ネットワーク関係者などによる見守りの下で、保護者が付き添いながら小学生20名がハロウィンの仮装をして、約1.3kmの歩道のゴミ拾いを行いました。スタート地点のレコードブック花畑に仮装姿で集合し、開始前に紙芝居でゴミの分別について学習しました。道中にある特別養護老人ホームの足立新生苑、日介ケアセンター花畑の利用者を慰問し、収集したゴミを分別しました。その後ハロウィンのお菓子や花の種を受取り、子どもたちも大喜びでした。



仮装姿でゴミ拾いをしました

地域包括支援センター一ツ家

協力員 41
協力機関 53

生活支援のしくみづくりを目指して

ハウカツでは介護保険ではカバーできない高齢者のニーズに対応できる生活支援のしくみづくりのため、協力機関・協力員と連携して活動しています。

■ふれあいサロンへの同行と見守り

「ふれあいサロン金曜ポール」は高齢者の誘い出しや活動中の見守りなどをメンバー全員で行うことを目指したポールウォーキングのグループです。

令和5年度は、新たに協力員の福田様も誘い出し活動を開始しました。金曜の朝、一人では参加することが難しい方の自宅に寄って声をかけ、公園まで一緒に歩き、サロンメンバーにバトンタッチしています。「一緒に歩くくらいなら」と引き受けていただきましたが、活動するうちに「お水持っていない？帽子被らないと寒くないかしら？」と協力員ならではの細やかな気づかいをしてくれています。一人では活動日を忘れてしまうことがあるご本人も、地域で運動のできる場に通うことができ、ウォーキングを楽しんでいます。



お天気の中おしゃべりしながらポールウォーキング



電灯の修理・交換、鍵の修理をする新里様。長年の悩みを解消できました！



優しい笑顔の福田協力員

■ちょこっとサポートモデル事業～新たな支えあいのしくみ「世話人制度」～

協力機関ダイオーズOSC城北の代表の新里様には、物の修理ができる特技があります。令和5年度より、あいあいサービスセンターとも連携して「ちょこっとサポート」の世話人となり、地域の高齢者から直接相談を受け、電球交換、電灯、傘、エアコン、リモコン修理などに応じました。利用した高齢者からは「その日に来てくれて助かった」「400円の報酬では申し訳ないけどありがたかった」との声が聞かれました。今後は活動の周知とともに、新里様以外の担い手も増やしていきたいと考えています。

地域包括支援センター日の出

協力員 28
協力機関 23

見守り活動を行うための地域の情報を知ろう！

地域で見守り活動をしている協力員、協力機関、民生・児童委員、町会・自治会長の方々が、地域の情報を知ること、今後の見守り活動の困り事が軽減できるよう、連絡会で講義やグループワークを行いました。

■高齢者に多い詐欺被害について

最近、ホウカツ日の出エリアで急増している詐欺被害について、事例を紹介しながら、詐欺の手口や、相談先、解決方法について学びました。

初回は消費生活センターに依頼し講義を開催。2回目は足立成和信用金庫旭町支店長や地域のコンビニ店長より詐欺の実情を話していただきました。

グループワークでは、「もっといろいろな人に知って欲しい」「これから詐欺も気かけながら見守り活動をしていきたい」などの意見があり、地域課題の共有ができました。



消費者センターの講義の様子

■コロナ禍でも活動していた地域の実情を知ろう

ホウカツ日の出のエリアではコロナ禍に立ち上がった自主グループが複数ありました。3年間の自粛の間、なかなか対面での活動ができませんでしたが、新型コロナウイルス感染症が5類に移行した事により、少しずつ活動も再開。そこで地域の自主グループと住区センターでの活動を紹介しました。

グループワークでは知らなかった地域の情報を知ること、「心配な方に紹介したい」「身近な施設で行われている事を初めて知った」「若い方にも知って欲しい」などの意見があり、今後の見守り活動のために、有効な情報提供をすることができました。



自主グループの活動の共有

地域包括支援センター保木間

協力員 55
協力機関 45

ひろげよう・つなげよう 保木間の和

～初めてから継続へ向けて～

新型コロナウイルス感染症が5類に移行した今もなお、ひきこもりや社会的孤立が増えている現状があります。様々な方々が活躍し、助け合い・見守りができる地域を目指しています。

■協力員の方の声を元に！

協力員からは「もっと活躍したい、協力したい」との声を常々いただいております。協力員の方々と交流の機会を設けたいと考え、今回初めて協力員のつどいを開催する事になりました。

「こんなボランティア活動があったら参加したい」「これが得意なのでこんな事ができます」「こんなサークルやグループがあったらいいな」といった、直接の声が聞けただけでなく、協力員同士の顔の見える関係づくりもできた良い機会となりました。



つどいの様子

■第1回 健康ふえすた 開催！

総合スポーツセンターの体育室にて3月に「健康ふえすた」を開催しました。保木間地区の方々の交流のきっかけづくりになればと思い、開催に至りました。東京足立病院・内山院長から「快眠講座～睡眠は健康の第一歩～」と題して講義いただき、睡眠の質の改善や大切さなどを知ることができました。

健康体操では、レコードブック六町（協力機関）の職員から自宅でも座ってできる体操を教えてください、参加者全員で実際に体操を行いました。複雑な動きにも挑戦し、楽しまれている方が多くいらっしゃいました。

そのほか、東京足立病院の栄養士、地域の薬局、福祉用具事業所の方々の協力で相談会が行われ、参加者からは「タンパク質の重要性を理解しました」「自分の飲んでいる薬でも知らない事がありました」「実際に触って体験でき参考にできた」などの声を聞くことができました。権利擁護センターあだちの方には老い支度相談や、サロン・自主グループの紹介などを展示いただき、参加者に「身体」「今後の事」「地域活動」などを知っていただく良い機会となりました。



体操を行っている様子

■新たな自主グループ結成！

様々なサロン・自主グループが続々と誕生しています。

地域包括支援センター本木関原

協力員 63
協力機関 40

協力機関の紹介 ～更生施設 本木荘様の活動について～

地域の方々への施設の周知と地域貢献を行いたいという思いから、見守り活動、交流を積極的に行っています。

毎月第2火曜日は施設内食堂のおいしい食事を地域高齢者へ提供する「本木荘ランチ会」が開催されています。日頃、一人で食事しているの方々にとって楽しみなひとときとなっています。令和5年度は秋祭りや節分イベントを誰でも気軽に参加できるような形式で実施し、地域住民と楽しい交流ができました。地域の男性を本



木荘イベントに誘うと、毎回参加することが楽しみになり、職員さんとも顔見知りになりました。

また、本木荘職員さん向けに認知症サポーター養成講座を開催し、「認知症の方への対応など再確認することができました」との感想をいただきました。



本木荘ランチ会



更生施設 本木荘 関原1-4-29 03-3848-1077

本木荘ランチ会 第二火曜日 11:30～13:00 参加費 350円

協力員の紹介 ～毎週サロンでの見守り～

協力員の斎藤様、平間様、宮入様は、ふれあいサロンの世話人です。体操、麻雀、囲碁、将棋ができる「本木・関原 健康サロン」は隔週で開催していましたが、「毎週やってほしい！」と多くの参加者からの声があり、毎週開催となりました。

日頃より地域の見守り活動、ハウカツとの情報共有を行いながら、心配な方・気になる方への積極的な声かけをしてくださっており、誰でも気軽に参加できるサロンとなっています。

開催中に体調を崩した方も、素早く救急の連絡をしたことで、大事には至りませんでした。女性や本木関原地域を超えて参加する方も増えており、天候が悪くてもサロンを楽しみに参加している方も大勢おられます。



サロンの様子



斎藤様・平間様・宮入様

本木・関原健康サロン 関原1丁目コミュニティホール
毎週月曜日 12:30～16:00 参加費100円

地域包括支援センター六月

協力員 36
協力機関 36

最先端のフレイル※予防！ ※ 加齢により、筋力や心身の状態が低下し、衰弱した状態

近年、外出自粛の傾向からフレイル予防の必要性が一層重要視され、ハウカツとしてどのように活動し地域に働きかけていくべきか検討し、以下の活動を行いました。

■モルックサロンが誕生しました

ハウカツから地域住民や協力員の方に声を掛け、モルックを行うサロンがスタートしました。

モルックとは、並べて置いてある番号付きの棒（スキttl）に、モルックと呼ばれる棒を投げて倒すゲームです。50点ピッタリで得点したチームが勝ちとなります。

運動になるだけでなく、点数を計算することで脳トレにもなります。更に、集まった方々が会話を交わし、笑顔が生まれることが、このサロンの醍醐味です。ハウカツでは最先端のフレイル予防と自負しています。時々、近所の子どもたちも混ざって遊ぶなど、世代を超えた地域共生社会の集いの場として可能性を感じています。



