

「元気なうちから人生の最期まで地域で支える」をテーマに、介護予防や健康づくり、地域交流、生活支援など幅広い取り組みを行っています。アドバンス・ケア・プランニング（ACP※）の普及や医療機関と連携した健康講座、地域住民と行う畑活動などを通じて、つながり・健康・生きがい・将来への備えを大切にされた地域づくりを進めています。経済的な不安や介護保険申請などの相談にも丁寧に対応しています。

アドバンス・ケア・プランニング ACP 普及啓発

講座やオリジナル ACP ノート、緊急カードを活用し、将来の希望や暮らし方を考える機会を提供。

健康づくり講座

医療機関や薬剤師などと連携し、生活習慣病予防や健康維持について学べる講座を開催。



一緒に楽しみましょう！

むすびいー



清瀬市梅園 2-3-15
特養老人ホーム信愛の園内
042-492-1850
8:30 ~ 17:00 (土日祝休)
担当地区：竹丘・梅園・野塩・松山



生活支援・ 助け合い活動

「きよせネクスト」など、地域住民同士の支え合い活動を推進。

交流・地域活動

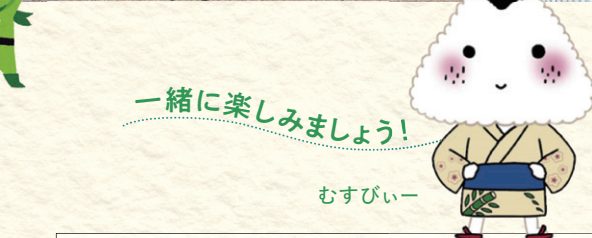
おはなしカフェ、絵手紙サロン、麻雀サロン、カラオケサロンなど交流の場を実施。

畑活動

地域住民と一緒に野菜を育て、健康づくりや世代間交流、生きがいづくりにつなげている。

※ ACP（人生会議）とは、「アドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning）」の略称。将来、意思決定が難しくなった場合に備え、大切にしたい価値観や望む医療やケアについて、前もって家族や信頼できる代理人、医療・ケアチームと繰り返し話し合いを重ねる取り組みのこと。

きよせ信愛包括支援センター



清瀬市梅園 2-3-15
特養老人ホーム信愛の園内
042-492-1850
8:30 ~ 17:00 (土日祝休)
担当地区：竹丘・梅園・野塩・松山



生活支援・ 助け合い活動

「きよせネクスト」など、地域住民同士の支え合い活動を推進。

交流・地域活動

おはなしカフェ、絵手紙サロン、麻雀サロン、カラオケサロンなど交流の場を実施。

畑活動

地域住民と一緒に野菜を育て、健康づくりや世代間交流、生きがいづくりにつなげている。

※ ACP（人生会議）とは、「アドバンス・ケア・プランニング（Advance Care Planning）」の略称。将来、意思決定が難しくなった場合に備え、大切にしたい価値観や望む医療やケアについて、前もって家族や信頼できる代理人、医療・ケアチームと繰り返し話し合いを重ねる取り組みのこと。

きよせ清雅地域包括支援センター



ご相談お待ちしております！

みやびいー



清瀬市中里 5-91-2
特養老人ホーム清雅苑内
042-495-1370
8:30 ~ 17:00 (土日祝休)
担当地区：中里・下宿・旭が丘



生活支援サービス 「お助け SAN」

地域の困りごとを支える生活支援サービス提供に向けた調整を実施。

サロン活動の 後方支援

地域サロンや「10 の筋トレ」自主グループの運営支援、新規立ち上げをサポート。

買い物バスの 後方支援

「中里買い物バス」など、高齢者の移動支援活動を後方支援。

認知症支援

認知症講座や旭が丘団地の認知症カフェ立ち上げに向けた調整を実施。

地域連携・ 見守り活動

UR・JKK 住宅（公社住宅）や管理組合と連携し、見守りや情報交換を推進。

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域住民や団体、住宅管理組合などと連携しながら、多様な支援活動を行っています。介護予防や見守り、認知症支援、移動や買い物支援など、地域課題に合わせた取り組みを展開。高齢者世帯が多い地域特性を踏まえ、地域全体で支え合う仕組みづくりを進めています。

