

## 『これって認知症？』『わたしも認知症？』 認知症簡易チェックサイトをご活用ください

問い合わせ 長寿福祉課 (☎574 - 8544)

認知症とは、脳の障害により『記憶する』『時・場所・人などを認識する』『計算する』などの認知能力が低下し、日常生活を送ることが困難になる病気です。

### 日常でこんなことがあったら・・・

- 同じ話を無意識のうちに繰り返す
- 知っている人の名前が思い出せない
- 物のしまい場所を忘れる
- 今、しようとしていることを忘れる

### 認知症簡易チェックサイト

認知症傾向にあるかどうかを数問の質問事項の回答からチェックできるサイトです（簡易的な判断をするもので、医学的な判断をするものではありません）。

サイトには本人向けと家族・介護者向けの2種類があります。

携帯電話、スマートフォンをお持ちのかたは右のQRコードからアクセスしてください。



介護に関する悩みや相談、健康や福祉に関することなど気になることがありましたら、お近くの地域包括支援センターへご相談ください。

### 【お知らせ】

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、4月開催の認知症カフェは中止になりました。

### 不登校・ひきこもりの子どもを持つ親の 悩みを考える集い

### 子どもに対する親の接し方について

問い合わせ 子育てネットワーク深谷  
飯塚さん (☎587 - 4475)

とき 5月23日(出)午後2時～5時  
ところ 深谷公民館 参加料 300円  
講師 中村梯一氏(さいたま教育研究所)

### 家族の介護で悩みを持つ人たちとの交流の場 介護者のつどい

問い合わせ 介護サポーターズ深谷・森田さん  
(☎571 - 0757)

とき・ところ 4月18日(出)  
午後1時30分～3時30分  
コープみらいプラザ深谷

### 『地域のお茶の間』を認定しました 認定第28号

### 『COCOCHI AROMA』

問い合わせ 福祉政策課 (☎568 - 5041)

とき 毎週火・水曜日午前9時30分～午後2時  
ところ COCOCHI AROMA (☎090 - 5789 - 5035・田所町3 - 14)  
内容 地域交流や情報交換の場。健康・育児相談、アドバイスも行えます(子連れのかたも利用可)。  
参加料 無料(一部有料サービスあり)

### 『深谷っかつ体操』を身につけ、 地域で活躍しませんか？

### 介護予防サポーター養成講座

問い合わせ 長寿福祉課 (☎574 - 8544)

重りを使用した『深谷っかつ体操』を地域で行う、『住民主体の通いの場(ご近所型の介護予防教室)』を運営するボランティアの養成講座です。

対象 市内在住で、お住まいの地域に『住民主体の通いの場』を作りたいかた  
とき 5月14日～7月2日までの毎週木曜日(全8回)午前9時30分～11時30分  
ところ 南公民館 定員 20人  
申し込み 4月23日(休)までに問い合わせ先へ

## 年に1度は体をチェック！ 人間ドック・脳ドックを受けましょう！

問い合わせ 保険年金課 (☎574 - 6641)

国民健康保険の被保険者が人間ドックまたは脳ドックを受ける場合に、その費用の一部を助成します(助成はいずれか一方のみ)。

対象 次の要件をすべて満たすかた

- ①申請日当日、深谷市国民健康保険の被保険者で、その資格を取得してから1年以上を経過している
  - ②申請日当日、満35歳以上
  - ③深谷市国民健康保険税を完納している世帯
- ※人間ドックの補助は、市の実施する特定健診と同一年度に重複して受けられません。

受検期間 令和3年2月末まで

助成額 1万7,500円(補助の上限額)

申し込み 令和3年1月末までに、国民健康保険被

保険者証をお持ちの上、問い合わせ先または各総合支所市民生活課へ。なお、必ず受検前に申請してください(事前申請のない検診は助成対象外)。

### 【指定医療機関】

指定医療機関は、市内外に複数あります。詳しくは市ホームページをご覧くださいか、問い合わせ先へ。右のQRコードからも確認できます。



※指定医療機関以外でも助成を受けられます。手続き方法が一部異なりますので広報ふかや5月号折り込みのチラシをご覧くださいか、お問い合わせください。

## ウォーキング教室

問い合わせ 保健センター (☎575 - 1101)

運動にチャレンジしやすい季節となりました。毎日の生活にウォーキングを取り入れてみませんか？

対象 市内在住者

定員 各コース先着20人

※ひとり1コースのみの申し込みになります。

持ち物：汗拭きタオル、飲み物  
※運動のできる服装でおこください。

申し込み

4月8日(休)午前9時から電話で問い合わせ先へ



### 令和2年度 ウォーキング教室

コース	会場	日程	時間	費用
早朝コース (早朝の澄んだ空気の中、緑の芝生の上を歩こう)	櫛挽ヶ原ラグビー場 (櫛引16-1)	5月13日(水)・20日(水)・27日(水)、 6月3日(水)・10日(水)	午前8時～9時	-
初級コース (ストレッチや正しい姿勢と効果的なウォーキング方法について学ぼう)	深谷ビッグスタートル (室内)	5月11日(月)・25日(月)、6月1日(月)・ 15日(月)	午前10時～11時	施設利用料 100円/1回
中級コース (軽い筋トレと効果的なウォーキングで楽しく歩こう)	アクアパラダイス パティオ(屋外)	5月16日(土)・30日(土)、6月13日(土)・ 27日(土)、7月4日(土)	午前10時30分～ 11時30分	-

## 胃がん検診(胃内視鏡検査)が 他の検診に先駆けて開始

問い合わせ 保健センター (☎575 - 1101)

胃がん検診(胃内視鏡検査)は4月から受診できます。ぜひこの機会にお受けください。なお、胃がん検診(胃内視鏡検査)以外の各種健(検)診は6月開始となります。

対象 今年度末偶数年齢になる50歳以上のかた

実施期間 令和3年2月28日(日)まで

費用 2,500円(75歳以上、生活保護受給者などは無料)

申し込み

各医療機関に直接お申し込みください。

### 【胃がん検診(胃内視鏡検査)医療機関一覧】

医療機関名	電話番号
あさみ医院	☎584 - 5565
いづかクリニック	☎551 - 1117
岩崎医院	☎572 - 8181
皆成病院	☎574 - 1111
桜ヶ丘病院	☎571 - 1171
佐々木病院	☎571 - 0242
すずきクリニック	☎580 - 6682
はしもとクリニック	☎551 - 8410
深谷中央病院	☎571 - 8032
深谷寄居医師会 メディカルセンター	☎570 - 6111
みやはらクリニック	☎583 - 7076
埼玉よりい病院	☎579 - 2788
藤野クリニック	☎581 - 1035