

たくさんの

“メッセージ” と “折り鶴”

あいがとう  
ございました。

名称：介護予防啓発チラシ 第4弾

期間：令和3年8月20日～10月31日

- 内容：①こころを元気にする5つのヒント  
②市内の薬局をめぐる  
スタンプ・クイズラリー  
（共催：戸田市薬剤師会）  
③戸田市薬剤師会からのお知らせ  
④メッセージ“心のリフレッシュ法”  
⑤折り鶴アート

展示期間：9月28日～10月15日

展示場所：戸田市役所 2階ロビー



集められたメッセージ

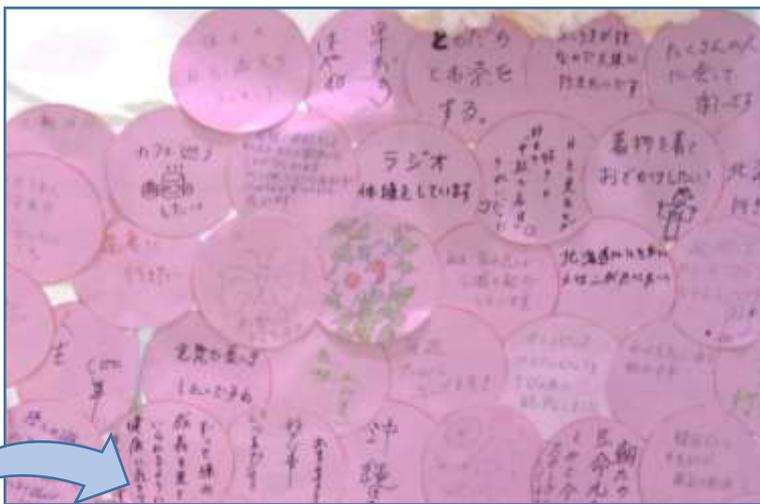
565通

集められた折り鶴

約 2,000 羽

# 展示の様子

**565通のメッセージが  
集まりました。**



「ラジオ体操をしている」  
「早寝早起き！」  
「人生100年！！」  
「着物を着てお出かけしたい♪」  
素敵な花の絵をかいてくれた方も  
いらっしゃいました。



**今年は花火大会が中止だったけれど**

**秋晴れと、紅葉が待ち遠しい・・・**



市内の公共施設が回収ボックス設置にご協力くださいました。



東部福祉センター・新曽福祉センター  
西部福祉センター  
上戸田地域交流センター（あいパル）  
新曽南多世代交流館（さくらパル）  
笹目コミュニティセンター（コンパル）  
心身障害者福祉センター

ご協力ありがとうございました



コロナ禍でも工夫をしながら、楽しみを見つけながら、コロナウィルスの終息を願いながら生活をしている声がたくさん寄せられました。



多くの方が見に来てくださいました。

# クイズ・スタンプラリー

名称：市内の薬局をめぐるスタンプ・クイズラリー

期間：令和3年10月1日～10月31日

内容：①スタンプラリー

市内実施薬局28か所をめぐるスタンプを押して中山道を制覇！！

効果  
介護予防

②クイズラリー

市内実施薬局で、健康やお薬に関するクイズに答えよう

効果  
脳トレ



スタンプ・クイズラリーカード

市役所に展示をしました！！

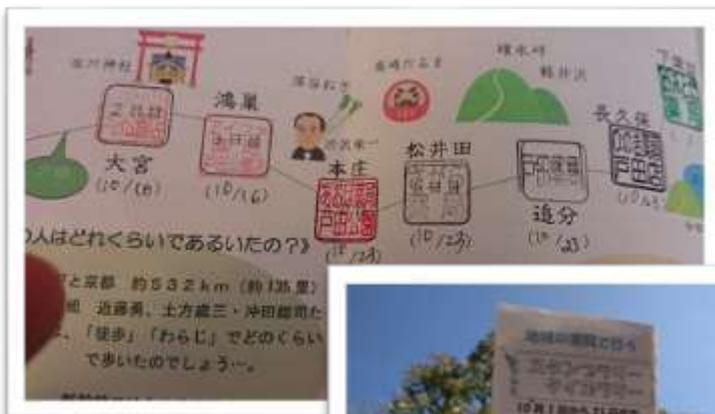
私たちも実際にやってみました！！

(生活支援コーディネーター編)



