

連雀 高齢者 なんでも相談センター の活動紹介

地域包括支援センターの名称が変わりました。

連雀高齢者なんでも相談センターとして、

周知を広げていく予定です。

介護保険の相談や認定申請、民間サービスの紹介、介護予防のための運動の場などの情報提供の他、**様々なイベントを定期的に開催しています。**

昨年7月には**認知症理解のための連絡会**を開催。

若年性認知症の診断を受けた方々をお招きし

認知症と診断された時のお話しなどを

うかがいました。その後、認知症になったら

どうなるの？ ということに参加者同士で考え、

話し合いました。

また昨年10月の「**教えて! あなたの笑顔の**

秘訣 第2弾 人生は続く、生きがいとともに

に」をテーマとした催しでは、三鷹でエン

ジョイする90代の方々のお話しをうかが

い「90代の元気な様子をみて自信が出た」

「お話が励みとなり、良き指針となった」

との感想が交わされました。

センターの活動についてご興味のある方は、

是非お気軽にお問合せください!

(0422-40-2635)

みんなで
認知症のやあやさんの
話を聞いて考えよう

認知症になったらどうなるの?

この家に住み続けられる? 困ったら誰が相談に乗ってくれる?

あなたが地域で住み続けるには、どんなサポートが必要でしょうか。またどんなサポートなら出来ませんか。

困っている人々に手助けをしてあげられますか? どんな手助けをしてはくれるのでしょうか。

仲間外れになる? どんな施策があるといい?

わからない事が増えた時に、地域の中で孤立してしまうとどうなるでしょうか。また孤立しないようにどんな事が出来るでしょうか。

三鷹市で暮らしていくためには、どんな施策があったらいいのでしょうか。皆さんの意見を聞かせてください。

日時: 令和7年7月2日(水) 14時~16時
場所: 連雀コミュニティセンター 2階会議室 (三鷹市下連雀7-15-4)
申込: 0422-40-2635
三鷹市民なら誰でも参加OKです!
〆切: 令和7年6月30日(金)

令和7年度第2回
連雀高齢者地域支援連絡会

誰でも参加OK 座って体操

教えて! あなたの笑顔の秘訣第2弾
~人生は続く 生きがいとともに~

日時: 令和7年 10月 31日(金)
PM 2:00 - 4:00

場所: 三鷹市連雀コミュニティ・センター 2階大会議室 (下連雀七丁目15番4号)

内容: ①三鷹でエンジョイする90代の「あの人」のお話
②みんなで笑顔になろう体操
体操講師: デイサービス ゲンキネクスト

申込: 下記いずれかの方法でお申し込みください
【電話】0422-40-2635
【申込フォーム】右のQRコードから
申込締切り: 令和7年10月24日(金)

新たな地域型イベント付帯事業 みたが
この事業はみたが地域ポイント付帯の対象となります(要領で100P)
ポイントの取得は、アプリまたはスタンプカードどちらかを選べます。(アプリ推奨)

問合せ: 三鷹市連雀地域包括支援センター0422-40-2635



三鷹市連雀高齢者なんでも相談センター
2026年春号 vol.23

地域包括支援センターの名称変更を受け、「わたしの老い支度」を「暮らしのヒント」にリニューアルしました。

本紙では「ちょっと暮らしに役立つ情報」や「ちょっと地域を知れる情報」をお届けしていきます

耳鼻咽喉科 特集

今回の「暮らしのヒント」では、市内の耳鼻咽喉科を特集します。年齢のせいかな、気のせいだろう、様子を見ようかな、と思っている

聴こえにくさなども、実は治療や工夫で楽になることがあります。また認知症の原因の中に、予防や改善ができて、影響が大きいのは耳の聴こえにくさもある(難聴)とされています。

気になることがあれば、早めに耳鼻咽喉科に相談してみませんか?



「地域包括支援センター」から「高齢者なんでも相談センター」に名称を変更しました!

三鷹市 連雀高齢者なんでも相談センター
(地域包括支援センター)

お電話で予約の上、ご来所ください

☎ 0422-40-2635

〒181-8503 三鷹市下連雀8-3-6 野村病院内

【対象地域】

下連雀5~9丁目

上連雀6~9丁目

野崎1丁目

耳鼻咽喉科 特集

- ・最近聞こえにくい
- ・テレビの音が大きいと言われる
- ・耳鳴りが気になる
- ・飲み込みにくい
- ・鼻が詰まる、においを感じにくい など



思い当たるようなことはあるでしょうか？
 年齢を重ねると、このような変化が出てくることがあります。
 放っておくと生活に支障が出たり、思わぬ病気が隠れている場合もあります。
 耳鼻咽喉科では「補聴器の相談」や「めまい」「耳鳴り」「喉の不調」
 などの相談をすることができます。

補聴器購入費用の助成制度

三鷹市では補聴器の購入費用の一部を助成しています。
 詳しくは右上の二次元コードで確認、または市役所までお問合せください。



助成を受けられる方



まずは申請を

購入前に申請が必要です 相談医への受診と意見書が
 購入後の申請は助成の 必要です。認定専門店での
 対象外です 購入が必須です



※掲載情報はR8年4月時点のものです。変更が無いか事前にご確認ください



医療機関名	所在地	電話番号	診療時間	休診日
① たなべ耳鼻咽喉科	上連雀9-15-24	0422-70-3387	午前 9:00~12:30 / 午後 15:00~18:30 (土曜日は9:00~14:00、木曜午後は予約制の補聴器外来)	木曜日午前 日・祝
② わたらい耳鼻咽喉科	上連雀2-7-14	0422-72-2733	午前 9:00~12:30 / 午後15:45~19:00 (土曜日は9:00~13:00、水曜日は午前のみ)	水曜日午後 木・日・祝
③ 佐竹医院	下連雀3-14-28	0422-43-3273	午前 9:00~12:00 / 午後 15:00~19:00 (水・土曜日は午前のみ、4月~9月の木曜は月2回程度休診)	水・土曜日午後 日・祝
④ 宮崎耳鼻咽喉科	下連雀4-10-20	0422-47-3311	午前 9:00~12:00 / 午後 15:00~19:00 (水曜日、土曜日は午前のみ)	水・土曜日午後 木・日・祝