

# い～サロン お休み処 & スマホ小教室

当センターの広報協力員である江沢さん(口号棟)や恩田さん(ト号棟)が中心となり、多摩川住宅口号棟で住民向けの居場所「い～サロン」を毎月開催されています。休憩所やスマホのお悩み相談として活用できる他、様々なイベントも開催され、当センターもこの場をお借りして出前講座等を行っています。どなたでも参加可能です、ぜひお気軽にお越しください！

毎月第2・4水曜  
13:00～  
参加無料  
申込不要



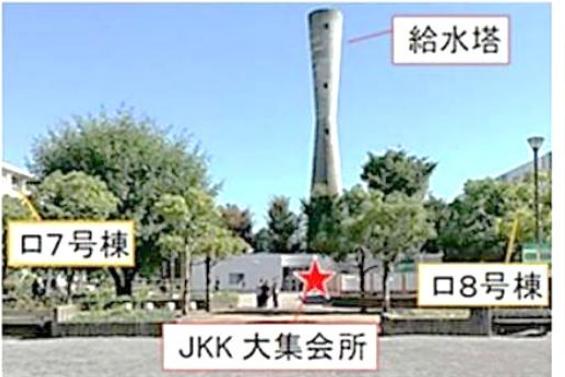
福祉用具体験



パッチワーク展示



ボッチャ



主催 eプロジェクト 染地小地区協議会  
協力 口号棟自治会他  
調布市社会福祉協議会  
地域包括支援センターときわぎ国領  
(株)まちづくりひとりと

問い合わせ先  
eプロジェクト 江沢  
090-3682-0007

## 地域包括支援センターときわぎ国領 Instagram はじめました！

当センターが主催するイベントのご案内や地域情報、イベント開催報告などの情報をInstagram でも発信してまいります。ぜひフォローやいいね！をお願いいたします。

※ X(旧 Twitter)でも引き続き発信いたします。  
Facebookは終了といたします。



調布市地域包括支援センターときわぎ国領  
みまもっと便り 2026年新年号

地域包括支援センターは市からの委託を受けた法人が運営する、高齢者とご家族のための総合相談窓口です。社会福祉士や保健師、主任介護支援専門員等の専門職が皆様のお困りごとに対し相談支援を行っています。介護・病気・健康のこと、認知症のこと、毎日の生活でお困りのことがあればお気軽にご相談ください。

我々と一緒に  
考えましょう！

石丸  
介護予防担当  
(看護師)



道脇  
認知症地域支援推進員  
(社会福祉士)



細谷  
センター長  
(主任介護支援専門員)



田中  
副センター長  
(社会福祉士)



お困りの際は  
ぜひご連絡を

## 調布市地域包括支援センターときわぎ国領

所在地 〒182-0022 国領町7-32-2 デュスマン国領 101

開所時間 月曜日～土曜日 9時～18時

※開所時間以外の時間及び日曜日は転送電話対応

担当地域

布田5～6丁目、多摩川6～7丁目、染地、国領町6～7丁目  
(布田小・杉森小・染地小学校区)

電話 050-5540-0860

メール houkatsu@tokiwagi.org



最新情報は SNS をチェック！





## 今年度第2回地域ケア会議を開催しました！

12/5 地域ケア会議を開催し、地域関係者＆医療介護関係者 30 名が出席。近年訪問診療やケアマネジャーとの積極的な連携や、様々な地域活動をされている薬剤師に高齢者と薬にまつわる講義をいただきました。後半は薬剤師を中心となり、地域と医療介護の関係者と薬についての意見・情報交換を行いました。



## 布田わくわくひろばまつり 参加しました！

10/26 布田わくわくひろばまつりに参加しました。毎度おなじみ野菜摂取量を測定する「ベジメータ」のほか、今回は小さなフラワーアレンジメントを作るコーナーを設け、子どもからお年寄りまで楽しんでいただきました。また、ステージでは認知症予防の運動「コグニサイズ」の体験を行いました！



## 「体力測定会」開催しました！

11/28、12/1 に『体力測定会』をこころの健康支援センターおよび染地地域福祉センターで開催。合わせて 50 名超の参加をいただきました。歩行分析や骨密度・体組成などの測定、看護師からの結果解説など、年1回恒例のイベントとなっており毎回好評をいただいているます。これを機にますます運動や生活改善を図っていきましょう！



## 社会福祉士実習生受け入れ

10月に社会福祉士の実習生が当センターにて実習を行いました。個別訪問による相談支援の現場や、地域のサロン、介護予防の運動、イベントの会議など様々な地域活動に同行し、ソーシャルワークの実際を肌で感じいただきました。これからどんな現場で働くかわかりませんが、社会福祉士の仲間が増えることを心から願っています。



## 「介護教室」開催しました！

10/23、29 に調布市文化会館たづくりにて介護教室を開催しました。認知症疾患医療センターや認知症デイサービス・グループホームをゲストに、認知症の方に対する様々な取り組みやケアをお話しいただきました。病院や施設など、住民からこれまで少し距離があった存在が、詳しい話を聞くことにより身近に感じられることができた、とても良い機会になりました。



## 各地域包括支援センター広報紙が見れます！

調布市では高齢者やご家族の総合相談窓口として、8つの地域をそれぞれの地域包括支援センターが担当しています。調布市のホームページに各地域包括支援センターの「みまもっと便り」等の広報紙が掲載されています。地域ごとに様々なイベント・取組みを行っています。ぜひご覧ください！

[掲載ホームページはこちらから→](#)



## ケアラーカフェ in 染地 ぜひお越しください！

毎月家族介護者が集いおしゃべりする場「ケアラーカフェ in 染地」を染地地域福祉センターで開催しています。11月は ACP をテーマに開催。もしバナゲームを参加者で行い、「自分の最期が迫っているとしたら何を大切にしたいか」を語り合いました。今のうちから備えておくこと、その都度誰かに伝えておくことの大切さを改めて感じる時間となりました。ケアラーカフェ in 染地はどなたでも参加可能です、お気軽にお越しください。

毎月第3月曜  
13:30～  
参加無料  
申込不要

