

①市民活動支援センター野ヶ谷の郷

でいい、ふれあい、支えあい「野ヶ谷の郷」地域のみなさんとともに運営していく「場」です。立ち寄り、「ひとやすみ」して、そばにいる人とお茶を飲み、世間話にはなをさかすのもいいですね。お待ちしています。

火・木・土曜日 10:00 ~ 16:00
住所: 深大寺東町6-27-3
☎ 042-481-1838 (担当: 四家)

②食べて測って集めて地域の健康増進拠点
深”(JIN)

スマホ相談(予約制)、イベント開催(生成AI講座など)、カフェ、デジタル健康器具類の測定などを実施しています。お気軽にお立ち寄りください。

火~木曜日 11:00 ~ 16:00
住所: 深大寺東町6-27-28
☎ 090-8013-9351 (担当: 松尾)



③しばさき彩ステーション

常設の居場所として、子ども食堂、多世代交流、レクリエーション多数、子育て広場、体操、ヨガ、ボイストレーニング、食事会、歌声サロンなど毎月ホームページに掲載しています。

チームオレンジとしても活動しています。
月~金曜日 10:00 ~ 16:00
住所: 柴崎1-64-9 (西田医院の隣)
☎ 042-444-3883 (担当: 大木)



④POSTO

いつでも誰でも入れます。カフェですが注文の義務はありません。
月・木・金曜日 8:00 ~ 19:00
水曜日 9:00 ~ 15:00
土・日曜日 8:00 ~ 18:00

住所: 仙川町1-19-10
☎ 090-4244-0307 (担当: 田中)



⑤コミュニティスペース ふらっと

青木病院が運営する常設通いの場です。フレイル予防の体操や脳トレ、お茶会などのプログラムを行っています。また、散歩や、買い物の途中にふらっと立ち寄って休憩したり、おしゃべりしたり、趣味活動をする場所にもなっています。スタッフには作業療法士や看護師、精神保健福祉士がおり、お困りごとに対する援助もしています。

月~金曜日 (土・日曜日・祝日は休み)
10:00 ~ 12:00
13:00 ~ 16:00
住所: 上石原3-54-2
☎ 070-6911-0600 (担当: 吉田・平木)

⑥談話室「ろじうら」

お友達を誘ってお茶しながらおしゃべりを楽しんだり、お弁当を持ってランチを楽しんだり皆様の憩いの場所としてお部屋を開放しています。

水~月曜日 (毎週火曜日・第3月曜日は休み)
10:00 ~ 16:00
住所: 八雲台1-12-3
☎ 042-443-1505 (担当: 辻ノ内)
※使用料がございます。詳細は担当へお問い合わせください。



⑦ふふ富士見

ふふ富士見は地域に根ざした「安心できる場所」、世代を超えて「つながる場所」、悩みや不安を「話せる場所」をめざして、多世代が通える居場所です。(ふふカフェ、こんぺいとう子育てひろば、レクリエーション活動(体操、お楽しみ会、お食事会、歌声サロン)など)

月~木曜日・第2・4土曜日
10:00 ~ 16:30
住所: 富士見町4-24-28
☎ 080-2527-9114 (担当: 宮戸)



高齢者の福祉、ケアラー(介護者)の相談窓口

●調布市役所 福祉健康部高齢者支援室 高齢福祉担当

☎ 042-481-7150

●公益社団法人 調布市医師会

☎ 042-483-8648

●ちょうふ在宅医療相談室

☎ 042-480-2751

●一般社団法人 調布市歯科医師会

☎ 042-485-4892

●一般社団法人 調布市薬剤師会

☎ 042-499-3472

●社会福祉法人 調布市社会福祉協議会

☎ 042-481-7693

●公益財団法人 調布ゆうあい福祉公社

☎ 042-481-7711

●青木病院 認知症疾患医療センター

☎ 042-483-1399

地域包括支援センター

★つじヶ丘 ☎ 03-5315-5400

☎ 050-5540-0860

★仙川 ☎ 03-5314-0030

☎ 042-484-2285

★至誠しばさき ☎ 042-488-1300

☎ 042-441-6655

★はなみずき ☎ 042-441-5763

☎ 042-444-5151

★ゆうあい ☎ 042-481-4973

☎ 042-484-8011

★ときわぎ国領

☎ 050-5540-0860

★ちょうふ花園

☎ 042-484-2285

★ちょうふの里

☎ 042-441-6655

★ちょうふの里サブセンター

☎ 042-444-5151

ゆうあい ケアラー支援マップ



これから介護を始める方、介護中の方、認知症のある方、一人で介護を抱え込まないために、調布市内には悩みや不安を話したりホッとできる**集い場**があります

調布ゆうあい福祉公社はケアラーを地域で支えるための
仕組みづくり等に取り組んでいます

ケアラー相談支援

介護・看護等でお困りのご本人・ご家族、地域住民、教職員、専門職、関係者など、どなたからでも相談を受け付けます。



申込・受付フォームはこち

社会福祉士・精神保健福祉士・介護支援専門員などの相談員が対面・オンラインでお話を伺います。秘密は、厳守します。

☎ 042-481-7711

ヤングケアラー相談窓口

「ヤングケアラー」とは、"本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話を過度に行なっている子ども・若者"のことをいいます。

ヤングケアラー・コーディネーター
☎ 042-481-7711

子ども家庭支援センターすこやか
☎ 042-481-7731



ヤングケアラー・
コーディネーター
紹介動画

ケアラーサポーター養成講座

介護を担う家族の現状を理解し、ケアラー(介護者)に寄り添い地域で支えるサポーター(仲間)を増やす講座です。

今年は2月に開催します。

ケアラー向け介護技術講座

体感して学ぶ、介護のコツ~

介護の専門職が自宅での介護のコツをお伝えします。
自宅内の移動、移乗のケアや、排せつのケアなど、介護のコツなどについて、実演を交ながらお伝えします。

ケアラー(介護者)とは

ここにやからだに不調のある人への「介護」「看病」「療育」「世話」「気づかい」など、ケアの必要な家族や近親者・友人・知人などを無償でケアする人たちのことです。

発行者 公益財団法人調布ゆうあい福祉公社

☎ 042-481-7711 <https://www.chofu-yu-ai.or.jp/>

〒182-0022 調布市国領町3-8-1

HP 調布ゆうあい

