



# つつじヶ丘だより

新謹  
年賀



令和7年度 第4号 1月発行

## 調布市地域包括支援センターつつじヶ丘

住所：調布市東つつじヶ丘1-5-2

電話：03-5315-5400

担当地域：滝坂小学校・緑ヶ丘小学校圏域

(詳細は調布市HPをご覧ください)



## こんなお悩みやご相談ありませんか？

自宅での介護に  
疲れて  
しまった



自分が老いた後  
のことが心配



介護保険って何?  
どうしたら  
受けられるの?



## 地域包括支援センターは高齢者やそのご家族の総合相談窓口です。

高齢者の方やそのご家族がこれからも健康で安心して暮らせるよう、様々なご相談をお受けしております。わたくしたちにお気軽にご相談ください。

### 職員紹介

社会福祉士 松本拓

社会福祉士 石黒聰

社会福祉士 村上輝明

介護支援専門員 村上ゆみ

看護師 山崎悠里

センター長・社会福祉士  
麻生欣吾

事務 大島智子



私たちにお声かけください！

# 地域の“居場所”をご紹介します



## 空とべ！つつじ

「誰もが気軽に集まれる多世代交流の場所」として、季節ごとのイベントや会話を楽しんでいます。

☆創造農園カフェ「空と大地と」にて 第4土曜日  
15:00~16:30  
参加費：無料



介護保険やサービスだけに頼らない、高齢者の居場所作りや多世代交流の場作りを進めています。  
お気軽にお問合せください。

## マックで快和

マクドナルドでお茶をしながら、1週間の楽しかった出来事を分かち合い、リラックスしたひとときを過ごしています。



☆マクドナルド20号つつじヶ丘店にて  
毎月第2・第4木曜  
10:30~12:00  
参加費：無料（一品ご注文ください）

## 子ども食堂「満月」

つつじヶ丘にあるスポーツバーで開催している子供食堂です。高齢者の孤食を防ぐため高齢者とそのご家族の参加も可能となっています。



☆SAKE&SPORTS 満月にて  
第4土曜日 11:30~13:00  
参加費：子供100円、大人300円



地域包括支援センターでは、地域の方々を対象に出前講座を開催しています。  
少人数から行っていますので、ご興味のある方はぜひお問い合わせください。

### 【テーマ例】

- ・認知症について（認知症サポーター養成講座）
- ・高齢者の地域での見守りについて
- ・介護保険制度や介護サービスについて など

