

安心して集える交流の場

『認知症カフェ』に参加しよう！

【利用時のお願い】 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、利用時はマスクの着用と、事前に自宅での検温をお願いします。また、急きょ中止となる場合があります。事前に問い合わせ先までご確認ください。

ふじさわ苑オレンジカフェ

問い合わせ

ふじさわ苑 ☎571 - 1234

とき 11月15日(日) 午前10時～正午

ところ ふじさわ苑地域交流ホーム

参加料 100円

※1週間前までに事前申し込み(平日のみ受け付け)
電話で問い合わせ先へ

笑カフェオレンジ

問い合わせ

笑カフェ ☎598 - 8020 ※要予約

とき 11月17日(火) 午前10時～11時

ところ 笑カフェ(岡部駅前)

参加料 100円(昼食を希望するかたは別途500円)

※認知症に関しては、地域包括支援センターでも随時ご相談いただけます。

なごみオレンジカフェ

問い合わせ

医師会なごみ ☎577 - 5371 ※要予約(5人程度)

とき 11月26日(木) 午前10時30分～正午

ところ 老人保健施設FOMA・なごみ

参加料 100円

カフェ・オレンジヴィラ

問い合わせ

フラワーヴィラ ☎584 - 5550

とき 11月29日(日) 午前10時～正午

ところ デイサービスセンターかぐや姫

参加料 無料

※1週間前までに事前申し込み(平日のみ受け付け)
電話で問い合わせ先へ

日頃の悩みや思いを、家族同士で語り合ってみませんか。

家族のつどい

問い合わせ 長寿福祉課 ☎574 - 8544

認知症のかたを介護している家族のかたを対象に、『家族のつどい』を開催します。

とき 11月10日(火) 午後1時30分～2時30分

ところ 豊里公民館 クラブ室

申し込み 前日までに問い合わせ先へ

脳を活性化しよう！

『脳と身体のいきいき健康づくり講座』

問い合わせ もくせい館 ☎583 - 7733

脳を活性化させて、認知機能を向上させる『シナプソロジー』と、日常生活動作の機能改善を実感できる『椅子バランスコーディネーション』の講座です。

対象 55歳以上の市内在住者

とき 令和3年1月12日(火)・19日(火)・26日(火)、2月2日(火) 午後1時30分～3時30分(全4回)

ところ もくせい館

定員 先着15人

講師 板垣美佐子氏(シナプソロジーインストラクター)

申し込み 11月25日(火)から電話で問い合わせ先へ

各種健(検)診 申込受付中!!

問い合わせ

保健センター ☎575 - 1101

各種健康診査、胃がん検診(集団検診)、肺・大腸・前立腺がん検診は令和3年1月29日(金)まで、子宮頸がん・乳がん検診(集団検診)は令和3年2月27日(土)まで、胃がん検診・子宮頸がん・乳がん検診(個別検診)は令和3年2月28日(日)まで実施しています。

自覚症状があるかたは、健(検)診ではなく早めに医療機関を受診しましょう。なお、受診の際は、感染予防にご協力ください。

申し込み 市ホームページ(右のQRコードからアクセスできます。)をご確認の上、深谷寄居医師会メディカルセンター予約専用電話☎570 - 6111)へ

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、状況により急きょ、中止や変更となる可能性があります。



▲市ホームページ

発熱などで医療機関を受診する際のお願い

問い合わせ 熊谷保健所 ☎523 - 2811

風邪やインフルエンザが流行する季節となりました。特に、今年は新型コロナウイルス感染症の感染拡大と重なる恐れがあるため、医療機関を受診する際には次のことをお願いします。

① 受診前に必ず『検温』してください。

② 『熱がある』時には、医療機関をいきなり受診せず、必ず事前に『電話』で相談してください。

免疫力を高めて病気を寄せ付けない!

『正しい呼吸法講座』

問い合わせ もくせい館 ☎583 - 7733

対象・応募資格 市内在住の55歳以上のかた

とき ①12月 4日(金) 午後1時30分～3時30分

②12月18日(金) 午後1時30分～3時30分

※各日とも同内容

ところ もくせい館

定員 各日先着15人

講師 田村綾香氏(歯科衛生士・息育指導士)

申し込み 11月10日(火)から電話で問い合わせ先へ

気づいてください、こころのサイン

※利用方法など詳しくは、それぞれ下記のQRコードからアクセスしてご覧ください。

問い合わせ 保健センター ☎575 - 1101

もしあなたが先の見えない不安や生きづらさを感じるなどのこころの悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか?電話では相談しづらいかたには、『LINE』などのSNSでも相談できます。

電話相談

よりそいホットライン

☎0120 - 279 - 338 (24時間対応)

どんな人の、どんな悩みにも寄り添って、一緒に解決できる方法を探します。

・暮らしの悩みごと ・悩みを聞いてほしいかた
・外国語による相談をしたいかた など



電話相談

いのちの電話

☎0570 - 783 - 556

毎日午前10時～午後10時

☎0120 - 783 - 556

毎日午後4時～午後9時

※毎月10日は午前8時～翌日午前8時



10代、20代の女性のための『LINE』相談

NPO法人BONDプロジェクト

『LINE』で『@bondproject』を検索

相談時間 月・水・木・金・土曜日

午後2時～6時

午後6時30分～10時20分



心のストレスチェック

こころの体温計

体調が悪いときに体温を測るように、少し疲れたと感じたら、『こころの体温』を測ってみませんか(このシステムは医学的判断をするものではありません)。

深谷市 こころの体温計 検索

