



しょうちいきつうしん

交流会



ともえ 高砂共笑会

10月31日(金)

地区センターにて見守り活動について意見交換を行いました。
当日は約60名の見守り人が参加しました。アイスブレイクから始まり、
グループワークでは、“地域への思い”や“地域の課題”について共有しました。



見守り活動



高砂共笑会は高齢者を対象とした「ゆるやかな見守り活動」を行っています。例えば、自宅の前を通ったときに洗濯物やポストを見て変わりないことを確認する、外で会ったら挨拶を交わすなど。

高齢者から緊急連絡があった際には、民生委員や高齢者総合相談センターに連絡し対応してもらうこともあります。

しょうちいきつうしん等へのご意見・ご感想お待ちしております！



- ・こんな情報がほしい
- ・活動をする中での悩み、お困りごと
- ・地域の中で気になっていることがある など…

問い合わせ先または地区担当までお知らせください。

発行・問い合わせ

葛飾区社会福祉協議会 小地域福祉活動推進課

TEL：03-5698-2435 FAX：03-5698-2513

活動報告

10月～12月に活動のあった地区を
掲載しています

10月4日（土）

地区センターにて“食事会”を開催しました。
今年度2回目の食事会には、約50名の方がお越になりました。

食事の前には、「アコーディオンによる懐かしいメロディーを楽しむ会」が行われ、懐かしい曲を楽しみました。

今回のメニューは、野菜盛沢山なカレーライスと小松菜の和え物などでした。次回は、2月頃を予定しています。



食事はすべて民生委員さんが
手作りしています



新小岩地区

小松菜いちょう倶楽部

食事会



四つ木地区



歌声喫茶

ボッチャde遊ぼ♪



10月6日（月）

地区センターにて「歌声喫茶のつどい～歌は時代の歴史
思い出そう人生を～」を開催しました。

歌の前には、「イスに座ったままできる体操」を行い、
身体も動かしました。

11月9日（日）

新たなイベントとして、地区センターにて「ボッチャ
de遊ぼ♪」を行いました。

当日は、50名の方にご参加いただき、お子さんの姿も
見られました！



チーム戦では
参加者同士の交流の場面も
見られました！



10月7日（火）

地区センターにて、講座「防犯対策—犯罪被害にあわな
ために知っておくべきこと」を行いました。
区役所危機管理課の職員の方に来ていただき、詐欺被害
にあわないためのお話を伺いました。
約40名の高齢者の方が参加されました。

その後の「おしゃべりタイム」では、講座の感想や地域
の中で気になっていること等をお話しされていました。
お花茶屋地区ではマンションや民泊等の課題があるよう
でした。



映像からも詐欺の怖さを学びました

高齢者総合相談センターの
お知らせコーナーも設置！

お花茶屋地区

講座「防犯対策」



立石地区

サロン活動



げんき会

10月11日（土）

サロン活動「タッチ会」を開催しました。

「タッチ会」は本田町会・梅田町会・立石南町会区域
のサロンです。

今回は、ピアノ伴奏にて“昔懐かしいうた”を歌いま
した。



10月18日（土）

サロン活動「げんき会」を開催しました。

「げんき会」は立石西町会・立石仲町会・立石友和町
会区域のサロンです。

ラジオ体操で身体をほぐし、輪投げゲームで盛り上
がりました！



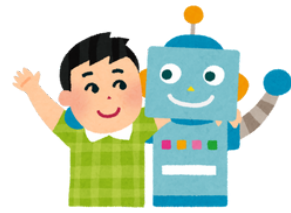
タッチ会



10月16日

地区センターにて「ふれあいサロン会」を開催しました。

町会対抗で、町会自慢や聖徳太子ゲーム等のゲームを行いました！



11月20日（木）

地区センターにて「健康講座」を行いました。

グループごとに健康に関するお悩みを人工知能（AI）に問いかけるというイベントを行いました。

東立石地区

東立石さとざくら会

ふれあいサロン会



「おともだちカード」を準備しました！

「おともだちカード」はその場だけのつながりではもったいない！から生まれたカードです。

“気が合うな” “友達になりたい！”という方がいた時に、サロン以外でもつながることができるように自由にやり取りしていただきました。



西水元地区

ピックルボール



10月19日(日)