そんな時こそ、 地域包括支援センターの出番です！

これってどこに相談すればいいの？



生活支援コーディネーター

清瀬市には地域に密着した4つの地域包括支援センターがあり、それぞれの特色をしながら、高齢者やその家族を支えています。担当センターはお住まいの地域によって異なるため、まずはお近くのセンターをご確認ください。

※事前にお電話で来所の日時をご相談ください。

地域包括センターとは？

高齢者とその家族を支える、
地域の身近な相談窓口です。

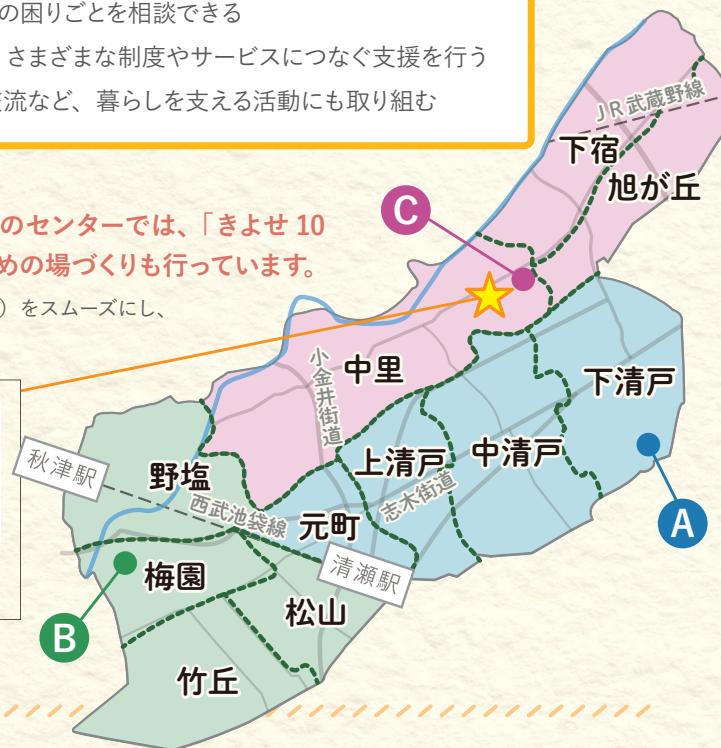
- 主に 65 歳以上の方の困りごとを相談できる
- 介護保険をはじめ、さまざまな制度やサービスにつなぐ支援を行う
- 健康づくりや地域交流など、暮らしを支える活動にも取り組む

生活支援コーディネーターが配置されている A、B、C のセンターでは、「きよせ 10 の筋トレ」※などを通じて、地域で元気に暮らし続けるための場づくりも行っています。

※きよせ 10 の筋トレとは、日常の動作（立つ、歩く、またぐなど）をスムーズにし、健康寿命を延ばすために開発された介護予防プログラム。

清瀬市地域包括支援センター
清瀬市中里 5-842 清瀬市役所内
042-497-2082
8:30 ~ 17:00 (土日祝休)

※各地域包括支援センターの統括的業務を行っています。まずはお住まいの地域を担当している地域包括支援センターにご相談ください。



きよせ社協地域包括支援センター



地域住民の困りごとや声を元に、地域と協力しながら支え合いの仕組みづくりを進めています。介護や健康に関する相談支援だけでなく、介護予防や地域交流、見守り活動などにも取り組み、「困った時」だけでなく、日頃から気軽に相談できる身近な存在を目指しています。子世代からの介護相談も増えており、地域に寄り添った支援を行っています。

いきいきウォーキング

スタンプラリー形式の健康づくりイベント。スマホで写真を撮って送る企画も実施。

介護保険ミニ講座

「10 の筋トレ」参加者向けに、介護保険制度やエンディングノートを紹介。

ステップよきとも

ゴミ出しや電球交換などを住民同士で支え合う地域活動。センターは立ち上げや運営を支援。

相談支援・訪問対応

介護や生活不安に関する相談を丁寧に聞き取り、必要な制度やサービスにつなぐ支援を実施。

地域のつながりをつくりませんか？



きよちゃん

清瀬市下清戸 1-212-4
清瀬市コミュニティプラザひまわり 2 階
042-495-5516
8:30 ~ 17:00 (土日祝休)
担当地区：上清戸・中清戸・下清戸・元町

