調布市地域包括支援センター

包括・仙川便り 2026.11



地域包括支援センター仙川は、65 歳以上の方を中心とした相談窓口です。
仙川便りでは、毎月さまざまな活動報告や知って得する情報をお届けします。

ちょうふ在宅医療相談室



皆さんは、「ちょうふ在宅医療相談室」をご存じですか？当相談室では、全年齢を対象に在宅医の紹介や、在宅医療に関する各種ご相談をお受けしています。相談内容に応じて、必要な情報の提供や、医療・介護の関係機関との連携を行っています。
10/13 には、地域のケアマネジャーを対象に、相談室の役割や相談内容、スムーズな医療連携のための工夫について勉強会を開催しました。当相談室は、どなたでも直接ご相談いただけます。在宅医療に関することは、どうぞお気軽にお問合せ下さい。





電話番号
042-480-2751
（ご予約お願いします）



受付日・時間
月曜日～金曜日
9：00～17：00

気軽に
フレイルチェック！

歩行・握力測定

今年で３年目となる歩行測定を行っています。今年から握力測定も加わりました。皆さん、「昨年と変化あるかしら」「結果がドキドキだわ」と返却が楽しみとのことでした。





後日、結果返却時におすすめトレーニングを行う予定です。



別日でも開催を予定していますのでお気軽にお問合せ下さい。



・・・広報協力員の勉強会、開催報告・・・

9/24 包括至誠しばさきと、包括仙川の合同で、広報協力員の勉強会を開催しました。
今回は、「**認知症世界の歩き方**」をテーマに、ゆうあい福祉公社の関塚様を講師にお迎えし、ご講義いただきました。
映像やカードを活用しながら、認知症のある方が感じる不安や混乱について、参加者同士で一緒に考え、理解を深めることができました。認知症のある方の視点に立って考えることで、相手の気持ちに寄り添うことの大切さを学ぶ機会となりました。
また、今回の会場となったメイングリーンレンタルホールは、包括至誠しばさきエリアにも近く、「こんなに近くにホールがあるのね！」という新たな発見にもつながりました。





のお知らせ



① ちょうわ地区協議会主催
- 日時：11/14（土）10:00～11:30
- 場所：調和小学校　校庭（雨天中止）

② 若葉地区協議会主催
- 日時：12/5（土）10:00～11:30
- 場所：若葉小学校　校庭・体育館

近年自然災害が多発しております。いざという時迅速に行動し、自分自身の身を守る方法を知る良い機会です。日ごろから防災意識を高め、備えておきましょう。

転倒予防・健康づくり

姿勢と歩き方講座



エクササイズ ウォーキング

開催日時　11月7日　(土)
10:30～11:30

会場　CLASWELL 仙川
若葉町 2-14-1（ホームセンター近く）

開催間近



申込・問合せ
地域包括支援センター仙川

問い合わせ・申し込み先

調布市地域包括支援センター仙川
〒182-0003 調布市若葉町 2-22-2
電話：03-5314-0030
FAX：03-5314-0031
仙川包括地図 Google マップにつながります →