モルックの様子

開催日時	第1火曜日10時～11時
開催場所	島六ふれあい公園
参加費	無料
連絡先	ハウカツ六月 03-5242-0302

■社会資源マップを更新し、地域課題を検討しました

令和5年度の連絡会で、参加者の皆様が把握している社会資源を共有して、ハウカツ六月独自の社会資源マップを更新しました。

多世代交流の場や、家のそばですぐに誰かと話せる場が不足している、といった地域課題を参加者で共有することができました。



連絡会の様子

わがまちの孤立ゼロプロジェクト 活動報告

次ページにて、「わがまちの孤立ゼロプロジェクト」の登録団体の活動の一部をご紹介します。

「わがまちの孤立ゼロプロジェクト」とは、町会・自治会、マンション管理組合が日常的に行う、「声かけ」「訪問」、集会室や会館を使った高齢者の「居場所づくり」などに対し、区が物品を提供し、応援する事業です。

花畑団地自治会

【活動概要】

花畑団地自治会は、毎週月曜日～土曜日の１３時～１５時半に花畑団地の集会室でサロンなごみを開いています。

日の光が入る明るいお部屋で笑顔でお話をしたり、お茶を飲んだり、折り紙、手芸の他、お楽しみ会（ひな祭り、七夕まつり、クリスマス会等）をしたりしながら、居住者の憩いの場・交流の場として参加者全員が楽しく過ごされています。

毎週火曜日の１０時～１２時でカラオケも再開。

バリアフリー化された建物で花畑団地にお住まいでない方も１００円で参加が可能です。

毎日参加される方もいて、地域に欠かせない居場所となっています。



都住谷在家団地自治会

【活動概要】

都住谷在家団地自治会は居場所づくりに熱心な自治会であり、毎月第３木曜日に谷在家団地の集会所で、サロンいろいろを開催しています。血圧測定やお喋り、カラオケや体操等の様々な催しを行っています。開催月によっては、講師役として歯科医師会や警察（ふれあいポリス）の方などをお呼びして、お話していただくことによって、自身の健康維持や見守り活動のポイント等の知識習得にも努めています。

都住谷在家団地自治会はサロンいろいろに限らず、男性に参加者を絞った親父のカラオケなど様々な居場所づくりを実施しており、これからも活動を続けていきます。



資料編

令和5年度 絆のあんしんネットワーク連絡会 実施一覧

■ 絆のあんしんネットワーク連絡会

絆のあんしん協力員、絆のあんしん協力機関、民生・児童委員など関係者が集まり、見守り活動を行うにあたって必要な知識の取得や活動の啓発、能力向上のための勉強、ネットワークづくり、地域の状況把握、活動の方向性、地域の課題などについて話し合う定例会です。

地域包括 支援センター	開催日	参加 人数	内容
基幹	令和5年5月25日	25	協力員同士でのまち歩きを実施
	令和5年7月6日	32	今後のイベント開催検討
	令和5年9月28日	24	地域住民とのつながりづくりを行うため、地域で何ができるかを話し合う
	令和6年1月19日	20	令和5年度の振り返り
あだち	令和5年6月22日	31	認知症のご夫婦を地域で支えていくために～地域でできること～
	令和5年8月2日	32	私のための「じぶんノート」～これまでとこれからを考える～
	令和5年9月27日	20	フレイル予防対策～ウォーキングマップを作ろう～
	令和5年12月13日	28	フレイル予防対策～栄養とばく増しごはん～
	令和6年3月13日	18	地域で広がる元気な活動！～活動報告と来年度の目標～
伊興	令和5年6月20日	32	地域の孤立死の現状を知り、私たちのつながりを活かして何ができるかを考える
	令和5年8月29日	31	あったらいいな・居場所・いい場所・憩う場所
	令和5年10月17日	32	伊興ゆるつな宣言PART1～地域のつながり編～
	令和5年12月15日	29	伊興ゆるつな宣言PART2～くすりと健康の専門職編～
	令和6年2月20日	25	災害時の確認と来年度に向けて
入谷	令和5年4月25日	39	昨年度の振り返り、今年度のテーマ検討
	令和5年6月13日	43	顔の見える関係をつくるためには？～様々な方と交流や関係を持つために、障害や壁になっているものは何か～
	令和5年9月21日	39	顔の見える関係をつくるためには？～年代や性別、育ってきた文化や環境などが違っていても誰もが顔の見える関係を作るためにできたこと、できること～
	令和5年11月2日	40	地域の活動をマッピングしよう
扇	令和5年6月13日	37	すべてのひとが安心して暮らす地域を目指して～精神疾患をもつ方への関わり方～

地域包括 支援センター	開催日	参加 人数	内容
扇	令和5年8月22日	34	すべてのひとが安心して暮らす地域を目指して～個人の防災・地域の防災～『水害の備え』
	令和5年10月17日	29	すべてのひとが安心して暮らす地域を目指して～個人の防災・地域の防災～『地震発生時の初動対応』
	令和5年12月12日	24	すべてのひとが安心して暮らす地域を目指して～地域で支える認知症～「認知症気づきチェックリスト」で早期発見し孤立を防ごう
	令和6年2月20日	23	令和5年度第二層協議体振り返り、令和6年度年間計画書について
江北	令和5年6月22日	23	薬局における地域との連携について
	令和5年8月31日	30	病院における地域との連携について
	令和5年11月22日	29	ケアマネジャーのお仕事・地域との連携について
	令和6年2月21日	25	今年度の振り返り、来年度のテーマについて
さの	令和5年5月20日	37	令和4年度の振り返りと令和5年度の計画の説明、資源リストの更新
	令和5年7月15日	37	熱中症予防の見守り活動
	令和5年9月16日	31	個人情報保護の理解と情報共有のあり方
	令和5年11月18日	32	老い支度を地域で広げていくために
	令和6年1月20日	30	一歩踏み出す孤立防止への取り組み(サロン創設等)
	令和6年3月16日	39	震災時への備え
鹿浜	令和5年5月24日	16	学んで対策！～悪質商法被害に遭わないためには～
	令和5年9月27日	8	備えは万全に！？～みんなで学ぼうスマホ教室～
	令和5年10月4日	5	備えは万全に！？～みんなで学ぼうスマホ教室～
	令和6年1月24日	8	楽しく学ぼう！～悪質商法被害に関する寄席にて～
新田	令和5年9月12日	20	見守り活動についての意見交換
	令和5年10月16日	19	見守り活動についての意見交換
	令和5年11月29日	21	避難準備(備蓄品や情報収集の方法など)の意見交換

地域包括 支援センター	開催日	参加 人数	内容
新田	令和5年12月8日	19	非常時に備えて避難準備を知る
関原	令和5年5月25日	46	足立区の高齢者の生活困窮について
	令和5年8月28日	57	文化・芸術を通じた介護予防について
	令和5年11月29日	38	人生100年時代の前向き老い支度
	令和6年3月13日	44	令和5年度ハウカツ関原の取り組みについて
千住西	令和5年5月26日	19	年を重ねてからの人とのつきあい方 ～夫・妻・子・孫の取り扱い説明書～そして自分
	令和5年7月27日	14	地域包括支援センターを最大限に活用する！！
	令和5年9月28日	16	つどいの場、通いの場を探そう！見つけよう！
	令和5年11月22日	7	地域資源マップ作成「つどいの場をリスト化してみよう」
	令和6年1月24日	17	地域資源マップ作成「集めた情報をまとめる！活用する！」
	令和6年3月26日	34	どんとこい！人生100年時代
千寿の郷	令和5年5月16日	28	私たちの地域資源マップづくり
	令和5年7月11日	31	地域の状況共有（兼わがまちの孤立ゼロプロジェクト共有会）
	令和5年9月12日	31	老い支度講座「じぶんノート」
	令和5年11月14日	27	私たちの地域資源マップづくり
	令和5年11月17日	40	足立区の防災について学びを深める
	令和6年1月16日	22	地域の情報共有、私たちの地域資源マップづくり
	令和6年3月12日	31	地域の情報共有、私たちの地域資源マップづくり
	令和6年3月14日	34	災害時に不安なこと、災害につよい街とは（常東全体会）
千住本町	令和5年5月16日	12	振り込め詐欺の実例を通じて～あなたを詐欺から守る、悲しみから守る～
	令和5年8月31日	21	音まち千住の縁と繋がろう

