



# 松原あんすこ通信

## 第21号

松原あんしんすこやかセンター  
(地域包括支援センター)

松原5-43-28

電話 03-3323-2511

FAX 03-5300-0212

令和4年6月発行



松原あんすこに、新しい  
メンバーが入りました



### 3月「いきいき講座」開催報告



### 今日からできる「フレイル予防」

令和4年3月に、松原一丁目会館・松原まちづくりセンター  
松原地区会館・保健医療福祉総合プラザの4か所で実施  
しました。体力測定や自身の生活の振り返りをしました。  
参加者の方から『参加したことで生活を見直した』『自分の  
やる気もでた』『健康づくりの意識を変えたいと思った』  
という感想をいただきました。  
今年度も「いきいき講座」を開催しますのでぜひご参加ください。

### 近々開催予定の「いきいき講座」ご案内

7月 いきいきウォーキング講座 「元気に歩いてフレイル予防」

～正しい歩き方を知って、一緒に歩いてみませんか～

\*詳細が決まり次第、掲示板や窓口で皆様にご案内いたします\*

### はつらつ 介護予防講座

松原あんしんすこやかセンターと同じ建物内の  
新しくなった松原まちづくりセンター活動フロアで  
月に1～2回でも身体を動かしませんか？

定員制のため、事前申し込みが必要です。

※詳しくは松原あんしんすこやかセンターにお問合せください

☎ 03-3323-2511

FAX 03-5300-0212



# 松原あんしんすこやかセンター



主な担当地区：松原1・2丁目

令和4年度職員紹介

所長：佐藤

大房

横山

4月に異動してきました。  
よろしくお願いします。

今年度はこの3人で1、2丁目を担当いたします。

「そうだ、あんすこに聞いてみよう」と思ったときは、  
お気軽にご連絡ください。どこにでもかけつけます！

主な担当地区：松原3・4丁目

今年度の3・4丁目は私たち2人で担当いたします。  
地域の皆さまと沢山お話したいと思っております。

お気軽にお声がけ下さい。

副所長：大内

植松

4月に異動してきました。  
よろしくお願いします。

塩崎

金沢

前所長の森川の退職に伴い、昨年に引き続き金沢と  
3、4丁目を担当していた塩崎の2名で担当いたします。  
今年度も10月のふれあい絆フェスタに参加させていただくなど、  
5、6丁目の皆さまに、あんすこを益々身近に感じて  
いただけるように頑張ります。

主な担当地区：松原5・6丁目



スマートフォンのカメラを起動して  
左の二次元コードにかざしてみてください。

(カメラレンズで読み取れない場合は Google レンズで読み取っててください)  
松原あんすこからののお知らせ、事業概要などを見ることができます。



**\* 松原あんしんすこやかセンター \***

(地域包括支援センター)

**松原5-43-28**

**\* 電話:03-3323-2511**

**\* FAX:03-5300-0212**

**8:30~17:00**

**日曜・祝日・12月29日~1月3日はお休みです**

**ココ(令和4年1月31日~)**