



# みまもっと便り

## ◆ 地域包括支援センターゆうあい（国領）

調布市国領町3-8-15  
都宮くすのきアパート5-109  
☎042-481-4973

## ◆ ゆうあいサブセンター（八雲台）

調布市八雲台1-22-1  
八雲台クリーンハイム1階  
☎042-484-8011

【担当地区】国領1丁目～5丁目、国領8丁目1～4番地、八雲台、佐須3丁目1～24、42番地、  
布田2～3丁目、調布ヶ丘2丁目、3丁目5～22、26、27番地



主任  
ケアマネジャー  
内園（うちぞの）



主任  
ケアマネジャー  
島木（しまぎ）



予防プランナー  
清水（しみず）



介護予防担当  
松島（まつしま）



介護予防担当  
播磨（はりま）

## 地域包括支援センターゆうあいです！ よろしくお祈りします



権利擁護担当  
松本（まつもと）



権利擁護担当  
黒岩（くろいわ）



認知症  
地域支援推進員  
白石（しらいし）



見守り  
ネットワーク担当  
島村（しまむら）



「みまもっとな」  
調布市見守り  
ネットワーク  
キャラクター

## ◆ 「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。

\*メモ\*

## 包括支援センターの「権利擁護担当」をご存じですか？

【権利擁護としての 地域への普及啓発】 出前講座を実施しました♪

◆令和8年4月16日 ライフタウン国領にて「終活について～じぶんノートの書き方～」

◆令和8年4月18日 ひだまりサロン「わかさサロン」にて

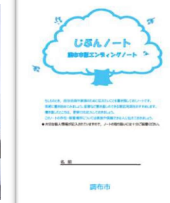
「消費者被害について考えよう！～個人や地域で考える消費者被害の対応策～」

出前講座  
「終活について」  
じぶんノートの書き方

包括で配布可能な冊子  
「じぶんノート」

出前講座  
「消費者被害について」

包括で配布可能な冊子  
2026  
「生活ひとくちメモ」



もしものとき、自分自身や家族のために伝えたいことを書き残しておくノートです。  
自分の気持ちを整理し時間をかけて心の準備をすること、家族と話し合っておくべきことを見つけだすきっかけづくりに『じぶんノート』を活用してみたいかがでしょうか。

自動通話録音機



## 権利擁護担当 松本・黒岩から一言♪

年齢を重ね病気や認知症、寝たきりの状態になっても、自分らしく悔いのない人生を送れるように『じぶんノート』にご自身の思いを書き留めて、大切なひとに伝えるきっかけになれば・・・と思います。

また、最近は詐欺や消費者被害などの手口も巧妙になってきています。日頃からどのように気を付けられたいのか・・・などもお伝えしながら、調布市での詐欺被害対策のひとつである『自動通話録音機』のご案内もおこなっておりますので、お気軽にご相談ください。

## 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



原さん



橋本さん



石井さん



金山さん



添田さん



平さん



宗上さん



小川さん



小林さん