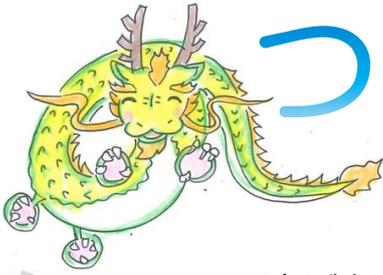


●地域包括支援センターつつじヶ丘は65歳以上の高齢者とご家族の総合相談窓口です●



つつじヶ丘だより



第5号 令和5年度 1・2月号発行

こちらです

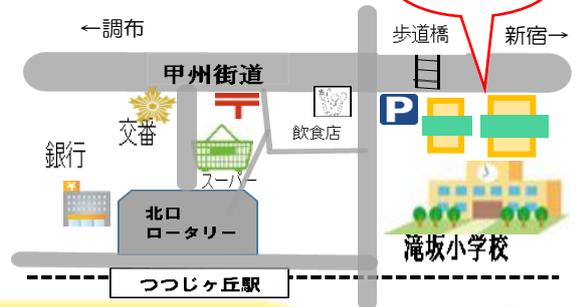


地域包括支援センターつつじヶ丘

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



平素のご厚情に感謝するとともに
地域の皆様のご多幸をお祈り申し上げます
本年もどうぞよろしくお祈り申し上げます



“地域包括支援センターつつじヶ丘 災害発生時への取り組み”

地域包括支援センターつつじヶ丘では、頼れる身内の方がおらず、なおかつ福祉・介護のサービスを何も利用されておられないご高齢の方を平時から把握し、災害時には安否を確認できるよう努めております。災害時に備え、平時からつながりを持たせていただきますようご協力をお願いいたします。

安否確認が必要な方を把握したい。

危ない環境の中で暮らしておられないか。寝室の位置等確認。

耳が聴こえにくい、目が見えにくい、持病があるなど知ってほしい。

住居内で、なるべく物を置かない物が倒れてこない安全スペースを作っておきましょう。



安全スペース

安全スペースには厚手の手袋、底の厚い履物を用意しておきましょう

災害時伝言ダイヤルについて

災害時の安否確認には「災害時伝言ダイヤル」も有用とされております。是非、災害時伝言ダイヤルの使い方を確認し、一度体験しておきましょう。

(体験日：毎月1日と15日、1月15~21日、8月30日~9月5日)

※普段から電話番号をノートなどにメモしておきましょう。

【ご自身の安否について〇〇さんに伝えたい時】

- ① 「171」をダイヤル
- ② 自動音声流れ、伝言を残す場合は「1」をプッシュ。
- ③ そのあと、伝言を残したい〇〇さんの電話番号を入力。
- ④ 音声を録音します。※30秒で伝えます！

※30秒で伝えるコツ

1. 名前 「〇〇です」
2. 現在地 「避難所の〇〇にいます」
3. 誰と一緒に、安否について 「〇〇と一緒にです。無事です」
4. 次に伝言を残すタイミング 「次は〇時ごろ伝言を残します」

住まいの防火防災診断 予備チェックを一緒にしてみよう！

調布消防署が住環境改善に協力してまいります。ご心配な方はご一報ください。

調布消防署 地域防災担当 河内智行さん TEL：042-486-0119



誰でもふらっと立ち寄れる場所

1月&2月



地域包括支援センターの職員もおりますので、お気軽にお声かけください。

仙川オレンジカフェ

1月23日(木) 13:00~15:00

新春☆落語会 初笑いスペシャル

2月27日(木) 13:00~15:00

デイサービス職員による「歌と笑いと音楽と」

場 所：緑ヶ丘地域福祉センター大集会室
(緑ヶ丘2-18-49)

参加費：100円(お茶・お菓子代)

参加方法：当日直接会場へお越しください



空飛べ!つつじ

1月27日(土) 15:00~16:30

2月24日(土) 15:00~16:30

子供も一緒に楽しめる空間です。

場 所：創造農園カフェ「空と大地と」
(東つつじヶ丘2-27-1)

参加費：無料

参加方法：当日直接会場へお越しください



令和5年度介護教室のお知らせ

心も身体も元気に過ごそう 人生100年、美味しくご飯を食べましょう
「食べる」ことは心と体のエネルギー。元気になる「食べる」のコツを学びませんか？



第1回：2月15日(木) 14:00~15:30 (13:30開場)

食べているのに低栄養?学べば簡単、栄養バランス

第2回：2月20日(火) 14:00~15:30 (13:30開場)

いつまでも食を楽しもう!自然の素材でひと工夫

講 師：研精会食支援プロジェクト看護師、管理栄養士



会 場：デンマークINNつつじヶ丘 1Fホール(東つつじヶ丘2-36-1)

定 員：各回20名(申し込み順)申し込みは地域包括支援センターつつじヶ丘まで

☎ 03-5315-5400

令和5年11月26日(日) 緑ヶ丘・仙川地域ふれ愛のつどいに
参加し、「みまもっと体操」を行いました♪
地域の皆様の見守りにいつも感謝しております。

調布市では、高齢者や支援が必要な方が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高齢者等について、何か気づいたことがありましたら、ぜひお気軽にご相談ください。『みまもりさん養成講座』の出前講座も行っています!

地域包括支援センターご利用に関するアンケートへのご協力をお願い致します



ふれ愛のつどい



石丸 由美
(看護師)



栗山 泉穂
(看護師・保健師)



麻生 欣吾
センター長
(社会福祉士)



加藤 功
(主任介護支援専門員)