

西多摩地域広域行政圏協議会
地域包括ケアシステム連携事業 住民向け講演会

仕事や育児と両立できる共倒れしない介護

日時

令和7年11月30日(日)
14:00~15:50(開場13:30)

講師

NPO法人 こだまの集い
代表理事 室津 瞳 氏

元・働く介護者 湊 貞行 氏



会場

福生市民会館 小ホール(つつじホール)
福生市福生2455(JR青梅線 牛浜駅東口 徒歩5分)

【所在地】 東京都福生市福生2455 TEL: 042-552-1711



【駐車場】

収容台数194台
高さ制限あり(2.1m)

※台数に限りがありますので
公共交通機関のご利用に
ご協力いただきますよう
お願いいたします。

定員

200名(事前申込制)

令和7年11月10日(月)までに、以下の申込フォーム または お住まいの市町村へのお電話で、お申込みください(電話連絡先は裏面にございます。)

<申込フォームURL・QRコード>

<https://logoform.jp/form/LaiY/1128844>



お申込みの際、代表者のお名前、連絡先電話番号、参加人数などをお伺いします。

主催:西多摩地域広域行政圏協議会 後援:東京都、一般社団法人西多摩医師会
裏面:講師プロフィール、各市町村申込み先

講師プロフィール

➤NPO法人こだまの集い 代表理事 室津 瞳(むろつひとみ)氏

- ・介護職・看護師として病院や施設勤務を経て、令和元年5月に「NPO法人こだまの集い」設立
- ・ダブルケア(育児×介護×仕事)を8年間経験
- ・200人のダブルケアラーと対話し、両立支援のノウハウを発信

ミッションは「育児と介護が重なる現役世代が、輝き続けられる社会の実現」

■【共著】「育児と介護のダブルケア-事例からひもとく連携・支援の実際-」(中央法規出版)

■【監修】1000人の「そこが知りたい!」を集めました 仕事や育児と両立できる 共倒れしない介護 | オレンジページの本 | オレンジページnet

➤NPO法人こだまの集い 元・働く介護者 湊 貞行(みなとさだゆき)氏

- ・1971年生まれ-54歳。長崎県出身。現在は東京都調布市在住。
- ・訪問医療マッサージの相談員として働く傍ら、地域貢献の一環として素人講談師としても精力的に活動中。
- ・2014年に長崎で独居であった実母が認知症を発症し、介護が始まる。
- ・仕事を辞めずに生活スタイルを変えない独自の遠距離介護の仕組みを構築し、8年間実践。
- ・現在はその経験をもとに全国で講演し、遠距離介護やダブルケアに関する講演活動を全国で展開中。

各市町村 申込み先

市町村名	担当部署	申込み先電話番号
青梅市	健康福祉部 高齢者支援課 包括支援係	0428-22-1111 (内線2127)
福生市	福祉保健部 介護福祉課 高齢者支援係	042-551-1537
羽村市	福祉健康部 高齢福祉介護課 介護予防・地域支援係	042-555-1111 (内線195)
あきる野市	健康福祉部 高齢者支援課 高齢者支援係	042-558-1953
瑞穂町	福祉部 高齢者福祉課 地域包括ケア推進係	042-557-7674
日の出町	いきいき健康課 高齢支援係	042-588-5368
檜原村	福祉けんこう課 福祉係	042-598-3121
奥多摩町	福祉保健課 地域支援係	0428-83-2777
西多摩地域 広域行政圏協議会	事務局	0428-22-1111 (内線2440、2441)