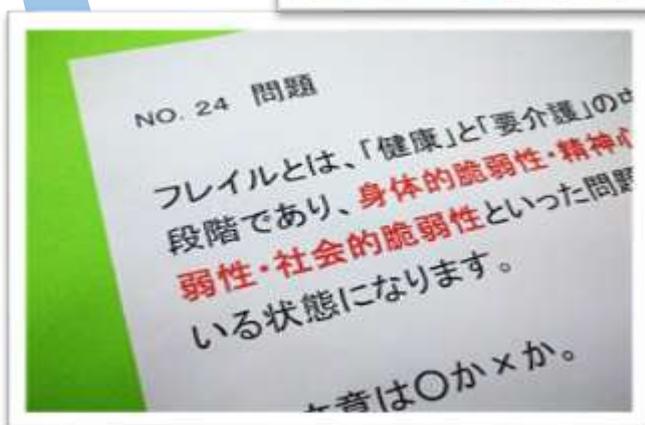
かかりつけ薬局さんでスタンプラリーカードをもらい、スタンプラリーをはじめたら、思った以上に楽しく廻りました。スタンプラリーをやることで、歩く目標にもなり、クイズで脳トレにもなりました。何より、どこ薬局さんでも忙しいにも関わらず、温かく対応していただき、薬局の方とのお話がとても楽しかったです♪

天気の良い日に、スタンプラリーとマップを持って市内を回ってみました。処方箋もなかったので、とても緊張しました(汗)でも、皆さん温かく受け入れてくださり、問題も難しかったけれど、しっかり補足の説明をしてくれて、とても勉強になりました。楽しくなって、いっぱい回ったら、な、な、なんと！！コバトンマイレージの歩数計の数字が11,500歩！！でした。道中もこうやって歩かないとわからない新たな戸田市を発見できました。



コバトン  
マイレージ  
11,500歩!

さあ、  
出発！！



問題は難しかったけれど、  
薬剤師さんが優しく教えてくれました

# 多くの方が

# 参加してくださいました。

## 参加者

### 延べ 284 名

### 参加者・薬局の方にききました。

欄外に押すまで、参加してくれる人がいました。(薬局)

各薬局ごとにカラーがあって、それを感じながら廻るのも楽しかった。(参加者)

28のすべての薬局に行きました。なので、中山道も制覇してしまったので、スタンプは欄外におしてもらった。(参加者)

クイズも好きな番号どうぞって選ぶ楽しみもあつた。(参加者)

# ありがとう ございました

いろいろな方が参加してくださいました。(薬局)

どこの薬局もあたたかく対応してくださり、処方箋がなくても行きやすく、歩く目標になりました。(参加者)

緊張！！し入りましたが、次の近い薬局を教えてくれたので行きやすかった。(参加者)

毎日のように、誰かが来てくれました(薬局)

クイズも、一覧になっていたり、iPad だったり、大きく見やすくなっていたり、工夫されてました。(参加者)

忙しいにもかかわらず、とても丁寧にクイズの説明をしてくれました。会話も楽しかったです(参加者)

## 参加者の声

山本 文男 様 (86歳)  
新曾在住



全てを制覇した方がいると伺い、話を聞きに行ってきました。

もともと運動好きの山本さん…荒川沿いを歩き海まで歩くなど、歩くのも得意としている中で、グラウンドゴルフの会場で配布されたのがきっかけでこの薬局をめぐるスタンプラリーを始めたそうです。中山道があるくという企画はすべて制覇！！枠外にも薬局スタンプが押され、クイズもすべて制覇！！フレイルという言葉が知らなかったが勉強になったと、いい企画だと言ってくださいました。背筋もシャキッ！とし、とても若々しい素敵なお方でした。ありがとうございました。