



人生の先輩に家事を学ぼう！暮らしマスター キャリアあだち×地域包括支援センター千住西（千住）

千住にある障がい福祉事業所キャリアあだちと高齢者の相談窓口である地域包括支援センター千住西のはじめての料理企画が開催されました。

この企画はキャリアあだちの自立訓練プログラムの一環で、今後一人暮らしのための家事をマスターするため、人生の先輩である地域の高齢者が講師になり料理を教わります。レシピは「高野豆腐の肉巻き」など他3メニュー。利用者の皆さんは教わりながら手際よく料理を進めます。完成しみんなで試食。利用者からは「みんなで食べることができて良かった。」講師をした女性は「若い人と料理を一緒にできて、光栄で幸せな体験でした。」と楽しく終わりました。福祉の分野をこえて生まれた新しい取り組みでした。

なお今回の取材写真はキャリアあだちの写真が得意なメンバーが撮影しました。（2025年11月18日）

令和7（2025）年度 ささえあいブログ（足立区社会福祉協議会）