地域包括 支援センター	開催日	参加 人数	内容
千住本町	令和5年10月5日	14	多世代と繋がりたい～みんなが楽しめる場所がありますか？～
	令和6年1月18日	16	みんなで見守り支えあえる地域づくり～「孤立の防止」・「地域での活躍」～
中央本町	令和5年6月30日	30	他人事は自分事～地域にできた最新治療を行う病院を知ろう～
	令和5年8月29日	46	介護施設の特徴と選ぶポイント～本人にとってより良い生活の場を考える～
	令和5年10月11日	35	“もしものとき”どうしたい？もしバナゲームで考える人生の最期
	令和6年2月28日	42	聴こえの衰えと認知症とのつながり
東和	令和5年4月20日	27	新規協力機関の紹介、現在行っている活動のまとめと今年度の計画について
	令和5年7月28日	26	新規協力機関の紹介、地域課題や今後の活動について
	令和5年10月17日	26	各地域での活動における問題把握
	令和6年1月23日	27	令和6年度計画案の検討
	令和6年3月23日	19	平日就労中の協力員や関係者の方々の連絡会への参加について
中川	令和5年4月27日	33	新年度職員挨拶、各団体の活動報告
	令和5年7月19日	26	各団体の活動報告「歴史さんぽの会」「鳥とみどりの会」笑顔のひろば「誰でもどうぞのおしゃべり交流会」
	令和5年10月26日	28	中川防災まち歩き
	令和6年1月25日	25	グループワーク「地域団体活動が継続困難となる原因とは？」「地域活動を活性化し存続させる方法とは？」
西綾瀬	令和5年5月26日	10	今年度のテーマ、スローガンを決定
	令和5年8月21日	10	地域ケア会議で挙げたテーマについて意見交換
	令和5年10月27日	11	地域ケア会議で挙げたテーマについて意見交換
	令和5年12月13日	11	あいさつや声掛けの心得(困ったこと、成功体験、感想)
	令和6年3月15日	8	今年度の振り返り
西新井	令和5年6月26日	28	地域資源についての情報交換、地域セーフティネットについて

地域包括 支援センター	開催日	参加 人数	内容
西新井	令和5年9月29日	24	地域資源についての情報交換
	令和5年12月11日	26	地域資源についての情報交換
	令和6年3月13日	38	今年度の振り返りと来年度の予定について
西新井本町	令和5年5月2日	25	多世代食堂あ★だちっこキッチンについて
	令和5年8月1日	17	健康の維持～健康への高い関心と取り組みが実践できる地域づくり～
	令和5年11月7日	17	寸劇『孤立の防止～交流の機会と場所が身近にある地域づくり～』
	令和6年2月6日	21	おいへの備え～じぶんノートの活用方法～
はなはた	令和5年5月31日	40	昨年度の振り返り・今年度の方針、地域資源情報の確認
	令和5年8月29日	42	はなはたで何ができるか考えよう！サロン、ツアー、その他の活動について
	令和5年11月28日	39	『わたしのおいじたく』を語ろう
	令和6年2月27日	40	エンディングノートを書いてみよう！
一ツ家	令和5年5月31日	31	高齢者の暮らしを支えるしくみと活躍の場～介護保険外のしくみ・通いの場を知ろう～
	令和5年7月24日	23	高齢者の暮らしを支えるしくみと活躍の場②～介護保険外のしくみを知ろう～
	令和5年10月13日	22	色あそびコラボ展準備ミーティング～アートを発表する人・観る人・伝える人
	令和6年1月26日	29	グループワーク「地域で活用できる社会資源を共有しよう」
日の出	令和5年4月26日	11	高齢者に多い消費者被害について
	令和5年6月28日	15	高齢者を詐欺被害から守るために地域で出来ること
	令和5年10月25日	17	コロナ禍で立ち上がった活動の紹介
	令和5年11月17日	36	足立区の防災について学びを深める
	令和5年12月27日	15	あずま住区センターの取り組みと活動紹介
	令和6年2月28日	20	令和6年度絆のあんしん連絡会の年間テーマ計画

地域包括 支援センター	開催日	参加 人数	内容
日の出	令和6年3月14日	34	災害時に不安なこと、災害につよい街とは(常東全体会)
保木間	令和5年5月10日	33	孤立防止の取り組み状況
	令和5年7月15日	31	地域の孤立死の現状を知り、地域の見守りについて考える
	令和5年11月15日	39	地域ケア会議の報告、今期立ち上がったサロンの紹介
	令和6年2月17日	36	自主グループ・サロンの紹介、包括保木間の1年間の活動報告
本木関原	令和5年5月24日	25	災害対策について～災害対策や地域活動に関する情報を地域の高齢者に伝えるための具体策～
	令和5年9月27日	28	心配な高齢者の見守り活動について
	令和5年11月29日	30	本木関原の地域活動について～実際に活動している人に話を聞いてみよう～
	令和6年2月28日	31	みんなに知ってもらいたい町会のこと
六月	令和5年4月24日	19	情報提供、ふれあいポリスからのお知らせ
	令和5年6月26日	18	社会資源マップの情報共有
	令和5年9月25日	22	取り組むべき地域課題への解決に向けて、介護保険外サービスの情報共有
	令和5年11月28日	13	ふれあいサロンの創出について
	令和5年12月12日	11	高齢者をねらう消費者被害への対応について～早期発見のために～

孤立ゼロプロジェクト進捗状況（令和6年3月末現在）

1 孤立ゼロプロジェクト推進活動開始町会・自治会について

平成30年3月末で全ての町会・自治会における1回目の孤立ゼロプロジェクト実態調査が終了しました。また、2回目の調査を実施した町会・自治会が8割を超えました。

実施回数	1	2	3	4	5	6	12	17	計
町会・自治会数	65	261	77	16	16	1	1	1	438
割合(%)	14.8	59.6	17.6	3.7	3.7	0.2	0.2	0.2	100

2 高齢者実態調査実施状況について

累計の調査世帯数は50,000世帯を超え、孤立のおそれがある世帯が6,377世帯見つかりました。孤立のおそれの割合は12.1%となっています。

調査世帯数	孤立なし	孤立のおそれ	入院・不在等	不同意
52,456世帯 (64,483人)	37,911世帯 (47,434人) 72.3%	6,377世帯 (7,953人) 12.1%	5,442世帯 (5,788人) 10.4%	2,726世帯 (3,308人) 5.2%

3 調査世帯のその後の対応について

実態調査にて「孤立のおそれ」「入院・不在等」「不同意」の判定が出た世帯に対して、地域包括支援センターがアセスメントを行ったところ、5,115世帯が地域社会や支援につながりました。

	地域包括支援センターにより状態確認中	孤立状態ではないと判断	地域社会や支援につながった			
			絆のあんしん協力員の訪問	地域包括支援センターによる支援	介護保険サービス開始	地域社会とつながった世帯
孤立のおそれ 6,377世帯	212世帯 (3.3%)	3,754世帯 (58.9%)	12世帯 (0.2%)	225世帯 (3.5%)	1,162世帯 (18.2%)	1,012世帯 (15.9%)
入院・不在等 5,442世帯	276世帯 (5.1%)	3,566世帯 (65.5%)	8世帯 (0.1%)	286世帯 (5.3%)	581世帯 (10.7%)	725世帯 (13.3%)
不同意 2,726世帯	133世帯 (4.9%)	1,489世帯 (54.6%)	8世帯 (0.3%)	222世帯 (8.1%)	342世帯 (12.6%)	532世帯 (19.5%)
合計 14,545世帯	621世帯 (4.3%)	8,809世帯 (60.6%)	28世帯 (0.2%)	733世帯 (5.0%)	2,085世帯 (14.3%)	2,269世帯 (15.6%)

