

高齢者住宅（シルバーピア）入居者募集

募集戸数／シルバーピア深大寺（深大寺北町5－35－26）1戸

申込時に次の①～⑤全てに該当する方

- ①65歳以上で1人暮らし
- ②市内に3年以上居住している
- ③住宅に困っていることが明らか
- ④前年の収入が月額21万4000円以下
- ⑤暴力団員でない

募集案内・申込書の配布／10月5日(月)～19日(月)

申込書、住民票（写し）、令和8年度住民税課税（非課税）証明書、賃貸借契約書（写し）、住宅に困窮していることを示す書類を10月23日(金)までに高齢者支援室（市役所2階）☎042－481－7150へ持参

精神障害者家族会の情報交換・相談会

10月10日(土)午後1時30分～3時30分

場所 ところの支援センター1階団体室

内容 精神保健福祉に関する情報交換、家族の悩み相談ほか

当日直接会場へ

精神障害者家族会かささぎ会・今井

☎090－8504－3797（障害福祉課）

西部ふれあいのつどい

10月11日(日)午前10時～午後3時

場所 西部地域福祉センター

内容 歌や楽器演奏、踊りなど舞台発表

社会福祉協議会☎042－481－7693

協力会員募集説明会

高齢、障害があるなど、外出や家事の手助けが必要な方、食事の配達を必要とする方を支援する活動です。

①10月13日(火)②26日(月)

午前10時～11時30分

①東部公民館学習室②調布ゆうあい福祉公社

参加できない場合は個別に対応可



専用
フォーム

申込専用フォームまたは電話で（公財）調布ゆうあい福祉公社☎042－481－7711

高齢者・障がい者のための成年後見相談会（個別相談会）

10月24日(土)午前9時～午後3時（1組50分）

場所 総合福祉センター2階

内容 成年後見制度の概要、財産管理、遺言や相続、申立方法など

相談員／（公社）成年後見センター・リーガルサポート司法書士

申し込み順12組

費無料

10月5日(月)～23日(金)に電話で福祉総務課

☎042－481－7323（平日午前9時～午後4時）※電話での申し込みが困難な場合はEメールで応相談

fukusou@city.chofu.lg.jp

第21回にじの会まつり

10月24日(土)午前11時～午後2時

場所 (福) にじの会 大沢にじの里（三鷹市大沢1－6－3）

内容 交流イベント、模擬店など

費無料

当日直接会場へ

(福) にじの会・新津☎0422－39－2411

（障害福祉課）

布田わくわくひろばまつり・こころの健康支援センター地域のつどい

10月25日(日)午前10時～午後3時

場所 こころの健康支援センター

内容 地域の団体や学校、福祉団体による、バラエティー豊かな舞台発表・手作り品や野菜などの販売・ゲームコーナーなど

社会福祉協議会☎042－481－7693

今年も元気に「すずかけフェスタ」

10月31日(土)午前10時～午後3時※荒天中止

知的障害者援護施設なごみ敷地内

国歌やダンス、和太鼓、模擬店など

社会福祉事業団なごみ・和知☎042－481－7371

（障害福祉課）

パソコン、スマホ、タブレット個別相談会（第4回）

11月13日(金)

午後1時～2時、2時15分～3時15分、3時30分～4時30分

場所 総合福祉センター4階生活支援室

市内在住の障害のある方と家族

各回1人（多数抽選。初参加優先）

費500円

相談したい機器※申込時に要申し出

詳細は社会福祉協議会☎参照

10月6日(火)～11月5日(木)に直接または電話・FAX・Eメールでドルチェ（総合福祉センター4階）

☎042－490－6675☎042－444－6606

dolce@ccsw.or.jp（社会福祉協議会）

第13回希望の家深大寺地域のつどい

11月14日(土)午前10時30分～午後2時30分

内容 手づくり品の販売、模擬店、ゲームなど

希望の家深大寺☎042－426－8577

（社会福祉協議会）

高次脳ピアサポーター研修「障がいを強みにするワタシの社会復帰のストーリー～今より世界を広げるキッカケと選択について～」

11月14日(土)午後1時30分～3時30分

場所 総合福祉センター4階

対象 高次脳当事者・失語症者と家族、医療福祉関係者など

講師 福島芳美（高次脳ピアサポーター）

申し込み順20人

費無料

保あり（11月4日(火)まで）

11月10日(木)までに専用フォームから申し込み

ドルチェ☎042－490－6675（社会福祉協議会）



専用
フォーム

社会参加で健康寿命を延ばそう ～「人生100年時代」のフレイル予防～

「フレイル」とは、病気ではないけれど筋力や心身の機能・活力が衰えてきた「健康と要介護の間」の状態です。フレイル予防の3本柱のうち、特に大切なものが社会参加です。人との交流や社会とのつながりが豊富であると、心や身体の機能が保たれ、自分らしく自立した生活を送ることが

できるほか、うつ状態・認知症のリスクが低くなるとも言われています。できる範囲で始めるなど、今より社会参加の時間を増やしてみませんか。また、生活時間の中心が、就労から地域や家庭に移行していく時に備え、50歳代から自身の将来の社会参加について検討を始めてみませんか。

社会参加の効果

- ①筋力や体力を保つ
- ②食欲がわき、ご飯が美味くなる
- ③いきがいや地域との交流が生まれる
- ④閉じこもり・孤立を防ぐ



色々な形での社会参加

- ①買い物や通院
- ②ご近所さんや友人との会話
- ③運動や趣味の活動
- ④ボランティア活動
- ⑤就労



高齢者支援室☎042－481－7150

駅前放置自転車 グリーンキャンペーン

「自転車の 代わりに置こう 思いやり」

駅周辺の公共道路・駅前広場周辺事業者の協力における啓発活動と放置自転車に対する警告、撤去を強化しています。自転車は駐輪場に停めましょう。

10月22日(木)～31日(土)

調布駅周辺・つつじヶ丘駅周辺・仙川駅周辺



地域交通課☎042－481－7420