

♥ 地域包括支援センター ♥

❁ 「地域包括支援センター」は地域の高齢者とご家族のための総合相談窓口です。たとえば・・・「介護保険って？どうすれば利用できるの？」「市の高齢者サービスはどんなものがあるの？」など、主任介護支援専門員、保健師、社会福祉士の専門職がお受けしています。疑問・質問をお気軽にお寄せください。出前講座も行っています。

包括では様々な出前を承っております。内容などの詳細は、お気軽にご相談ください。

- 例
- ♪ 介護保険制度について
  - ♪ ACP（アドバンスケアプランニング：もしバナゲーム）
  - ♪ 10の筋力トレーニング体験
  - ♪ フレイル予防について
  - ♪ みまもりさん養成講座
  - ♪ 消費者被害について
  - ♪ じぶんノートを活用しよう
  - ♪ 認知症サポーター養成講座 等



♥ 出前講座を開催しました ♥

ライフタウン国領にて、包括出前講座「高齢者は多様な社会資源にみまられる～さりげなく見守り、見守られる地域づくり～」を開催し、9名の参加をいただきました。※同時に、URコミュニティの「見守りサービス相談会」と「高齢者相談会」の開催もありました。



♥ 包括ゆうあいの担当圏域 ♥

（第二小学校・八雲台小学校・国領小学校エリア）  
国領1丁目～5丁目、国領8丁目1～4番地、八雲台、布田2～3丁目、佐須3丁目1～24、42番地、調布ヶ丘2丁目、3丁目5～22、26、27番地

♥ オレンジガーデニングプロジェクト ♥

9月は、「調布市認知症サポート月間」です。認知症になっても暮らしやすいまちづくりをみんなで創っていきましょう！オレンジ色は、認知症啓発のシンボルカラーです。楽しみながら「マリーゴールド」の花を咲かせましょう♪

マリーゴールドの種を包括で配布しています。



【メモ欄】



公益財団法人調布ゆうあい福祉公社  
調布市地域包括支援センターゆうあい

令和7年 初夏号発行初版



みまもっと便利



こんにちは♪ わたしたち ゆうあい包括職員です。



● 内園（うちぞの）主任ケアマネジャー



◆ 松本由満（まつもとよしみつ）ケアマネジャー支援担当



🌸 清水 予防プランナー



🍇 完山（さだやま）認知症地域支援推進員



♥ 松本朋子（まつもとともこ）権利擁護担当



♥ 黒岩 権利擁護担当



🌿 松島 介護予防担当



🌿 播磨（はりま）介護予防担当



★ 島村 見守りネットワーク担当（みまもっと）

❁ 2か所の相談場所があります ❁

包括ゆうあい 国領事務所



包括ゆうあい サブセンター



◆国領事務所  
調布市国領町3-8-15  
都営くすのきアパート  
5-109  
☎ 042-481-4973

◆サブセンター  
調布市八雲台1-22-1  
八雲台クリーンハイム1階  
☎ 042-484-8011

## ♥ 調布市見守りネットワーク

### 愛称「みまもっと」

=「みまもり」+「もっと」を組み合わせた造語です。

### ●「調布市見守りネットワーク」とは

地域の高齢者が、住み慣れた地域で安全で安心して暮らせるためのネットワークです。ソフトでゆるやかな見守りがある地域を目指しています。

たとえば、

- 「ベランダに洗濯物が何日も干しっぱなし..」
- 「郵便受けに新聞や郵便物がたまっている..」
- 「最近、見かけない..」「歩くのが大変そう」
- 「季節にそぐわない恰好をしている」など、

心配だな、大丈夫かな、  
など気になる方にお気づきの際は、  
包括へご連絡ください。

早期発見・介入のためご協力お願いいたします。



調布市見守りネットワーク  
「みまもっと」キャラクター  
"みまもっとん"

### みまもっとポスター



## ♥ ケアマネジャー特集(介護支援専門員)



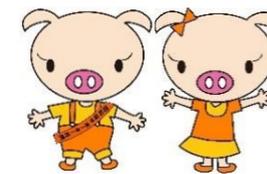
こんにちは  
主任介護支援専門員 内園です。  
介護保険制度の開始から25年目となりました。  
また、団塊世代が75歳になる2025年を迎えました。  
高齢になって、「ケアマネジャー」との上手なお付き合いができるよう「ケアマネジャー」について  
少し学んでおきましょう。

### ♪「ケアマネジャー」(介護支援専門員)について♪

高齢になって介護が必要になったとき、自宅で安心して暮らし続けるためには、適切な介護サービスを受けることが大切です。その介護サービスを受けるための「計画づくり」と「手続きサポート」を行う専門職がケアマネジャー(介護支援専門員)であり、居宅介護支援事業所に所属しています。つまり、ケアマネジャーは、介護が必要になった人やその家族の相談にのり、その人に合った介護サービスを計画し、利用できる手続きをサポートする専門職です。  
(※基本的には、要介護1~5のケアマネジャーについて説明しています。)

### ◆ケアマネジャーの主な仕事

- 介護に関する相談を受ける
- 介護サービスの計画(ケアプラン)をつくる
- 介護サービス事業者と連携をとる
- 必要に応じて市町村や病院とも連絡を取る



## ♥ 地域で活躍している広報協力員さんをご存じですか？

→調布市より委託を受けて地域包括支援センターのPRをしてくださる方々です。包括ゆうあいエリアでは、10名の **✿ 広報協力員さん ✿** が活躍しています。

年に1回の研修会や、様々な行事への参加・協力など、包括の周知をいただいています。



鈴木さん



橋本さん



金山さん



小川さん



平さん



石井さん



原さん



添田さん



宗上さん



小林さん

## ♥ ケアマネジャーのある日のスケジュール (居宅介護支援事業所勤務の例)

- 8:30 出勤・メールや連絡事項の確認
- 9:00 利用者宅を訪問(週1回のモニタリング)  
→体調や介護サービスの様子を確認、  
家族の話もヒアリング
- 10:30 次の訪問先へ移動・訪問
- 12:00 事業所に戻り昼休憩
- 13:00 ケアプランの作成・見直し  
(パソコン作業)  
→サービスの変更や追加の検討
- 14:30 サービス事業者・病院・  
地域包括支援センターとの連絡・調整
- 15:30 新規相談者との面談  
(本人、家族からの相談)
- 17:00 書類整理、翌日の準備
- 17:30 退勤

### あるケアマネの一日