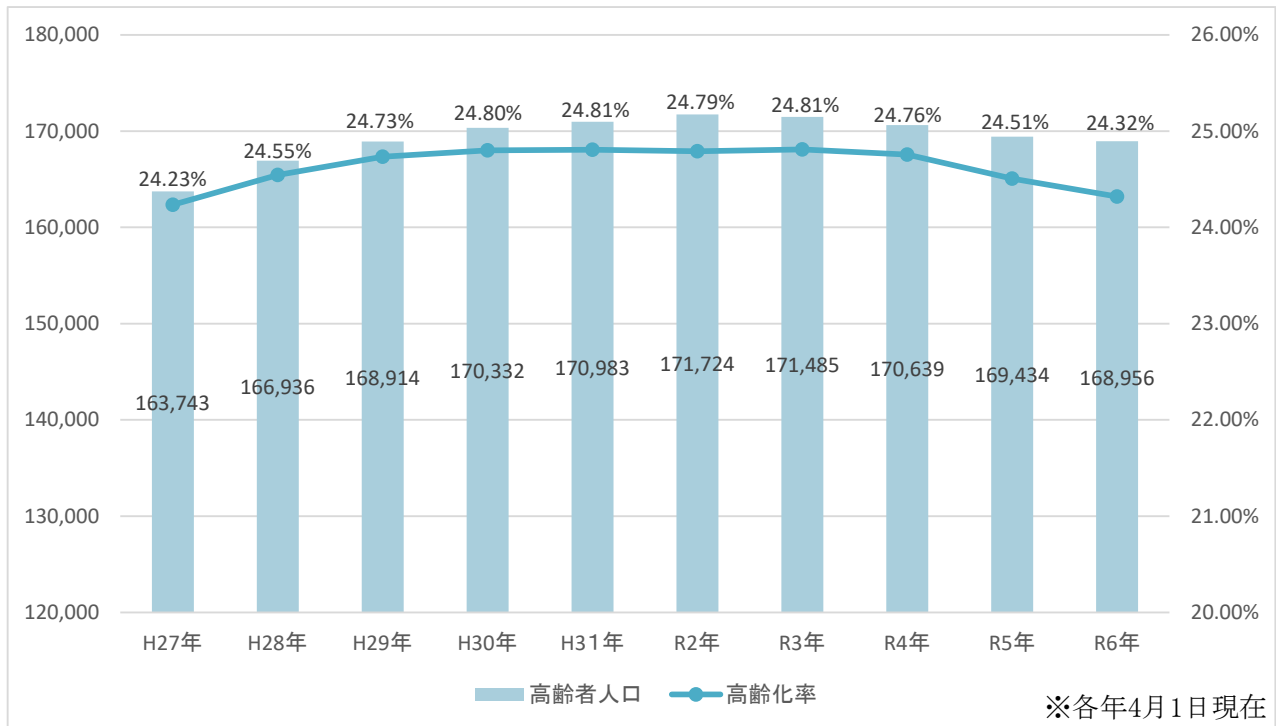
※調査後の転出・死亡等6,544世帯含む

No.	センター名	主 な 町 丁	総人口(人)		高齢者数(人)		高齢化率		単身高齢者数(人)		単身高齢者世帯率	
			A	B	B/A(%)	順位	C	C/A(%)	順位			
01	基幹	梅島、島根、中央本町 1	27,210	5,983	21.99	21	2,259	8.30	19			
02	あだち	足立、梅田 1、中央本町 2	19,014	4,555	23.96	16	1,763	9.27	11			
03	伊興	伊興、伊興本町、東伊興、西伊興、西竹の塚	35,153	8,149	23.18	20	2,922	8.31	18			
04	入谷	入谷、舎人、古千谷、古千谷本町	32,446	7,633	23.53	18	2,516	7.75	22			
05	扇	扇、興野、本木東・西・南・北町	27,774	7,078	25.48	10	2,525	9.09	13			
06	江北	江北、堀ノ内	20,837	6,483	31.11	2	2,688	12.90	2			
07	さの	佐野、大谷田 2～5、六木、加平、北加平、神明、神明南、辰沼	48,061	11,675	24.29	12	4,124	8.58	17			
08	鹿浜	鹿浜、加賀、皿沼、椿、谷在家	33,266	8,270	24.86	11	2,908	8.74	14			
09	新田	新田、宮城、小台	27,666	5,925	21.42	23	2,108	7.62	23			
10	関原	梅田 2～8	23,494	5,644	24.02	15	2,020	8.60	16			
11	千住西	千住桜木、緑町、龍田町、中居町、宮元町、仲町、河原町、橋戸町	28,899	6,165	21.33	24	2,365	8.18	21			
12	千寿の郷	柳原、関屋町、曙町、東 1	15,146	3,652	24.11	14	1,247	8.23	20			
13	千住本町	千住 1～5、千住元町、柳町、大川町、寿町	22,046	5,693	25.82	9	2,285	10.36	5			
14	中央本町	中央本町 3～5、青井 1・3～6、西加平	24,512	6,518	26.59	7	2,109	8.60	15			
15	東和	綾瀬、東綾瀬、谷中、東和 1・3	57,121	10,327	18.08	25	3,794	6.64	25			
16	中川	東和 2・4・5、中川、大谷田 1	29,870	7,797	26.10	8	2,903	9.72	8			
17	西綾瀬	西綾瀬、弘道、青井 2	19,138	4,575	23.91	17	1,806	9.44	10			
18	西新井	西新井、栗原	34,260	8,268	24.13	13	3,158	9.22	12			
19	西新井本町	西新井本町、西新井栄町	25,069	5,894	23.51	19	2,373	9.47	9			
20	はなはた	花畑、南花畑 5	20,782	6,863	33.02	1	2,859	13.76	1			
21	一ツ家	一ツ家、平野、六町、保塚町、南花畑 1～4	36,047	7,814	21.68	22	2,729	7.57	24			
22	日の出	日ノ出町、旭町、東 2	11,466	3,110	27.12	4	1,180	10.29	6			
23	保木間	保木間、東保木間、西保木間、	30,860	8,836	28.63	3	3,531	11.44	3			
24	本木関原	関原、本木	15,757	4,240	26.91	6	1,589	10.08	7			
25	六月	六月、東六月町、竹の塚	28,831	7,809	27.09	5	3,195	11.08	4			
足立区全体			694,725	168,956	24.32	—	62,956	9.06	—			

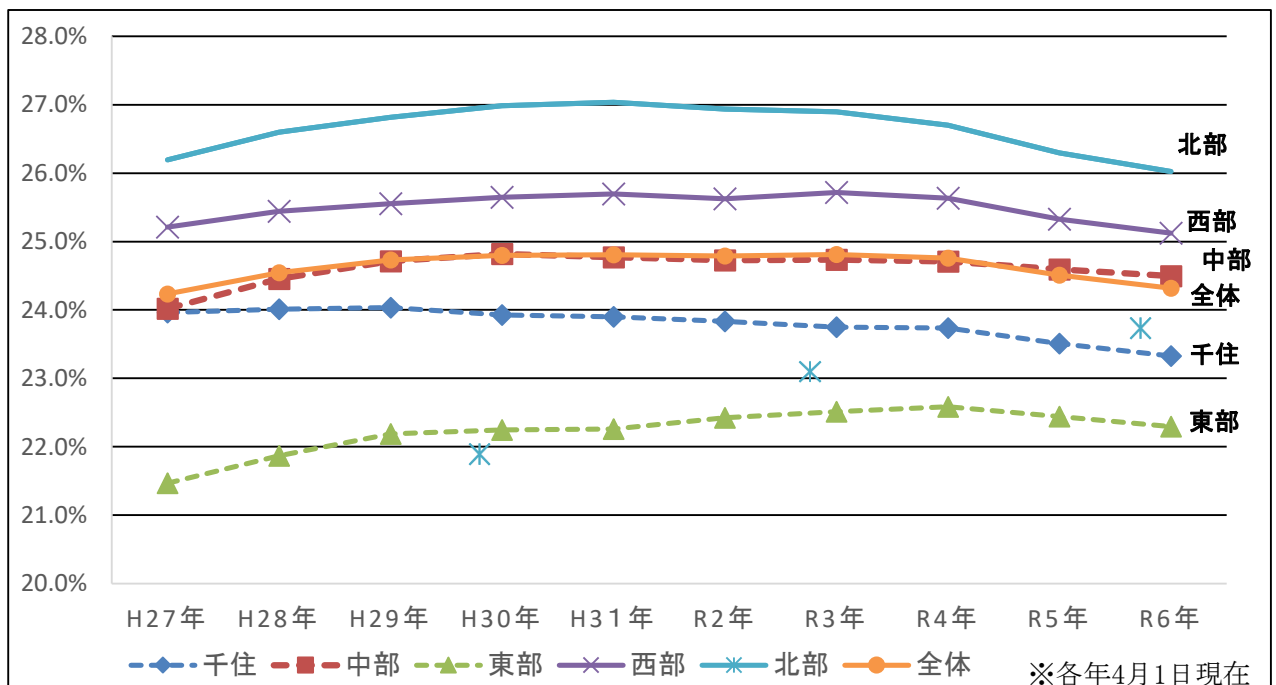
一般に公開しているデータとは抽出条件が違うため、世帯数や人口が異なります。

高齢者人口推移

平成27年からの10年間で高齢者人口は5,213人増加し、令和6年の高齢化率は24.32%となっています。令和4年以降、高齢化率は下降傾向にありますが、今後は高齢者人口の増加が見込まれており、高齢化率は再び上昇傾向に転じることが予測されています。

