



# 若林地区通信

2025年3月 若林地区社会福祉協議会 発行



世田谷区社協キックスター  
ココロ

体爽(操)に  
いらっしゃいませんか

## 防災ウォーキングを実施しました!

毎月3回、それぞれ若林・三軒茶屋2丁目の3つの会場にて若林地区社協が主催している「体爽(操)にいらっしゃいませんか」。3月10日(月)は普段通りの体操の活動後、お楽しみ企画として「防災ウォーキング」を実施しました。

若林町会広報部長・防災士の月村雅一氏をお招きし、まずは「防災とフレイル」をテーマにしたお話がありました。非常用トイレの選び方や必要な数、在宅避難や避難所の利用について、また備蓄品の種類について説明がありました。避難のためには、日常から足腰を丈夫にしておくことが大切ということでした。

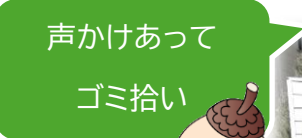
次にまちづくりセンターを飛び出し、ゴミ拾いをしながら近隣をウォーキング。路上に設置された消火器やホース、かまどや防災倉庫をみなさんで確認しました。普段地域を歩いていてもなかなか気に留めない万一の際の備えについて、改めて認識する機会となりました。



30分の体操



「防災とフレイル」  
についてお話



声かけあって  
ゴミ拾い



かまどベンチに  
腰掛けてひと休み♪



こんなところに消火器が!  
収納箱を開けてみました



記事についてのお問い合わせ先

社会福祉協議会若林地区事務局 070-3946-9786