ウェルラケットクラブにて「ピックルボール体験会」を開催しました。海外で定番化しているピックルボールは子どもから高齢者の方まで楽しめるスポーツです。

当日は5歳から92歳の方が参加しました♪

11月2日（日）

飯塚小学校にて「芋煮会」を行いました。

芋煮はおかわりする方もいて、400食を完売することができました。また、小学校児童と地域サークルの催し物もとても盛り上がりました。

芋煮会



10月19日（土）

地区センターにて出前寄席を開催しました。
あいにくの雨の中、60名程の方が来てくださいました。

入船亭扇好師匠、かつしか落扇指南所の八丁亭ミッキーさん、福々亭笑顔さんの落語を楽しみました。



高齢者総合相談センターの相談コーナーもあり、
「認知症サポーター養成講座」について
聞かれている方もいました。



南綾瀬地区

出前寄席



南綾瀬地区・金町地区では、年1回のイベントのほかにも月1回サロン活動を行っています。
サロン活動を通して、住民同士がつながるきっかけが生まれています。



金町地区 サロン演芸会



11月12日（水）

地区センターにて「落語と地域の演芸を楽しむ会」を開催しました。

落語家「柳家 あお馬」さんの話芸を楽しみました。
また、相撲甚句や獅子舞も披露されました。
当日は約100名の方が来てくださいました。



10月17日～19日に開催された“かつしか大人のアートフェア”に、サロン参加者の皆さんがつくった作品を出展していただきました。

「春夏秋冬」をテーマに参加者の皆さんの気持ちがこもった素敵な作品でした。



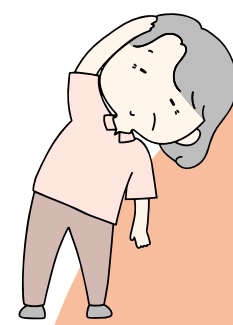
11月18日（火）

奥戸総合スポーツセンターにて「フレイル予防運動教室」を開催しました。

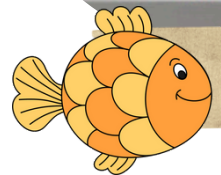
日頃、奥戸地区のサロン「奥戸フレイル予防運動教室」で講師を依頼している方に来ていただき、“いつまでも元気で歩こう”をテーマに体操を行いました。