**ブロック別高齢化率推移**

昨年度から全てのブロックにおいて、高齢化率は微減しています。北部ブロックおよび西部ブロックの高齢化率は、例年区全体に比べて高い状況となっています。



千住ブロック＝地域包括支援センター（新田、千住西、千寿の郷、千住本町、日の出）管内

中部ブロック＝地域包括支援センター（あだち、基幹、関原、中央本町、本木関原）管内

東部ブロック＝地域包括支援センター（さの、東和、中川、西綾瀬）管内

西部ブロック＝地域包括支援センター（入谷、扇、江北、鹿浜、西新井、西新井本町）管内

北部ブロック＝地域包括支援センター（伊興、はなはた、一ツ家、保木間、六月）管内

令和6年6月1日現在

No.	センター名	絆のあんしん 協力員数	絆のあんしん 協力機関数	絆のあんしん協力機関内訳							その他 (商店等)	
				町会・自治会	友愛クラブ	日本郵便 株式会社	消防 電力 ガス	金融機関	新聞	配食 サービス		医療機関
1	基幹	79	58	8	5	2	1	1	2	2	22	15
2	あだち	44	51	2	4	3	0	0	2	0	24	16
3	伊興	32	53	4	6	4	1	0	1	1	21	15
4	入谷	51	30	2	4	3	0	3	0	0	14	4
5	扇	67	50	4	5	2	0	1	1	1	19	17
6	江北	27	27	6	1	2	0	1	3	0	6	8
7	さの	43	46	5	9	2	0	2	4	0	17	7
8	鹿浜	46	30	10	1	3	0	2	0	1	6	7
9	新田	28	37	3	1	2	0	2	1	0	14	14
10	関原	117	58	14	2	1	0	1	0	1	10	29
11	千住西	44	46	5	4	5	2	2	2	0	13	13
12	千寿の郷	28	30	8	2	2	0	0	0	0	4	14
13	千住本町	23	45	7	4	2	0	4	0	1	13	14
14	中央本町	92	39	10	7	2	0	1	2	3	7	7
15	東和	35	50	6	5	5	0	3	1	0	19	11
16	中川	33	39	7	5	4	0	1	2	2	12	6
17	西綾瀬	40	31	5	5	1	0	1	0	0	14	5
18	西新井	63	63	3	4	3	0	3	1	0	31	18
19	西新井本町	24	37	2	3	4	0	2	1	0	18	7
20	はなはた	23	26	4	5	3	0	2	0	0	10	2
21	一ツ家	41	53	6	9	3	0	3	0	1	11	20
22	日の出	28	23	2	2	1	0	1	2	0	7	8
23	保木間	55	45	17	3	3	0	1	3	0	9	9
24	本木関原	63	40	2	1	2	0	2	1	0	18	14
25	六月	36	36	6	2	3	1	2	1	1	10	10
-	その他(※)		12									
／	合計	1162	1055	148	99	67	5	41	30	14	349	290

※その他(足立区1件、荒川区3件、葛飾区1件、北区1件、千代田区1件、練馬区1件、港区1件、埼玉県さいたま市1件、埼玉県三芳町1件、兵庫県西宮市1件)

ふれあいサロン一覧								令和6年6月1日現在	
地区	サロン名	開催場所	開催場所住所	開催日	時 間	活動内容	主な対象		
中部	サロンセキ	代表者宅	青井1丁目	第1月曜	10:00-12:00	おしゃべり・お茶・食事	高齢		
	スマイル体操会	中央南集会所	足立1丁目	第2・4木曜	10:15-11:30	転倒予防体操	高齢		
	わくわくお茶べりサロン	五反野西町会会館	足立2丁目	第2月曜	13:00-15:00	唱歌・脳トレ・折り紙・塗り絵・体操	高齢		
	あだちMen's倶楽部	足立2丁目アパート集会室	足立2丁目	第4金曜	13:30-15:30	麻雀・花札・将棋・オセロなど	高齢		
	サロン ベルモント	ベルモント公園	梅島1丁目	第2・4日曜	10:00-11:00	体操・和踊り	高齢		
	ご近所サロンふれんど	梅島住区センター	梅島2丁目	第4水曜	13:30-14:30	体操・歌・おしゃべり	高齢		
	てじな一ず	梅島住区センター 第2集会室	梅島2丁目	第3金曜	13:00-14:30	手品を通じての交流	高齢		
	梅島うたの会	梅島住区センター 第2集会室	梅島2丁目	不定期	13:30-15:00	体操・歌など	高齢		
	赤ちゃん育て窓口	マタニティ&ベビーハウスohana	梅島3丁目	第1月曜	10:30-11:30	0～1歳までの親子遊び	子ども・子育て		
	こそだて窓口	マタニティ&ベビーハウスohana	梅島3丁目	第3金曜	10:30-11:30	1～3歳までの親子遊び	子ども・子育て		
	朝日ブラザランチ	朝日プラザ管理事務所	梅田5丁目	第2・4土曜	12:30-13:30	月に1～2回一緒にランチをする	高齢		
	梅田サロン	梅田住区センター	梅田6丁目	第2月曜	13:00-16:00	おしゃべり・歌・踊りを見せる	高齢		
	家族を介護する人のつどい	NP0活動支援センター一会議室A	梅田7丁目	最終土曜か日曜	13:30-16:30	講演会・勉強会・交流会・相談	高齢		
	どれっしんぐ	エルソフィア料理室	梅田7丁目	第2金曜	10:00-12:00	料理と食事など	高齢		
	梅田通町会「ふれあいサロン	梅田通町会事務所1F	梅田7丁目	第1水曜	13:30-15:30	おしゃべり・交流など	高齢		
	あだちママサロン	足立区NP0活動支援センター	梅田7丁目	第1・3水曜	10:00-11:00	親子の交流など居場所づくり (工作・お話し会・講座など)	子ども・子育て		
	梅田クラブ	梅田地域学習センター	梅田7丁目	第3水曜	10:00-11:30	歌・音楽を通しての交流	高齢		
	サロンプラウド	ブラウドシティ梅島マンション 3階多目的ルーム	梅田7丁目	毎週木曜	14:00-16:00	歌・百人一首・体操・おしゃべりなど	高齢		
	わかば健康クラブ	足立成和信用金庫中央支店	梅田8丁目	①第1・3・5月曜 ②第2・4月曜	10:00-12:00	体操・おしゃべり・音読・脳トレゲーム	高齢		
	カンガルーガーデン	リライズガーデン西新井 (ゲストルーム1、体育館など)	梅田8丁目	土日祝日	不定期	親子の交流など	子ども・子育て		
	「行け！メنز」と歩こう会	島根公園及び中央公園	島根2丁目 中央本町1丁目	毎週水曜	10:00-11:00	公園でウォーキングや体操等行う	高齢		
	カトレア	個人宅	島根4丁目	第1火曜・第3土曜	10:00-11:30	手話・交流	高齢		
	島根サロン「はなみずき」	島根住区センター	島根4丁目	第1・3木曜	10:00-11:30	ストレッチ・脳トレ・筋トレ・リズム体操	高齢		
	しまねサロン	島根4丁目第2アパート集会室	島根4丁目	第4日曜	10:00-12:00	おしゃべり・交流・カラオケなど	高齢		
	サロンのシマフオー	島根四丁目第三自治会集会室	島根4丁目	第3土曜	14:00-15:00	講座・体操など	高齢		
	関原の森こだま	関原の森 まちづくり工房館	関原1丁目	第3木曜	10:00-12:00	おしゃべり・体操・歌・折り紙・ゲーム・手芸	高齢		

