

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】 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
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	11月12日(木) 午後1時30分～3時・東 都大学	100円
ふじさわ苑 オレンジカフェ	大里広域地域包括支援センターふじさわ苑 (☎571 - 1234)※要予約	11月15日(日) 午前10時～11時30分・ ふじさわ苑デイサービスセンター	100円
えみ 笑カフェオレンジ	笑カフェ(☎598 - 8020)※要予約	11月16日(月) 午前10時～11時・笑カ フェ(JR岡部駅前)	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	11月18日(水) 午前10時～11時30分・ 瑠璃光寺(稲荷町北9-25)	100円
カフェ・オレンジ ヴィラ	フラワーヴィラ(☎584 - 5550)※要予約	11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

※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。

日ごろの悩みや思いを、家族同士で語り合ってみませんか 認知症家族のつどい

【問い合わせ】 長寿福祉課 (☎574 - 8544)

対象 市内在住で認知症のかたを介護している家族など

とき 11月10日(火) 午後1時～2時

ところ 深谷市社会福祉協議会 (ボランティア交流センター 3階会議室)

定員 10人

申し込み 11月9日(月)正午までに問い合わせ先へ



11月30日は『人生会議の日』

【問い合わせ】 長寿福祉課 (☎574 - 8544)

人生会議とは、もしものときのために、あなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームなど、周囲の信頼する人と繰り返し話し合い、共有する取り組み『ACP(アドバンス・ケア・プランニング)』のことです。

厚生労働省は、11月30日(いい看取り・看取られ)を『人生会議の日』とし、人生の最終段階の医療・ケアについて考える日としています。

皆さんの周りにいる大切なかたに、あなたの気持ちや考えを伝える『人生会議』を、始めてみませんか。

市では、身近な医師から話を聞いて、より良く豊かに生きるためには何ができるか、自分が希望することは何かを考える『ACP(人生会議)普及啓発教室』を開催しています。申し込み方法など、詳しくは市ホームページでご確認ください。

また、市内図書館でテーマ展示『さあ!はじめよう人生会議』を11月30日(月)まで開催していますので、ぜひお立ち寄りください。



▲市ホームペ
ージ

▲厚生労働省
ホームページ

深谷赤十字病院公開講座 ※11月9日(月)から電話で問い合わせ先へ申し込み

【問い合わせ】 市社会福祉協議会 (☎573 - 6563、受付＝平日午前9時～午後5時)

第3回『正しく知ろうがん予防と早期発見』

対象 健康に興味のある市内在住・在勤者

とき 11月30日(月)午後2時～3時

ところ 深谷赤十字病院1階多目的ホール

定員 50人

講師 齋藤悦子氏 (深谷赤十字
病院乳がん看護認定看護師)

持ち物 筆記用具



第4回『もしもの時に困らないためのおひとり様準備』

対象 健康に興味のある市内在住・在勤者

とき 12月3日(木)午後2時～3時

ところ 深谷赤十字病院1階多目的ホール

定員 50人

講師 飯塚寛太氏 (深谷赤十字病院社会福祉士)

持ち物 筆記用具



ためるんピック
ふかや登録事業

『ウォーキング教室』参加者募集

【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楽しみませんか。

対象 18歳以上の市内在住者

とき 11月20日(金)・25日(水)午後1時30分～3時

ところ 深谷グリーンパーク (アクアパラダイス・パティオ) 内

定員 各日15人

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。

※雨天時は室内履きを持参してください。

申し込み 11月6日(金)午前11時から直接問い合わせ先へ



ためるんピック
ふかや登録事業



おカラダケアトレーニング教室『ストレッチヨガ教室』

【問い合わせ】 深谷ビッグタートル (☎572 - 3000・受付時間＝午前9時～午後7時)

誰でも無理なく、楽しみながら全身を伸ばしてリラックスできるヨガです。

対象 18歳以上の市内在住者

とき 12月12日(土)・19日(土) 午後3時～4時

ところ 深谷ビッグタートル研修会議室

定員 各日20人 (1人1日のみ参加可)

持ち物 室内履き、飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット (貸し出し可)

申し込み 11月12日(木) 午前9時から電話で問い合わせ先へ



ためるんピック
ふかや登録事業

11月はケアラー月間『誰かを支えるあなたも支える』

【問い合わせ】 福祉政策課 (☎568 - 5041)

ケアラーとは、家族などの身近な人に対して、無償で介護、看護、日常生活上のお世話や援助をしているかたのことです。埼玉県では11月を『ケアラー月間』と定め、ケアラー支援への理解を深め、ケアラーが孤立しないようさまざまな取り組みを進めています。また、市では市民の皆さんにケアラーの方々への理解を深めてもらうため、パネル展を開催します。

【ケアラー関連パネル展】

とき 11月4日(水)～10日(火)午前8時30分～午後5時15分

ところ 市役所本庁舎1階多目的ホール

内容 ケアラー・ヤングケアラー体験談およびケアラー関連情報