



令和4年度 第2回 総合高齢社会対策推進協議会

総合高齢社会対策の取り組みについて

— 区政90周年 記念事業の紹介 —

令和5年2月16日 保健福祉部 総合高齢社会対策推進室



元気100歳×区制100周年にむけて「介護予防・日常生活支援総合事業ウィーク」を開催

90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ①

◆介護予防大作戦！

10月3日に介護予防大作戦を実施しました。

当日はファイザー株式会社江田誉先生、東京都健康長寿医療センター岩切理歌先生による講演会を行ない、認知症すごろく体験ブース、ウォークラリーの景品引換や動画視聴ブースなども実施しました。

参加者585名



90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ②

◆オーケストラの生演奏で！
「としまる体操」in 池袋西口公園 GLOBAL RING
〈立教大学交響楽団×東京都健康長寿医療センター〉

区制施行90周年の記念事業として、立教大学交響楽団の生演奏と「としまる体操」の生みの親である江尻愛美先生の指導による大型体験会を9月13日に開催しました。



体操参加者
228名



90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ②

◆「としまる体操」in
南池袋公園、イケ・サンパーク、中池袋公園

区内の3公園で青空の下としまる体操を実施しました。

「みんなで体操をするのは楽しい」と、回を追うごとにリピーターが増えました。



- ◆イケ・サンパーク 10月12日開催
- ◆南池袋公園 10月18日開催
- ◆中池袋公園 10月25日開催

3公園で参加者
80名以上



90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ③

◆認知症対策事業

認知症対策事業として、さまざまな事業を行ないました。

- ◆東京慈恵会医科大学精神神経科繁田雅弘先生による認知症講演会（9月7日開催）
- ◆夏休みの親子向け認知症カフェ（8月25日開催）
- ◆キャラバン・メイト養成講座（10月13日開催）

講演会参加者
120名

カフェ利用者
62名



90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ④

◆区内をめぐる つながるウォークラリー

高齢者の方が外に出るきっかけとして、区内名所旧跡・文化施設等を回らないと分からない簡単なクイズに回答していくウォークラリーを9月～10月にかけて開催しました。

参加者
約300名



90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ⑤

◆モバイル介護予防

携帯電話の便利な機能の紹介や、Wi-Fiへの接続方法の理解を学ぶ、初心者向けのスマホ講座を行ないました。

- ◆11月28日東池袋フレイル対策センター
- ◆2月3日高田介護予防センター
- ◆3月20日高田介護予防センター（予定）

9月～3月
区民ひろばでも開催

受講者
24名



90周年記念事業 フレイル予防でいきいき100歳 ⑥

◆企業との協働による介護予防・認知症対策の推進

9月26日に花王株式会社主催の「簡単！きれい印象メイクセミナー」（シニア向けメイクセミナー）を東池袋フレイル対策センターで開催しました。

メイク講座参加者
18名