ふれあいサロニー一覧					令和6年6月1日現在		
地区	サロン名	開催場所	開催場所住所	開催日	時 間	活動内容	主な対象
中部	本木関原健康サロン	関原1丁目コミュニティ住宅4号棟コミュニティホール	関原1丁目	毎週月曜	12:30-16:00	麻雀・将棋・体操	高齢
	本関らくらくサロン	足立区愛恵まちづくり記念館	関原1丁目	第1・3火曜	13:00-15:00	体操・茶話会・ゲーム	高齢
	梅田男談サロン	地域包括支援センター関原会議室	関原2丁目	第1・3火曜	12:30-16:00	男性限定で麻雀	高齢
	楽楽サロン梅田	地域包括支援センター関原会議室	関原2丁目	第2・4火曜	10:00-11:30	体操	高齢
	本関男暖会	檜ヶ岳居宅介護支援事業所	関原2丁目	第4金曜	10:00-12:00	おしゃべり・清掃活動・料理を通じた交流	高齢
	劇団うめはる	中部地域会議室	関原2丁目	第1・3木曜	13:30-15:30	寸劇の練習・歌・体操・物作り・ダンスなど	高齢
	つくし会うめだ	中部地域会議室・包括関原	関原2丁目	第1金曜	13:30-15:00	朗読・手話・絵描き他	高齢
	サンフラワーひまわり	地域包括支援センター関原会議室	関原2丁目	第1・3火曜	10:00-11:30	体操・交流	高齢
	サロン たんぽぽ	五反野スカイハイツ集会室	中央本町3丁目	第4木曜	13:30-15:30	おしゃべりなど	高齢
	サロン けやき	五反野住宅集会室	中央本町3丁目	第3水曜	10:00-12:00	おしゃべり・折り紙・体操など	高齢
千住	本木あそびサロン	日介ケアセンター本木	本木1丁目	第1日曜	10:00-11:30	体操・おしゃべり・折り紙・カラオケ	高齢
	虹の会	レンタルルームフォー・ユー	小台2丁目	第2火曜	14:00-17:00	おしゃべり・エコキヤップ数えなど	高齢
	りぼん	ハートア일랜드新田一番街・三番街集会所	新田3丁目	第2火曜	10:30-12:00	地域の親子を対象とした交流	子ども・子育て
	千住ひだまり倶楽部	地域包括支援センター千住本町	千住3丁目	第4木曜	10:00-11:00	体操	高齢
	千寿おとこ組	学びピア	千住5丁目	第2水曜・第4木曜	13:30-15:30	おしゃべり・スポーツスタッキング	高齢
	あずまおちゃっこ会	千住東町住宅集会室	千住東2丁目	第2水曜	10:00-12:00	おしゃべり・体操・お茶・歌	高齢
	男の健康クラブ日・東・旭	千住東町住宅集会室	千住東2丁目	第3金曜	10:00-12:00	おしゃべり・運動・交流	高齢
	元町ほのぼのサロン	元宿神社社務所	千住元町	第1金曜	10:30-12:00	多世代交流・おしゃべり	高齢
	サロンドくつろぎ	千住柳町住区センター	千住柳町	第2日曜	14:00-16:00	おしゃべり・らくらく体操	高齢
	ふれあい歌サロン千住柳の会	千住柳町住区センター	千住柳町	第3日曜	13:00-16:00	おしゃべり・カラオケ・合唱・体操	高齢
東部	千住すみれ会	千住柳町住区センター	千住柳町	第4水曜	14:00-15:00	セラバンドを使った体操など	高齢
	はればれサロン	コーシヤハイム北千住集会所	日ノ出町	第4月曜	13:30-15:30	お茶のみ・ミニ講座・地域住民との交流	高齢
	カフェみやぎ1	宮城第1丁目アパート集会所	宮城1丁目	第1・2土曜	17:00-20:00	囲碁・将棋（部分的参加者で開催）	高齢
	ゑびす会	ゑびす屋	柳原2丁目	第2水曜	14:30-15:30	おしゃべり・歌など	高齢
	風月サロン	足立区勤労福祉会館	綾瀬1丁目	第2・4月曜	10:00-12:00	英語の学習を通じた交流	高齢
	綾瀬サロン	足立区勤労福祉会館	綾瀬1丁目	第2・4水曜	10:00-12:00	英語の学習を通じた交流	高齢

ふれあいサロン一覧

令和6年6月1日現在

地区	サロン名	開催場所	開催場所住所	開催日	時 間	活動内容	主な対象
東部	さわやかサロン	足立区勤労福祉会館	綾瀬1丁目	第1・3・5水曜	10:00-12:00	英語の学習を通じた交流	高齢
	花鳥サロン	足立区勤労福祉会館	綾瀬1丁目	第1・3・5月曜	10:00-12:00	英語の学習を通じた交流	高齢
	綾瀬サロンぽっとミックス	レックスハイツ綾瀬ステーションタワー 1階集会所	綾瀬4丁目	第3木曜	10:00-12:00	おしゃべり・健康体操・歌・セミナーなど	高齢
	みんなのひみつきち	UR大谷田一丁目団地集会所	大谷田1丁目	主に水曜日（たまに土日祝日）	13:30-夕焼け放送まで	子どもの居場所・多世代交流	子ども・子育て
	大谷田ラジオ体操の会	大谷田一丁目団地2号棟前広場	大谷田1丁目	月～土	9:00-9:10	NHKラジオ体操の実施	高齢
	笑顔のひろば	コミュニティサロン105	大谷田1丁目	毎週金曜	10:30-14:00	おしゃべりやピーズ・様々な催しなど	高齢
	むつみ会	①加平住区センターもしくは②がぶらちなくらぶ	加平1丁目	月1回不定期	13:00-15:00	おしゃべり・脳トレなど・地域のささえあいづくり	高齢
	さのすこやかくらぶ	訪問看護ステーション樹2階	佐野2丁目	毎週月曜	10:30-12:30	健康体操など	高齢
	ハッピーの会	佐野地域学習センター	佐野2丁目	毎週月曜	10:00-12:00	体操交流	高齢
	ひまわり	佐野地域学習センター	佐野2丁目	毎週月曜	10:00-11:40	体操・太極拳・交流	高齢
	サロン「友&友」	グリーンパーク新綾瀬集会所	辰沼2丁目	第3木曜	13:00-15:30	ガーデニング	高齢
	よつ葉サロン	①東和住区センター ②佐野地域学習センター	①東和3丁目 ②佐野2丁目	①第1・2・4 木曜 ②第1・3 金曜	①10:30-15:30 ②9:00-17:00	健康麻雀	高齢
	さくら会	五反野コミュニティセンター	西綾瀬2丁目	第2・4水曜	11:00-11:45	体操・歌・おしゃべり・工作・食事（持ち帰り）	高齢
	MIKKE(みっけ)	五反野コミュニティセンター	西綾瀬2丁目	不定期 日曜	午後	楽しい遊びなど（主に小学生向け）	子ども・子育て
	サロンきずな	六木団地自治会第1集会所	六木1丁目	第3日曜	13:00-16:00	らくらく体操・おしゃべり・歌・輪投げ・ゲームなど	高齢
	おさんぽサロン	介護予防型リハビリ「さんぽ道」	谷中3丁目	第3土曜	13:30-15:00	多世代で集まって運動やおしゃべりなど	高齢
西部	しまいいとこサロン	①特養 紫蔭園4階 ②入谷中央公園・首都高創	①入谷3丁目 ②入谷4丁目	①第1金曜 ②第2・4水曜	10:00-11:30	おしゃべり・歌・体操	高齢
	7丁目サロン	はばエスティティックスサロン	入谷7丁目	第1木曜	13:00-15:00	おしゃべり	高齢
	ぐらんぱ扇	ゆうあいの郷・扇	扇1丁目	毎週水曜 （第5は除く）	13:30-15:30	健康麻雀 その他	高齢
	ちゃーちゃんはいえ	funfun base扇大橋	扇2丁目	不定期	14:00-16:00	介護者の居場所	その他
	サロンTSK	扇三丁目第二団地自治会集会所	扇3丁目	第2水曜	14:00-16:00	お茶・おしゃべり・お菓子	高齢
	5（ファイブ）チューリップ	興野北町会事務所	興野1丁目	第3土曜	13:00-15:00	体操・カラオケ	高齢
	茶でいっぶく	①興野二丁目児童遊園 ②扇住区センター	①興野2丁目 ②扇1丁目	①第2土曜 （雨天等は第3土曜） ②第4土曜	10:00-11:00	フレイル予防体操（イス使用）	高齢
	だんだんサロン	ギャラクシティ	栗原1丁目	第2・4土曜	10:00-12:00	英語の学習を通じた交流	高齢
	TOKYOサロン	ギャラクシティ	栗原1丁目	第1・3・5土曜	10:00-12:00	英語の学習を通じた交流	高齢
	生き生きサロン	ギャラクシティ	栗原1-2-1	第2・4火曜日	13:00-15:00	フレイル予防	高齢

