



精神障害者家族の情報交換・相談会

期 5月8日(土)・22日(土)
時 午後1時30分～3時30分
所 ところの健康支援センター
申 事前に電話で精神障害者家族会かささぎ会・江頭
☎483-3958へ (障害福祉課)

地域づくりセミナー 「明日にでも書ける遺言書セミナー」

遺言書に関する疑問を司法書士が解説します。
日 5月12日(水)午後1時30分～3時30分
所 しばさき彩ステーション(柴崎1-64-9)
対 本人、配偶者または両親が70歳以上の方
講 横山真也(司法書士)
定 20人 費 100円(資料代)
申 電話で、しばさき彩ステーション・大木☎444-5504へ (高齢者支援室)

調布ゆうあい福祉公社相談事業 精神科医師による健康相談

日 5月25日(水)午前10時30分～正午
定 申し込み順2人(1人40分)
費 無料
所 事前に電話で(公財)調布ゆうあい福祉公社☎481-7711へ

生きがい介護予防 「男性のための料理講座」(全5回)

介護予防の観点から、包丁の使い方からおもてなし料理を学ぶ教室です。
日 6月の毎週水曜日午前10時～午後1時
所 市民プラザあくろす3階調理室
対 おおむね55歳以上の男性
講 齊藤由紀子(管理栄養士)
定 申し込み順6人
費 5000円(食材費など)
持 エプロン、マスク、三角巾
申 5月6日(木)から電話で(公財)調布ゆうあい福祉公社☎481-7711へ

ガイドヘルパー養成研修

1 知的障害者移動支援従業者養成研修(通学・全3回)
期 6月5日(土)・6日(日)・12日(土) (講義・演習)
定 20人(選考)
費 1500円(テキスト代)
2 同行援護従業者養成研修一般・応用課程(通学)
期 一般課程: 6月16日(水)～19日(土) (全4回)
応用課程: 6月25日(金)・26日(土) (全2回)
定 16人(選考)
費 2640円(テキスト代)
1・2共に
所 ところの健康支援センターなど
対 次の全てに該当する方①市内に在住・在勤・在学中で令和4年3月31日時点①69歳まで②65歳まで③ガイドヘルパーとして実働できる④当該事業で定める学則に同意する
内 障害者の余暇活動や社会参加などの外出支援をするガイドヘルパーの養成研修
申 事前に電話で(公財)調布ゆうあい福祉公社☎481-7711へ
(社会福祉協議会)



認知症に関する医師個別相談

日 6月16日(水)午後
所 文化会館たづくり3階305会議室
対 認知症と思われる症状があるものの、まだ医療にかかっていない方(本人も可) ※診断は行いません
講 岩戸清香(精神科医師)
定 申し込み順2人
費 無料
持 現在服用している薬の内容が分かるもの
申 電話で高齢者支援室☎481-7150へ

メンタルヘルス市民講座

期/内
① 6月23日(水) / 病気のつらさ・生活のしづらさ
② 30日(水) / 回復に向かって
③ 7月7日(水) / 統合失調症
④ 14日(水) / うつ病・双極性障害
⑤ 21日(水) / パーソナリティ障害・神経症・PTSD
⑥ 28日(水) / 発達障害
⑦ 8月4日(水) / リカバリーのために使える社会資源(医療・年金・福祉・地域生活・就労)
⑧ 18日(水) / 当事者研究を学ぶ・修了式・交流会
時 午前10時～正午
所 クッキングスター(布田1-10-5 稲毛家ビル2階)
講 松浦幸子(精神保健福祉士)、クッキングハウスマンバー
定 申し込み順20人
費 各回1500円(当事者・学生1000円。資料・茶菓代。テキスト代別途500円)
期 1回のみ参加可。子ども同伴で参加可
申 電話またはFAXに氏名、電話番号、参加人数を明記し、前日までにクッキングスター☎498-5177へ (障害福祉課)

身近に気になる高齢者いませんか～調布市見守りネットワーク(愛称「みまもっと」)～

皆さんの近くで暮らす高齢者などの様子が「気になる、心配だな」と感じたことはありませんか。
「ひとりで大変そうだけど、ご飯の支度や掃除は大丈夫かな」。[何日も新聞が溜まっているけど大丈夫かな]。このような心配事の相談に乗る身近な事業が、調布市見守りネットワークです。
皆さんが、日常生活などの中で、地域の高齢者などの異変や生活上の支障などに気付いたら高齢者支援室または地域包括支援センターへご連絡ください。
連絡をもとに高齢者の把握を行い、その後も継続的に見守り、状況に応じた福祉のサービスなどにつなげていきます。
地域包括支援センターの連絡先は市☎参照
高齢者支援室☎481-7150



知っておきたい 思いやり防災

災害時は、障害者・高齢者・乳幼児・外国人など配慮が必要な方も安全に避難できるように、地域で手を差し伸べ助け合う「思いやり」がいつも以上に大切です。「困っている方がいたら声をかける」など、皆さんのちょっとした思いやりが、配慮を必要としている方の安心につながります。
今回は、乳幼児・産婦・妊婦への支援のポイントを紹介します。

これらの内容は、「障害のある方への災害時支援ガイド」「高齢者・乳幼児・外国人など支援が必要な方への災害時支援ガイド」に掲載しています。
配布場所/福祉総務課(市役所3階)、神代出張所、地域福祉センター、市民活動支援センター、総合福祉センター
市☎(右の2次元コードからアクセス可)で閲覧可



パラハートちょうふ 福祉総務課☎481-7101

避難所での支援のポイント
●授乳やオムツ替えのための空間を確保する
別教室などに乳幼児のオムツ替えや、プライバシーを守って落ち着いて授乳できる場所を確保しましょう。
●困っていることをきちんと聞く
ミルクのための温かいお湯や清潔な環境などが必要な場合があります。不足しているものや必要な支援があれば、避難所運営本部へ速やかに伝えましょう。
●なるべくご家族と一緒にいられるように配慮する
妊産婦は、急激な環境の変化で思わぬ事態がおきる場合があります。なるべくご家族と一緒にいられるようにしましょう。何かあれば、すぐに専門科医などのスタッフに連絡するよう、周囲の人にもお願いしておきましょう。
●乳幼児が保護者とはぐれないように注意する
乳幼児が保護者とはぐれてしまうことがあります。年齢が低いほど注意が必要です。名札を付けるなど、はぐれても保護者とすぐに会えるよう工夫しましょう。

パラハートちょうふ 福祉総務課☎481-7101

ロゴ・アートデザインを活用しませんか
地域や団体のイベントグッズやポスター・チラシなどにロゴやアートデザインを入れて、共生社会の実現に向けて一緒に取り組んでみませんか。
費 無料
他 画像は市☎からダウンロード可。完成品の写真は市☎などに掲載
申 事前に電話で(公財)調布ゆうあい福祉公社☎481-7139・☎481-6881・E:bunsin@w2.city.chofu.tokyo.jpへ
※申請後、ロゴ・アートデザインを使用した完成品またはその写真を提出

