

認知症のかたとその家族が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を推奨します。事前に自宅での検温をお願いします。また、急ぎょ中止となる場合があります。

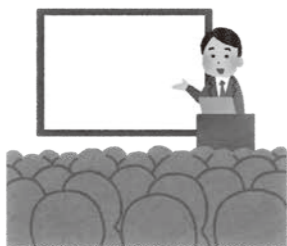
名称	問い合わせ	とき・ところ	参加料
えみ 笑カフェオレンジ	笑カフェ(☎598-8020)※要予約(ランチ希望者は予約時に申し込み)	10月2日(月)・11月13日(月)午前10時～11時・笑カフェ(JR岡部駅前)	100円
オレンジカフェ 東都	東都大学(☎574-2500)※要予約。大学で学生や先生と交流しましょう	10月12日(休)午後1時30分～3時・東都大学	100円
瑠璃色のふるさと	大里広域地域包括支援センター市社会福祉協議会(☎573-6869)※事前予約不要	10月18日(休)午前10時～11時30分・瑠璃光寺(稲荷町北9-25)	無料
ふじさわ苑 オレンジカフェ	ふじさわ苑(☎571-1234)※1週間前までに電話(平日のみ受け付け)で要予約	10月22日(日)午前10時～11時30分・ふじさわ苑地域交流ホーム	100円
カフェ・オレンジ ヴィラ	フラワーヴィラ(☎584-5550)※電話で要予約	10月29日(日)午前10時～正午・デイサービスセンターかぐや姫	無料
フラワーヴィラ 花園テラスカフェ	フラワーヴィラ(☎584-5550)※認知症に関する交流だけでなく、誰でも参加できます。	毎週水曜日の午後1時～3時・フラワーヴィラ花園テラス	100円程度(飲み物希望者のみ)

※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。

健康ふかやミニセミナー

※ためるんピック登録事業です。

【問い合わせ】 保健センター(☎575-1101)
対象 市内在住者
とき 11月20日(月) 午後1時30分～3時
ところ 深谷公民館 大会議室
内容 “せき”と“たん”の話
定員 50人
講師 風間俊文氏
(風間医院医師)
申し込み 10月10日(火)午前9時から電話で問い合わせ先へ



『公園ウォーキング』参加者募集

※ためるんピック登録事業です。

【問い合わせ】 アクアパラダイス・パティオ(☎574-5000)
季節や自然を感じながら心地よくウォーキングをしませんか
対象 18歳以上の市内在住者
とき・ところ 10月21日(出)・29日(日)午前10時30分～正午・アクアパラダイス・パティオ公園内
定員 各日先着15人(1人1日のみ参加可)
持ち物 帽子、汗拭きタオル、飲み物 ※運動のできる服装でお越しください。
申し込み 10月6日(金)午前11時から電話で問い合わせ先へ

おカラダケアトレーニング教室の参加者募集

※ためるんピック登録事業です。

【問い合わせ】 深谷ビッグスタートル(☎572-3000・受付時間=午前9時～午後8時)
ラテン系の曲に合わせて体を動かすZUMBA®でトレーニングしてみませんか。ZUMBA®とは、強弱のあるトレーニングで汗をかくダンスです。年配のかたでも参加できます。
対象 18歳以上の市内在住者
とき 11月10日(金)・24日(金) 午前11時30分～午後0時30分
ところ 深谷ビッグスタートル 研修会議室
定員 各日先着15人(1人1日のみ参加可)
持ち物 室内用運動靴、飲み物、タオル
申し込み 10月17日(火) 午前9時から電話で問い合わせ先へ

対象者(昭和33年12月31日生まれまでのかた)に予診票を郵送しました
高齢者インフルエンザ予防接種

【問い合わせ】 保健センター(☎575-1101)

対象 深谷市に住所を有するかたで、次のいずれかに該当するかた
①接種日に65歳以上のかた ②接種日に60歳以上65歳未満のかたで、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有するかた(身体障害者手帳1級程度)
期間 10月20日(金)～令和6年1月31日(休)
費用 自己負担1,000円(接種医療機関にお支払いください)
ただし、以下のかたは各証明の提示により自己負担はありません。
・生活保護世帯に属するかた=生活保護受給証
・中国残留邦人等支援給付制度の受給を受けているかた=本人確認証
回数 1回
方法 医療機関で個別接種(詳しくは個別通知をご覧ください)
※事前に接種医療機関に連絡して接種を受けてください。
※接種日に65歳以上になっているかたが定期接種の対象です。接種日に65歳未満のかたは、任意接種(自費)となりますのでご注意ください。
※上記対象②に該当するかた、および昭和34年1月生まれのかたで65歳の誕生日を迎えてから接種を希望するかたは、問い合わせ先へご連絡 ください。



運動不足解消に室内ウォーキングで体を動かしてみませんか
室内ウォーキング教室参加者募集

※ためるんピック登録事業です。

【問い合わせ】 深谷ビッグスタートル(☎572-3000・受付時間=午前9時～午後8時)
対象 18歳以上の市内在住者
とき 11月コース=11月8日(火)・15日(火) 12月コース=12月6日(火)・13日(火) 各日午後2時～3時
ところ 深谷ビッグスタートル2階ランニングコース
定員 各日先着15人(1人1コースのみ参加可)
持ち物 室内用運動靴、飲み物、タオル
申し込み 10月10日(火)午前9時から電話で問い合わせ先へ

11月30日(休)まで
麻薬・覚醒剤・大麻乱用防止
運動を実施します

【問い合わせ】 熊谷保健所(☎523-2811)

麻薬・覚醒剤・大麻・危険ドラッグなどの薬物乱用は、健康を害するたいへん危険なもので、自分の人生だけでなく、家族など周りの人たちの人生までも狂わせてしまいます。薬物の誘いは、はっきり断りましょう。
特に大麻は、『体に害がない』などの誤った情報で若者を中心に乱用が増加しています。正しい知識を身につけ、薬物乱用を根絶しましょう。薬物でお困りのかたはご相談ください。



がんワンストップ相談

【問い合わせ】 県疾病対策課(☎048-830-3651・☎ a3590-06@pref.saitama.lg.jp)

対象 県内在住または在勤する就労中のがん患者のかた(休職中のかたも含む)
相談日時 月2回、午後6時15分～8時15分(最終受付=午後7時45分)※事前予約制

10月	11日(火)・24日(火)	R6.1月	10日(火)・23日(火)
11月	9日(火)・21日(火)	R6.2月	7日(火)・20日(火)
12月	5日(火)・20日(火)	R6.3月	6日(火)・19日(火)

申し込み 県ホームページまたは電話・メールで問い合わせ先へ