

しばさき NEWS

調布市地域包括支援センター 至誠しばさき 機関誌

□発行：至誠ホーム 旭 博之

□編集：調布市地域包括支援センター至誠しばさき

□調布市柴崎1-6-8鴨志田荘2-1F

□Tel 042-488-1300

□令和8年9月発行

地域包括支援センターとは？

高齢者のご家族のための総合相談窓口です。調布市には、サブセンターを含む10箇所の地域包括支援センターが配置され、地区ごとに担当の地域包括支援センターが決まっています。各地域包括支援センターには、社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職がいます。



第1回地域ケア会議の報告！

令和8年7月3日 北部公民館にて開催しました。

「地域のチカラが主役！制度の隙間を埋めるヒント」というテーマで、社会福祉協議会やゆうあい福祉公社から講師を招き、調布市にあるサービスを知る機会となりました。

その後、地域の人や福祉専門職を交え、これからどんな社会資源があったら良いかをテーマにグループワークで意見交換をしました。その結果、調布には大きな支援機関があることに理解が深まりました。

「困ったな」と悩んでいる方に会った時には、「包括支援センターに相談してみたら？」と背中を押してあげる人が地域に増えるといいですね！



9月21日は
敬老の日

「空襲で独り強く生きる」
無職 名取 末子92(東京都)
実家は東京・浅草にあった「どぜう屋ますや」。11歳の時です。1945年3月10日未明の東京大空襲で、祖母と母、兄弟の8人を亡くしました。家族の中で仙台に疎開していた末っ子の私だけが生き残ったのです。誰か助かって会いに来てくれるのでは！。仙台駅で上野発の列車が着く度に家族の顔を捜した悲しい日々。次第に期待は薄れ、思い出さなくなると人生の苦行が始まりました。今も「東京大空襲・戦災話」の体験を読むと肉親の苦しみ、無念が再燃。多くの被害者とともに未解決のままです。焼け跡の金庫にへばりついてた兄の通信簿もボロボロに崩れ、思い出と同じくじみぬ形になりました。あれから81年。先日、お世話になっていたデイサービスでお誕生会を開いてもらいました。思いがけず「ハッピーバースデー」が流れ、うれしかったです。人生のラストランに、まだ何かあるのかな。もう少し、前を向いて歩くことにしましょう。強く生きます。

「空襲で独り 強く生きる」

至誠しばさきの担当地域にお住まいの女性の投稿が、新聞（毎日新聞8月9日「みんなの広場」）に掲載されました。現在92才、介護サービスを利用しながら前向きにおひとり暮らしをされています。

地域の皆様が、安心して自立した生活ができるよう包括支援センターでは介護保険の相談や、地域活動の情報提供をしています。



10の筋力トレーニング掲示板

調布市では介護予防事業として今年度も【10の筋力トレーニング】のグループ活動を支援します！

調布市主催「いきいき講座」参加者募集

令和8年9月30日（水）10:00～11:30

菊野台地域福祉センター（菊野台1-38-1）

対象：65才以上の要介護認定を持っていない調布市民の方
フレイル予防のためのポイント講座＆各種測定
体操グループに参加していない方歓迎！

参加の方には、調布市がすすめる10の筋力トレーニングの新しいグループのご案内をします！

お問い合わせ先：地域包括支援センター至誠しばさき TEL 042-488-1300



調布市
もの忘れ
予防検診

もの忘れが
気になる前に
早めの対策！

50歳～79歳対象



R8年 調布市もの忘れ予防検診 今年は12月まで受診ができます。
ご自身がもの忘れ健診の対象に該当しているか、以下の内容をご確認下さい。

- ① 今年度50歳～79歳になる方（1947年4月2日生まれ～1977年4月1日生まれ）
- ② 検診を受ける日までに認知症と診断されていない方。
- ③ 「自分でできる認知症の気づきチェックリスト」の点数が20点以上
または19点以下でももの忘れの心配があり検診を受けたい方。
- ④ 入院中ではない方。

早期発見、早期治療が大切です！

市内医療機関にて実施

地域包括支援センター 至誠しばさき



★甲州街道沿い、歩道橋のたもとの道を一本奥に入った所に事業所があります。

★地域の高齢者やご家族が安心して暮らせるよう様々な相談に対応して参ります。
お困り事がございましたらお気軽にご相談ください！

担当エリア

西つつじヶ丘	1丁目 6～21, 40～58 2丁目 4, 28～30
深大寺東町	2丁目 7～9, 21～24, 3～4丁目
深大寺元町	2丁目 4
深大寺南町	1丁目 1～12, 14, 18～20, 21-1～7, 21-21～, 23, 24 2丁目 1～14, 3丁目 7～17, 5丁目 41～43
柴崎	全域
佐須町	1丁目 1～14, 2丁目, 3丁目 25～41, 4～5丁目
調布ヶ丘	3丁目 23～25, 28～40, 45～74
菊野台	1丁目 36-1～3, 37, 38-1, 39 (国税寮 1～2号棟), 40, 41, 45～56

電話 042-488-1300