



千住を花でいっぱいに! まちをキレイに!



「花が好き」「外で体を動かしたい」「おしゃべりしたい」何でもOK！

公園を花でいっぱいにし、町をキレイにする活動

「花・プロジェクト千住」に参加しませんか？

参加すれば、こんなメリットが！

花の成長を
楽しめる

活動を通じて
交流・仲間づくり

三密を避けた
屋外活動

運動による
介護予防

ビューティフルウインドウズ
運動の一環にも

花・プロジェクト千住

連絡先

地域包括支援センター千住西
5244-0248

地域包括支援センター千住本町
3888-1510

地域包括
千住西・
千住本町

広がっています！ 千住の花壇づくり

「花・プロジェクト千住」から結成！公園自主管理チーム「千住なでしこ」

絆のあんしんネットワーク連絡会でスタートした「花・プロジェクト千住」。会議の中でメンバーを募り、公園の自主管理チーム「千住なでしこ」が結成されました。

足立区登録有形文化財の大正記念道碑がある千住中居町公園を舞台に活動中です。

花壇の水やり・草取り・苗の植え替えなど、得意分野を活かし、無理のない範囲で頑張っています！

千住なでしこ
こんな活動をしています



「大正記念道碑」のある
千住中居町公園



球根植え
(令和2年11月末)



発芽しました
(令和3年2月9日)



満開のチューリップ
(令和3年4月1日)

千住で広がる花壇づくり活動の輪

以前より公園の花壇づくり活動に取り組んでいる「千住ほんちょう公園すみれ会」。

「花・プロジェクト千住」始動にあたり、会長・田中心一さんより、活動上の工夫や、足立区の「花いっぱいコンクール」で表彰されたノウハウを、絆のあんしんネットワーク連絡会にてご披露いただきました。

千住の花壇づくり活動は、「千住ほんちょう公園すみれ会」から「千住なでしこ」へと広がっています。



千住ほんちょう公園すみれ会 会長 田中心一さん

足立区は、「孤立ゼロプロジェクト推進活動」に取り組んでいます。

詳しくは、足立区HPをご参照下さい。 <https://www.city.adachi.tokyo.jp/chiiki/korituzero.html>



コロナ禍でもできる！ 新たなつながりへ挑戦

1

地域資源を活かして 救え！買い物難民

体力の低下、お店の廃業などにより買い物が困難になる「**買い物難民**」が社会的課題となっています。

「スーパー、バス停まで遠い」「人に頼らずに自分で買い物したい」という、宮城・小台地域に住む方々の声に応えるため、友愛クラブ・宮城親交会を中心となり、「**買い物プロジェクト**」を立ち上げました。

地域の社会資源を活用し、現在は6か所の介護事業所、1か所のスーパーにご協力いただき、**プレ開催**を行っています。



自宅からの移動には**利用のない時間帯**に**デイサービス送迎車**を活用し、ご協力いただいたスーパーへ移動します。

参加者からは継続を望む声が上がるなど、コロナ禍でも「人とまち」のつながりが生まれています。

地域包括
新田

『買い物プロジェクト』
地域包括支援センター新田
3927-7288



欲しいものを自分で選んで買い物がごへ

2 コロナ禍だからこそ工夫して活動を！

「NPO法人たんぽぽ会・いきいきサロン（絆のあんしん協力機関）」ではこれまでの食事会を中止して、**誰でも購入できるお弁当の販売に切り替えました。**販売の際に相手の健康状態を確認しています。

千住東一丁目町会の介護予防教室「あずまれ！健康体操」や、シテヌープ北千住30自治会の「あけぼの会」は、感染予防策を徹底した上で、**令和2年7月より体操教室を再開し**、フレイル予防に努めています。

「“コロナ禍だからこそ”人と人とのつながりを大切にしよう」という思いで、各団体が工夫して活動しています。

地域包括支援センター千寿の郷
3881-1691

地域包括
千寿の郷



いきいきサロンのお弁当販売



千住東一丁目町会「あずまれ！健康体操」

3 月1回の手紙で孤立を防ぐ！

男性の居場所づくりを行っているふれあいサロン「男の健康クラブ～日(さん)・東(さん)・旭(さん)～」。

感染拡大による活動休止中、事務局で「今できること」を何度も話し合った結果、**メンバーに手紙を配る活動を開始。**

「近況を伺う手紙」「コロナ禍の生活状況についてのアンケート」「体力低下予防のチラシ」を**メンバー宅へ直接投函**しました。

以降も月に一度、一方通行にならないよう、「男性向けのお手軽レシピ」「おすすめの散歩コース」「脳トレのプリント」などを配布しています。

地域包括
日の出

コロナ禍でもメンバーとつながり、寄り添うための手紙が、孤立防止に一役買っています。



手紙の内容についてじっくり打ち合わせ

地域包括支援センター日の出
3870-1184