

西東京市

わたしびより

好きで楽しむ、まち life

50歳からの特別版

SUMMER 2026 vol.01



西東京市認知症啓発キャラクター
らら(楽楽)ちゃん



まちで見つける、新しい楽しみ。

これからの毎日を、もっと自分らしく。

仕事や家庭、地域との関わり。これまで積み重ねてきた時間は、これからの毎日を豊かにする力になります。50・60代は、仕事や子育ての先に、自分らしい楽しみ方を見つけていく時期。少し気になっていたことを始める。誰かと話す。地域を知る。そんな小さなきっかけが、これからの毎日を少し前向きにしてくれます。

人とのゆるやかなつながりや、楽しみを持つことは、70代以降も、自分らしく健やかに暮らしていくための力に。これからの安心にもつながっていきます。

「わたしびより」は、地域の活動や学び、趣味、健康のヒントなど、“ちょうどいい楽しみ”、思わず出かけたくなる“きっかけ”、誰かに話したくなる“情報”を紹介するタブロイド紙です。

QRチャレンジ

スマホでQRコードを読み込むと、人気若手劇団メンバーが声を担当するミニアニメが見られます！「もの忘れ予防検診」を楽しく知るきっかけに。まずは“ピツ”と試してみてくださいませんか？



もの忘れ予防検診