約60名のシニアの皆さんが参加されました。

「明日は筋肉痛になりそう…」というくらい身体を動かすことができたようでした。

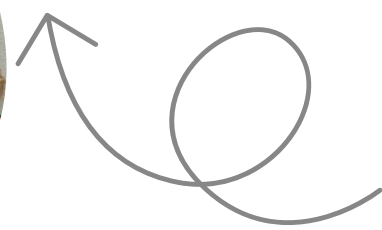


奥戸地区 健康体操



ゆずの会

笑顔で会いましょう



奥戸地区のサロンの皆さんも
“かつしか大人のアートフェア”
に出展しています！



水元地区 ふれあいの会



11月29日（土）

水元総合スポーツセンターにて「ふれあいの会」を開催しました。

第一部では、橘家竹蔵師匠の落語を楽しみました。

第二部では、高齢者総合相談センターからのご案内や警察署からの特殊詐欺のお話がありました。

当日は100名以上の方が参加されました♪



11月29日（土）・30日（日）

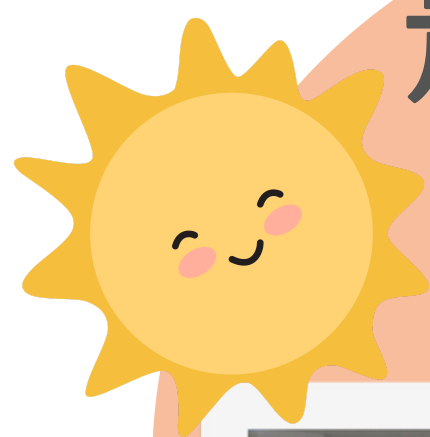
新宿小学校にて、地域展覧会「新展」を開催しました。
2日間で358名の方にご来場いただきました。
地域の皆さんや、新宿地域にある高齢者施設の利用者
さん等、110名の方が出展されました。
絵画、書、彫刻、写真など合計306点のステキな
作品が並びました。

新宿地区 新展



民生委員による
「おしゃべりサロン」
も行いました。

青戸地区 班活動



白鳥班

青戸地区は5つの班に分れて活動を行っています♪



11月29日（土）

白鳥つどい交流館にて「笑いヨガ」を開催しました。
当日は28名の方が参加され、会場は和やかな雰囲気でした。

「笑って動かして身も温かくなって幸せでした。」と
お声もありました。



12月6日（土）

青戸地区センターにて「季節の室内飾りづくり」
を開催しました。
クリスマスとお正月に向けた飾りで、個性のある
作品になっていました。



5丁目・中青戸班



12月9日（火）

地区センターにて会員研修会を開催しました🌹
近藤講師の指導のもと、皆さん真剣に取り組みました。

今回の花苗

- ・シロタエキク
- ・良く咲くスミレ
- ・黒葉牡丹
- ・チューリップ球根



亀有地区

亀有花風船の会



12月12日（金）

亀有駅の北口・南口の花壇に花苗の植え付けを行いました。当日は北風がとても強い中でしたが、皆さんで協力し、手際よく丁寧に作業を進めました。

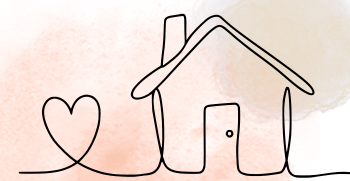
今年もチューリップの球根を植えておりますので、春には綺麗に咲く予定です。

お近くにお越しの際は、ぜひお立ち寄りください🌹



ちょっと気になる地域のこと… no.3

今回のテーマ 「ひきこもりと居場所 ―自立と自律―」



前回のつうしんでは、「居場所」についての記事を掲載しました。
今回は、「ひきこもりと居場所」について考えたいと思います。

ひきこもりの支援では、「自立」ではなく「**自律**」という言葉を使うそうです。

「自律」とは、本人のペースに合わせながら、本人やその家族が、自らの意思により、**自身が目指す生き方や、社会との関わり方等を決めていくことができるようになる**こととしています。（ひきこもり支援ガイドブック※）

あるひきこもりに関する調査では、居場所を利用する目的として「**必要な情報を得たい**」「**何かを学びたい**」「**誰かと話したい**」「**人の役に立ちたい**」等の回答が得られました。

さらに、居場所に求める内容として、「自由に過ごすことができる」「相談ができる」「利用者同士の交流」等が挙げられました。

一方で、「開催場所が遠い」ことが参加を断念する理由の1つのようです。

“だれでもどうぞ” “いるだけでいいですよ” というような居場所・活動が身近な地域の中にあることで、だれかの「自律（本人のペースで本人自身のことを決めていくこと）」に寄り添っていることになるのかもしれません。

ひきこもりやそのご家族の方の居場所（活動）として、「**家族会**」や「**当事者会**」がよく聞かれます。

そういった会に加えて、ひきこもっている方だけを対象としていなくても、**だれでも過ごすことのできる**、ちょっとホッとできる、多世代が交流できる活動・場があることも大切なのではないのでしょうか。

※ガイドブック：ひきこもり支援ガイドブック（厚生労働省）<https://www.mhlw.go.jp/content/12000000/001471235.pdf>
参考：

