

調布市地域包括支援センター ちょうふの里

みまもっと便り

令和5年9月発行

♡ 調布市認知症サポート月間



9月は調布市認知症サポート月間です。9月21日の「世界アルツハイマーデー」にちなみ、「調布市認知症サポート月間」としました。認知症の方の6割が在宅生活を送る中、地域で暮らす認知症の方にさりげない支援の手が行き届く街づくりを目指しています。月間中は認知症や予防についての様々なイベント・認知症支援に携わる皆さんの活動のご紹介などを行っています。

問合せ 地域包括支援センター ちょうふの里 ☎ 042-441-6655

または調布市役所高齢者支援室 ☎ 042-481-7150



～オレンジガーデニングプロジェクト実施中～

市内各所でたくさんの綺麗なオレンジ色のお花が咲いています。栽培・撮影にご協力いただいた市民のみなさま、事業所の方々、本当にありがとうございます！！

♡ ふらっと喫茶

誰もが気軽に参加できる“認知症カフェ”です。認知症の方やそのご家族、もの忘れの気になる方、認知症について知りたい方など、一緒に学び、語り合える場です。

毎月：第2水曜日 13：30～15：00

場所：地域包括支援センターちょうふの里 サブセンター 2階

対象：どなたでも参加可 定員12名（事前予約をお願いします。）



♡ もの忘れ予防検診

問合せ 青木病院 認知症疾患医療センター

☎ 042-483-1399

令和5年度も、生活習慣病・認知機能(もの忘れ)について、一年に一度の検診を受けて今の健康を維持しましょう。今年度74歳・76歳になる方は8月末ごろに検診案内を郵送、今年度65～79歳になる方で検診を希望される方は調布市役所高齢者支援室へ申し込みとなります。



♥ 介護教室

◆ 第1回 いつまでも若々しく！ 老化を防いで身体の中から健康に

日時：10月25日 水曜日 14時～16時

◆ 第2回 必要な栄養素は取れていますか？ バランスのよい食事の組み合わせで家族も健康に

日時：10月31日 火曜日 14時～16時

いずれも場所は飛田給メモリードホール(飛田給1丁目53-2)

申し込みは先着30名 締切：10月20日(金)まで

問合せ：地域包括支援センター ちょうふの里サブセンター

☎042-444-5151

♥ 介護予防事業

介護予防

を目的とした園芸活動を始めました😊

ちょうふの里の花壇で介護予防を目的とした園芸活動を始めました。定例会は月に1回程度ですが、その他の日はメンバーが活動できる時に花壇の手入れを行っています。介護予防には、**運動・栄養・社会参加**という3つのキーワードがありますが、地域で行う園芸活動にはそのうちの運動と社会参加が関連します。仲間とともに花壇に植える草花を考え、案を出し合いながら**(社会参加)**、土を耕して苗を植えたり雑草を取ったり、見頃を終えた花柄を摘んだり…**(運動)**。花が綺麗に咲いて花壇の見栄えが良くなると、近隣の方たちのお散歩コースとしても喜ばれます。草花の成長は目に見えやすい形で成果を感じられ、活動が楽しみとなっています。



草花や土の匂い、
季節を感じながら・・・
介護予防してみませんか？

参加者募集中♪

持ち物：動きやすい服装、軍手等、帽子、飲み物

集合場所：ちょうふの里 正面玄関

問い合わせ先：042-444-5151

地域包括支援センター

ちょうふの里サブセンター 米沢



調布市みまもりネットワーク事業

みまもっと



調布市見守りネットワーク
「みまもっと」キャラクター
みまもっくん

調布市では、高齢者や支援が必要な方が、地域で安心して暮らしていくために、見守りネットワーク事業(通称 みまもっと)を推進しています。皆様のお近くで暮らす心配な高齢者について、何か気づいたことがありましたら、ぜひお気軽にご相談下さい！

調布市 みまもりサポーター養成講座の開催依頼も随時受付中です♪

♥ 職員紹介

メインセンター



介護予防看護師
櫻村 亜美

7月に入職しました櫻村です。皆様が安心して暮らしていくためにお力になれるよう頑張ります。静岡県出身です。調布のことをもっともっと知りたいです。ぜひ色々お話し聞かせてください。よろしくお願いします。



主任ケアマネジャー
原口 彰男



社会福祉士
竹内 悦子



認知症地域支援推進員
岩崎 亜紀



介護支援専門員
吉川 晃江

サブセンター



利用者アンケート 実施中
インターネットでの回答にご協力ください。



主任ケアマネジャー
甲斐 知美



介護予防保健師
米沢 久美子



見守りネットワーク
上片野 麻美



社会福祉士
栗田 真由子



介護支援専門員
村田 純子





- 介護保険を申請したい。
- 近所や知人で気になる人がいる。
- 介護予防したい。
- 入退院後の生活に不安がある。
- 認知症かもしれない、心配。
- 出前講座をしてほしい。



たとえば・・・こんな時にご相談ください！



「地域包括支援センター」は調布市役所からの委託を受け、高齢者やそのご家族の総合的な相談・支援・調整を行う機関です。介護保険の申請や介護予防をはじめ、退院後の在宅生活に向けた支援など、様々なサービスの利用調整をしています。また、虐待の早期発見・防止の相談支援を専門職がチームで取り組んでいます。ちょうふの里・サブセンターの専門職が一体となってセンターを運営しています。

ご相談にはお金は一切かかりません。ご連絡をいただければ、職員がご自宅や病院等を訪問し、ご相談をお受けすることも可能です。出前講座のご依頼もお待ちしています！

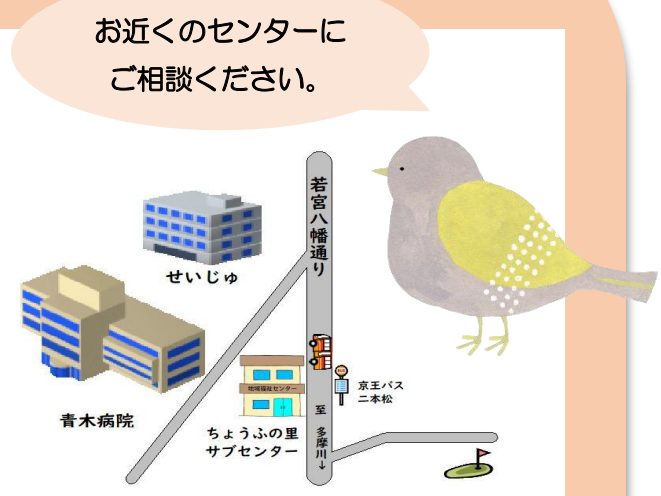
調布市地域包括支援センター ちょうふの里



調布市地域包括支援センター ちょうふの里

住所：調布市西町290-5

電話：042-441-6655



サブセンター

住所：調布市上石原3-54-2

電話：042-444-5151

担当地域： 富士見町1丁目、2丁目（1～10・13～23）、3・4丁目
 下石原1丁目（1～9・36～51）、下石原2丁目（1～38）
 3丁目（1～17・28～50）飛田給全域・上石原全域・西町全域・野水全域

開所時間： 月曜日～金曜日 9時～18時・土曜日 9時～17時

※日祝祭日など開所時間以外は転送電話となっています。