ふれあいサロン一覧							令和6年6月1日現在
地区	サロン名	開催場所	開催場所住所	開催日	時 間	活動内容	主な対象
西部	サロン・あじさい	都市機構栗原地集会所	栗原2丁目	第2・3・4木曜	10:30-12:00	おしゃべり・体操など	高齢
	江北ベジサロン	江北ひまわり園	江北1丁目	第2・4・5木曜	10:00-12:00	体操・畑・おしゃべりなど	高齢
	ひまわり会	江北3丁目第3アパート集会所（11号棟）	江北3丁目	第1～4月曜	13:00-15:00	カラオケ・おしゃべりなど	高齢
	ニコニコ会	江北6丁目団地集会所	江北6丁目	毎週月・水・土曜	12:00-17:00	健康麻雀・パッチワークなど	高齢
	こぢや橋サロン	福祉の家	古千谷本町2丁目	第2木曜	10:00-12:00	おしゃべり・カラオケ・体操	高齢
	手話と体操で若返ろう会	特養さくらカフェテラス	血沼2丁目	第1日曜	13:30-15:30	体操・手話・おしゃべり	高齢
	サロンなごみ	鹿浜5丁目団地第2集会所	鹿浜5丁目	第2月曜	13:00-14:00	体操・歌・脳トレ・おしゃべりなど	高齢
	サロンつばき	椿町民会館	椿2丁目	火曜・水曜・木曜 （不定期）	10:00-12:00	カラオケ・おしゃべり	高齢
	ふらっとメイメイ	舎人地域学習センター	舎人1丁目	第3土曜	14:00-16:00	外国人への日本語・生活支援、居場所、交流、相談	その他
	キューピット	舎人地域学習センター	舎人1丁目	第1・3水曜	10:30-11:45	自由遊び・体操・ゲーム・紙芝居など	子ども・子育て
	ユリノキ	舎人公園	舎人公園1丁目	第1・3・5水曜	9:00-10:00	ストレッチ・筋力トレーニング・ウォーキング	高齢
	ウエストマロン	社会福祉法人西新井だいわ集会所	西新井2丁目	第2・4木曜	9:30-11:30	清掃美化活動・体操・おしゃべり	高齢
	令和脳トレサロン	地域包括支援センター西新井	西新井2丁目	第2・4火曜	14:00-15:30	折り紙・脳トレ	高齢
	絵手紙和の会	高齢者在宅サービスセンター西新井集会所	西新井2丁目	第3金曜	9:30-11:00	絵手紙を通じた交流	高齢
	西新井いきいきサロン	介護用品の店いきいき	西新井5丁目	第3金曜	14:00-16:00	おしゃべり	高齢
	西新井男師	居宅介護支援事業所ひだまり	西新井5丁目	第4火曜	10:00-12:00	健康体操・健康麻雀など	高齢
	サロン 栗の実	西新井栄町住区センター	西新井栄町3丁目	第2火曜	13:30-15:30	体操・レクリエーション・おしゃべり	高齢
	男の井戸端会議	西新井本町住宅自治会集会所	西新井本町2丁目	第3水曜	14:00-16:00	体操・卓球・ゲームなど	高齢
	まんてん工房わいわいサロン	まんてん工房	西新井本町4丁目	第2土曜	14:00-16:00	歌・おしゃべり	高齢
	サロンみのり	田中稲荷神社社務所	本木北町	第2水曜	13:30-15:30	おしゃべり・ゲーム・カラオケなど	高齢
	ばあばサロン	個人宅	本木南町	第1日曜	13:00-15:00	おしゃべり・脳トレ・手あそび・講演会など	高齢
北部	サロンいろり	谷在家団地第2集会所	谷在家3丁目	第3木曜・第4水曜	13:00-15:00	おしゃべり・合唱・脳トレ・らくらく体操・カラオケ	高齢
	いこう！ふれあいサロン	竹の塚ハイツ集会所	伊興1丁目	主に第3日曜日	14:00-16:00	体操・ゲーム・懇談	高齢
	ほっとカフェ虹	竹の塚地域学習センター	竹の塚2丁目	第2日曜	14:00-16:30	不登校についての語り合い	その他
	コスモスの会	代表者宅	西伊興2丁目	第1土曜	13:30-15:30	おしゃべり	高齢
	おしゃべり広場	おじゃんせ（集会所）	西竹の塚1丁目	第1木曜	13:00-15:00	おしゃべり・製作・歌など	高齢

ふれあいサロニー覧

令和6年6月1日現在

地区	サロニー名	開催場所	開催場所住所	開催日	時 間	活動内容	主な対象
北部	ふらっと庵	おじゃんせ	西竹の塚1丁目	第1・3火曜	10:00-12:30	親子で昼食を作り食す	子ども・子育て
	みんなのおうち	旧スーパ－ヤオミ作業所2階	西竹の塚1丁目	第2・4火曜	10:00-12:00	多世代交流など	子ども・子育て
	モルック毛長川	西保木間住宅供給公社公園	西保木間4丁目	第1・3火曜	14:00-15:30 (7-9月は15:30-16:30)	地域親睦と健康増進	高齢
	サロン公社	公社西保木間住宅集会所	西保木間4丁目	第3水曜	13:00-16:00	手芸・脳トレ・交流・畑の収穫(6・10月頃)	高齢
	和楽会	花畑地域学習センター	花畑4丁目	第2土曜	13:00-15:00	おしゃべり	高齢
	サロン花とも	ケアサービスとも 第3ケアともビル1階	花畑4丁目	第1金曜	13:30-15:30	おしゃべり・脳トレ体操など	高齢
	サロンおおとり	鷺宿会館	花畑6丁目	第2水曜	13:30-15:00	おしゃべり・将棋・トランプなど	高齢
	スケッチ★伊光	アダチ・ニュー・スポーツ	東伊興1丁目	第2・4木曜	13:30-14:40程度	ノルディックウォーク	高齢
	ふくちゃん	東伊興住区センター分館(生活館)	東伊興3丁目	第3・4水曜	10:00-11:45	歌	高齢
	koen親子ひろば	コミュニティkoenてらまちハウス	東伊興4丁目	第3木曜	10:30-12:00	親子交流と地域交流(0~3歳の入園前の乳幼児親子)	子ども・子育て
	にこちゃん	①易行院 ②オンライン (zoom)	①東伊興4-5-5 ②オンライン環境 があれどこでもみ	①第3金曜 ②隔数月いずれかの 水曜(どちらも8月休み)	①10:30-12:00 ②20:00-20:40	①10歳児ママの心と身体を癒すヨガ ②子育てママのお話し会	子ども・子育て
	金曜ポール	一ツ家第一公園	一ツ家4丁目	毎週金曜	10:00-11:00	ポールウォーキング	高齢
	ひつじ	カフェひなた	平野1丁目	第2土曜	14:00-16:00	お茶飲み・おしゃべりなど	高齢
	平一くつろぎサロン	平野1丁目団地集会所	平野1丁目	第4木曜	14:00-16:00	おしゃべり・健康麻雀・トランプなど	高齢
	常楽	①そんぽの家S足立保塚 ②一ツ家第一公園	①保塚町4丁目 ②一ツ家4丁目	①第1月曜 ②第3水曜	①14:00-15:00 ②10:00-11:00	①テレビ体操 ②ポールウォーキング・筋トレ	高齢
	だんらん	竹の塚マニション	保木間1丁目	第1土曜	14:00~16:00	おしゃべり会	高齢
	スマイルサロン	ふちえ明生苑	保木間4丁目	第3日曜	13:30-16:30	ヒーリングミュージック・らくらく体操・テーブルゲーム・二胡演奏	高齢
	なかま茶家ひがくり	そんぽの家S足立保塚	保塚町	第3金曜	14:00-15:30	お茶飲み・情報交換・仲間づくりなど	高齢
	ふれあいサロン マハロ	サウンドハウスマハロ	南花畑1丁目	第2金曜	14:00-16:00	歌・おしゃべり・健康体操・脳トレなど	高齢
	サロン白樺	花畑第3団地集会所	南花畑4丁目	第2木曜	11:00-13:00	食事会・交流・芸能お楽しみ会	高齢
	きららおしゃべりサロン	きららハウス花畑	南花畑4丁目	第2日曜	14:00-15:30	お茶とお菓子でおしゃべり・地域交流・体操	高齢
	モルックサロン島六	島六ふれあい公園	六月1丁目	第1火曜 (雨天中止)	10:00-11:00(涼しい季節は午後)	モルック	高齢
	六月中ふれあいいきいきサロン	六月中学校	六月1丁目	年3回 (9・12・1月)	12:30-15:30	中学生と高齢者の交流体験	高齢
	ろくまる見守りウォーキング	六町駅前安全安心ステーション「ろくまる」	六町4丁目	毎週水曜	17:30-18:30 (夕焼け放送に合わせ1時間)	地域見守りウォーキング	高齢

