

いーとこ便り 7月号 豊島区立東池袋フレイル対策センター

発行日：2019年6月24日（月）／運営団体：特定非営利活動法人ワーカーズコープ

ごあいさつ



梅雨と夏の合間の、天気や気候の変化が大きい季節となりました。いーとこでは暑さや天気などを気にせず、としまる体操やイベントなど皆さん楽しんでます。6月から始まりました「おとな食堂」も地域のボランティアに支えられにぎわっています。ぜひお待ちしております。

センター長 荒井 麻記子

利用者インタビュー



青木 隆廣さん

Q. フレイル対策センターに来館された動機は何ですか？

A. 自分の健康のために

Q. これからの活動の目標を教えてください。

A. みんなと楽しく過ごして、仲間をふやしたい。

利用者インタビュー



S.Eさん

Q. フレイル対策センターに来館された動機は何ですか？

A. 出来るだけ寝たきりにならないためと思い参加しています。

Q. これからの活動の目標を教えてください。

A. 自分の時間の都合がつき次第、社会参加を希望します。



サポーターインタビュー

K.Kさん (経験2年半)

Q. サポーターに挑戦された動機は何ですか？

A. 高齢者社会を迎え、何かお手伝いできる事があるのではないかと考えた。

Q. サポーターの活動の魅力を教えてください。

A. 地域の方達とふれあえ、一緒に予防ができる。

【おとな食堂】毎週水曜日 17時～

7/3 ごもくチラシ+汁物

7/10 豚丼+汁物

7/17 つけ麺

7/24 カレーライス

1食 300円

※食数30食ほどと
なっております。

おとな食堂と一緒に運営してくれる方募集中！
食材等の提供にご協力頂ける方募集中！
詳しくはスタッフまで☆

豊島区立東池袋フレイル対策センターいーとこ

住所 東池袋2-38-10 電話 03-5924-6212

開館日 月曜日～土曜日（午前9時～午後4時）祭日は、休館日になります。

