



用賀あんすこかわら版

春号

令和3年3月 用賀あんしんすこやかセンター発行



～1月18日～3月12日に新春スタンプラリーを開催しました！～

2階の階段近くに設置



令和3年 新春スタンプラリー 「一富士二鷹三茄子」

「スタンプコーナー」

新型コロナウイルスの予防のため「三密」を避ける日々の中、みなさんが気軽に立ち寄り、ほっとできればと思い、「スタンプコーナー」を設置しました。

スタンプを押しに立ち寄り、毎週変わるクイズを解いたり、情報をチェックしたり、通っているうちに「顔見知りができた。」「気分転換になる。」「意外に楽しい。」という声を聞きます。



「絵馬」



「今年の私の一文字」



「防災コーナー」



「絵馬」や「今年の私の一文字」「まちづくりセンターによる防災コーナー」の企画展示をしました。

今後も用賀まちづくりセンター・社会福祉協議会用賀地区事務局・用賀あんしんすこやかセンターが協働し、様々な催しを行う予定です。お楽しみに！

♪おためし脳トレコーナー♪ 「春」に関する漢字の読み方クイズです！

「春告鳥」といえばウグイスですが、「春告魚」といえばどんな魚でしょうか？
かつて北海道ではこの魚の漁が始まると春の訪れを感じたそうですよ。 ※答えは裏にあります。



介護予防筋力アップ教室をご存知ですか？

～いきいき・わくわくプログラム～

人生100年時代！健康長寿のための3つの柱は、筋力アップ、栄養・口腔、社会参加です。

筋力アップ教室は、世田谷区の「介護予防・日常生活支援総合事業」のサービスです。

教室 1クール12回（約3ヶ月）
1回約120分程度
費用 2400円
対象者 要支援認定者・※事業対象者

令和2年度3クール目の教室の様子



（※事業対象者とは基本チェックリストで一定の基準に該当した方です。）

令和2年度の教室は終了しました。

令和3年度の募集等の詳細は、あんしんすこやかセンターまでお問い合わせください。



用賀あんしんすこやかセンター（通称：用賀あんすこ）は、高齢の方々が住み慣れた地域でいきいきと暮らせるように様々な支援を行うための身近な相談窓口（地域包括支援センター）です。

平成28年7月から、高齢者に関するご相談に加え、障害のある方や子育て中の方などの身近なご相談もお受けしています。

【お問い合わせ先】

用賀あんしんすこやかセンター

（地域包括支援センター）

（対象地域：用賀・上用賀・玉川台）

世田谷区用賀2-29-22 用賀複合施設内2階

窓口開設時間：月曜日～土曜日

午前8時30分～午後5時00分

（日曜・祝日・12月29日～1月3日はお休みします）

電話：03-3708-4457



【クイズの答え】 ニシン

春告魚と書いて「ハルツゲウオ」と読みます。地域によってはメバルやサヨリなどを「春告魚」としているところもあります。