① 地域包括支援センターの圏域ごとに地区分け、② 開催場所住所順の順に掲載しています。

〔地域包括支援センター 地区分け〕

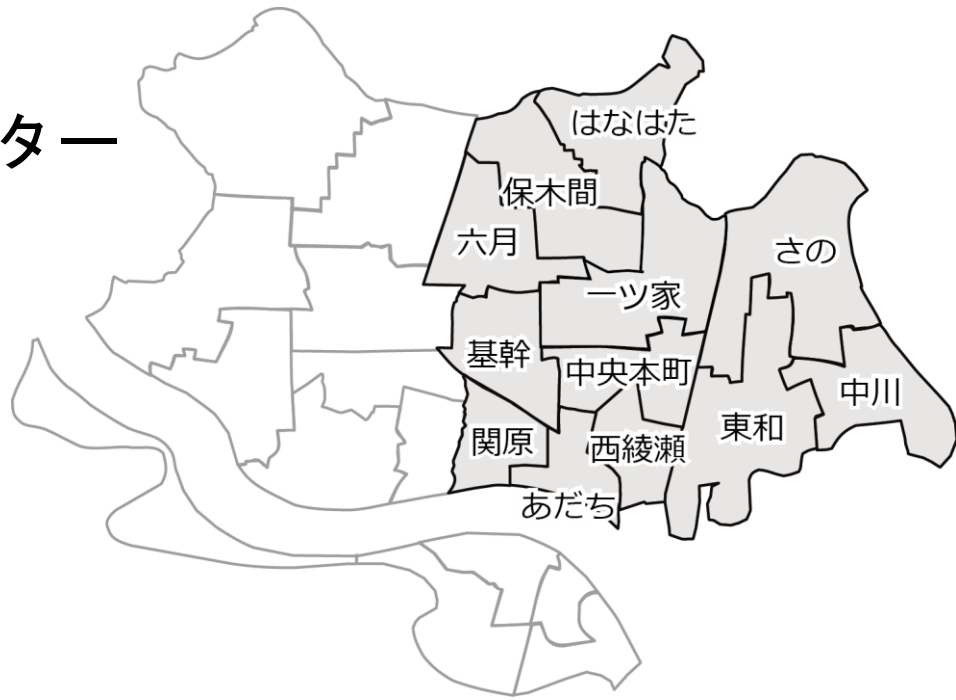
- 中部地区＝地域包括支援センター（あだち・基幹・関原・中央本町・本木関原）管内
- 千住地区＝地域包括支援センター（新田・千住西・千寿の郷・千住本町・日の出）管内
- 東部地区＝地域包括支援センター（さの・東和・中川・西綾瀬）管内
- 西部地区＝地域包括支援センター（入谷・扇・江北・鹿浜・西新井・西新井本町）管内
- 北部地区＝地域包括支援センター（伊興・はなた・一ツ家・保木間・六月）管内

※ 「高齢」「子ども・子育て」「その他」と分類していますが、対象を問わず、多世代交流を行っているサロンもあります。
また、サロンによっては、活動を中止している場合があります。詳細は下記へお問い合わせください。

足立区社会福祉協議会 基幹地域包括支援センター
〒121-0816 足立区梅島2-1-20 1階（足立消防署隣） 電話番号：03-6807-2460/ファックス：03-5681-3374
受付時間：月曜日～金曜日 9時～17時（祝日、12月29日～1月3日を除く）

地域包括支援センター 担当地域別一覧

東 側

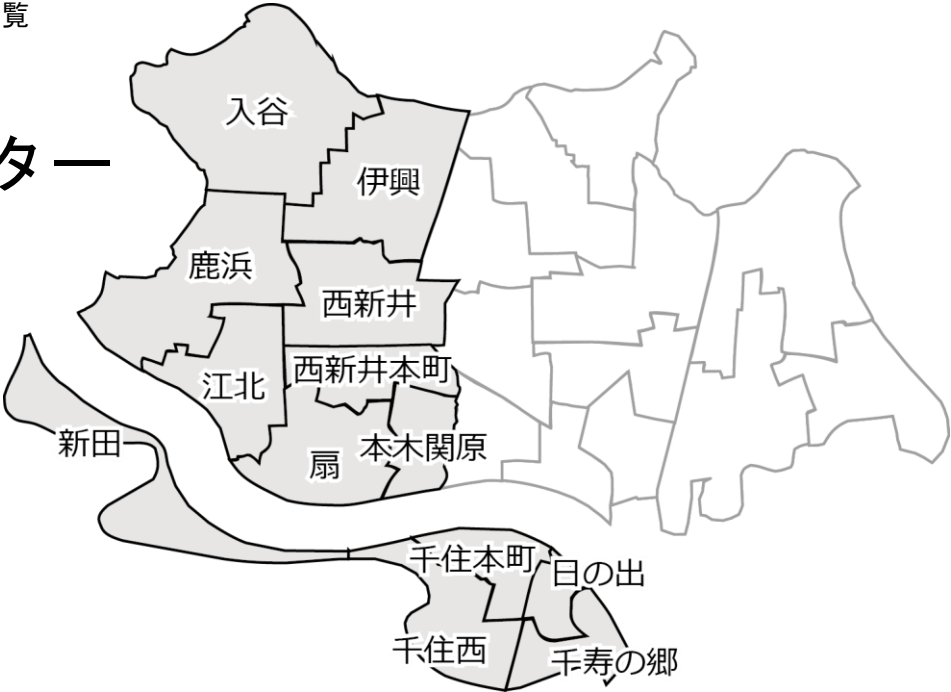


名称	電話番号	所在地	担当する地域
基幹 ※	03-5681-3373	梅島 2 - 1 - 2 0	梅島、中央本町 1、島根
あだち	03-3880-8155	足立 4 - 1 3 - 2 2	足立、中央本町 2、梅田 1
さの	03-5682-0157	佐野 2 - 3 0 - 1 2	加平、北加平町、神明、神明南、辰沼、六木、佐野、大谷田 2 ~ 5
関原	03-3889-1487	関原 2 - 1 0 - 1 0	梅田 2 ~ 8
中央本町	03-3852-0006	中央本町 4 - 1 4 - 2 0	中央本町 3 ~ 5、青井 1・3 ~ 6、西加平
東和	03-5613-1200	東和 4 - 7 - 2 3	綾瀬、東綾瀬、谷中、東和 1・3
中川	03-3605-4985	中川 4 - 2 - 1 4	東和 2・4・5、中川、大谷田 1
西綾瀬	03-5681-7650	西綾瀬 3 - 2 - 1	西綾瀬、弘道、青井 2
はなはた	03-3883-0048	花畑 4 - 3 9 - 1 1	花畑、南花畑 5
一ツ家	03-3850-0300	一ツ家 4 - 2 - 1 5	平野、一ツ家、保塚町、六町、南花畑 1 ~ 4
保木間	03-3859-3965	保木間 5 - 2 3 - 2 0	西保木間、保木間、東保木間
六月	03-5242-0302	六月 1 - 6 - 1	六月、東六月町、竹の塚

※ 緊急時 24 時間電話対応可

地域包括支援センター
担当地域別一覧

西 側



名称	電話番号	所在地	担当する地域
伊興	03-5837-1280	伊興 3－7－4	伊興、東伊興、伊興本町、西伊興、西竹の塚
入谷	03-3855-6362	入谷 9－15－18	入谷、舎人、古千谷、古千谷本町
扇	03-3856-7007	扇 1－52－23	扇、興野、本木東町、本木西町、本木南町、本木北町
江北	03-5839-3640	江北 3－14－1	江北、堀之内
鹿浜	03-5838-0825	皿沼 2－8－8	鹿浜、加賀、皿沼、谷在家、椿
新田	03-3927-7288	新田 3－4－10	新田、宮城、小台
千住西	03-5244-0248	千住中居町 10－10	千住桜木、千住緑町、千住龍田町、千住中居町、千住宮元町、千住仲町、千住河原町、千住橋戸町
千寿の郷	03-3881-1691	柳原 1－25－15	柳原、千住関屋町、千住曙町、千住東1
千住本町	03-3888-1510	千住 3－7－101	千住、千住元町、千住大川町、千住寿町、千住柳町
西新井	03-3898-8391	西新井 2－5－5	西新井、栗原
西新井本町	03-3856-6511	西新井本町 2－23－1	西新井本町、西新井栄町
日の出	03-3870-1184	日ノ出町 27－4－112	日ノ出町、千住旭町、千住東2
本木関原	03-5845-3330	本木 1－4－10	関原、本木1～2



■お問合せ先

足立区 地域のちから推進部 絆づくり担当課

足立区中央本町 1 - 1 7 - 1 足立区役所南館 3 階 電話 0 3 - 3 8 8 0 - 5 1 8 4