ひきこもり経験者の居場所、社会参加に関する意識調査報告書（一般社団法人OSDよりそいネットワーク）



活動予定



R8.2月～3月の活動予定です。
カレンダーは毎月定期的に行われている
地区の予定です。



毎月定期的に行っている地区

■金町地区 ■東金町地区 ■奥戸地区 ■亀有地区 ■堀切地区 ■南綾瀬地区

■四つ木地区 ■東四つ木地区 ■高砂地区（見守り活動）

※スケジュールがわかりやすいように色分けしています。

	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1 週	■奥戸：サロン	■堀切：サロン	■亀有：花壇手入 ■堀切：サロン ■東金町：サロン	■奥戸：サロン ■堀切：サロン	■東金町：サロン	■亀有：花壇手入 ■奥戸：サロン ■東金町：サロン	
2 週	■奥戸：サロン	■堀切：サロン ■東金町：サロン	■亀有：花壇手入 ■堀切：サロン ■金町：サロン ■四つ木：困り事	■奥戸：サロン ■堀切：サロン	■東四つ木：サロン	■亀有：花壇手入 ■東金町：サロン	■東金町：サロン
3 週	■奥戸：サロン	■堀切：サロン	■亀有：花壇手入 ■堀切：サロン	■奥戸：サロン ■堀切：サロン	■東金町：サロン	■亀有：花壇手入 ■東金町：サロン ■奥戸：サロン	
4 週	■奥戸：サロン	■堀切：サロン	■亀有：花壇手入 ■堀切：サロン	■奥戸：サロン ■堀切：サロン		■南綾瀬：サロン ■亀有：花壇手入 ■東金町：サロン	■東金町：サロン

お休みのお知らせ ・2月（第2週・水）「困りごと相談」：四つ木 ・3月（第1週・土）「サロン」：東金町 ・3月（第2週・金）「サロン」：東四つ木

定期的な活動とは別のイベント活動等の実施予定です。

2月

- ・2日（月）
青戸地区 イベント
- ・6日（金）
四つ木地区 歌声喫茶
- ・7日（土）
新小岩地区 食事会
新小岩北地区 健康体操
- ・11日（水・祝）
お花茶屋地区 昔遊び体験
- ・14日（土）
堀切地区 イベント
- ・23日（月・祝）
立石地区 落語会

3月

- ・7日（土）
東金町地区 学習会
- ・14日（土）
東立石地区 落語会
東四つ木地区 音楽会
- ・22日（日）
四つ木地区 音楽会



他の地区の活動に関してのお問い合わせは、
葛飾区社会福祉協議会までご連絡ください。（☎03-5698-2435）

群馬県太田市 尾島地区社協 視察研修

11月5日（水）

ウェルピアかつしかにて太田市尾島地区社協（群馬県）の皆さまをお迎えし、研修会を実施しました。

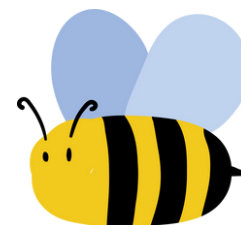
今回の研修では、高砂共栄会が取り組む

「さりげない見守り活動」について、石戸委員長、橋本副委員長、高橋委員の3名より取り組み内容の発表がありました。日頃の地域の様子や、活動を通じた気づきなどを共有いただき、参加者の皆さまからも活発な意見交換が行われました。



お知らせ

令和7年度



地域住民福祉活動情報交換会

～“つながり”を広げる、小地域福祉活動～

日時：令和8年1月30日(金)午後1時30分～4時30分

会場：ウェルピアかつしか（葛飾区堀切3-34-1）

第1部 講演

「地域のちからで広がる小地域福祉活動」

講師：日本社会事業大学 准教授 倉持 香苗 氏

第2部 報告・情報交換会

①足立区 「ふれあいサロン」

当日は、活動に携わっている方からお話をいただきます。

②情報交換会

皆さまのご参加をお待ちしております



詳細は、推進組織正副代表あてにお送りいたしますので、併せてご確認ください。

