

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
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)	9月11日(月)・10月2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	9月14日(休)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	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	9月17日(日)午前10時～11時30分・ふじさわ苑地域交流ホーム	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	9月20日(休)午前10時～11時30分・瑠璃光寺(稲荷町北9-25)	無料
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	9月24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。

9月はアルツハイマー月間です！

問い合わせ 長寿福祉課(☎574-8544)

今年のキャッチフレーズは、
もっと知ろう もっと語ろう 認知症

9月は『世界アルツハイマー月間』、そして9月21日は『世界アルツハイマーデー』として、世界各国で認知症の理解を深める取り組みが行われています。この機会に認知症について知り、認知症の人との関わり方を考えてみませんか？

【認知症簡易チェックサイト】

右のQRコードを読み取り、『認知症簡易チェックサイト』から自分の状態もチェックしてみましょう。



9月になっても暑い日は注意！

みんなで防ごう『熱中症』

問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

9月もまだ暑い日が続きます。家族や周りのかたで声を掛け合って、みんなで熱中症を防ぎましょう。
【暑さを避ける！】暑い日は不要な外出・作業を避け、室内ではエアコンを上手に利用しましょう
【水分補給！】室内でも、外出時でも、喉の渇きを感じなくても、水分をこまめに取りましょう

第2回深谷赤十字病院公開講座

ACP(人生会議)普及啓発教室

問い合わせ 市社会福祉協議会(☎573-6563)、
長寿福祉課(☎574-8544)

対象 健康や介護予防に興味のある市内在住・在勤者
とき 10月14日(土) 午前10時～11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 長谷川修一氏(深谷赤十字病院副院長)

申し込み 10月11日(水) 午後5時までに問い合わせ先へ電話またはオンライン申請(右記QRコードからアクセス)で申し込み



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・ところ 9月12日(火) 午後1時30分～2時30分・明戸公民館
申し込み 前日までに問い合わせ先へ



9月24日～30日は結核予防週間です

胸部エックス線検査を受けましょう

問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

結核は、結核に感染した人のせきやくしゃみなどによって空気中に飛び散った結核菌を吸い込むことにより感染します。今でも年間約1万人以上が新たに発症し、約2千人が命を落としています。結核を発症しても、初期段階ではほとんど症状(微熱、体のだるさ、長引く咳、たんなど)が現れず、特に高齢者は気づかないうちに進行してしまふことがあります。

結核は早期に発見できれば、重症化が防げるだけでなく、家族や友人などへの感染の拡大を防ぐことができます。市では肺がん・結核検診で胸部エックス線検査を行っています。年に1回は胸部エックス線検査を受けましょう。

対象 40歳以上のかた

※日程など詳しくは市ホームページ『各種健康診査・がん検診』でご確認ください。

費用 200円(75歳以上は無料)

申し込み 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



▲市ホームページ

歯周病検診を受けましょう

問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

歯の健康を保つため、かかりつけ医をもち、年に一度はプロのケアを受けることが大切です。定期検診を受け、自分の口腔状態を把握しましょう。
対象 市内在住で令和6年3月31日現在、40・45・50・55・60・65・70歳に達するかた(歯科治療中、職場などで受診機会のあるかたは対象外)

※対象者には6月末に受診票などを郵送しています。

検診期間 令和6年2月29日(休)まで

健康ふかやミニセミナー

骨粗しょう症予防講座

問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

骨粗しょう症の正しい知識と予防について学んでみませんか。

対象 市内在住者

とき 10月18日(水) 午前10時～11時30分

ところ 深谷公民館大会議室

定員 50人

講師 荻野睦氏(荻野整形外科クリニック)

申し込み 9月12日(火)午前9時から電話で問い合わせ先へ

こころの悩みを一人で抱えていませんか？

問い合わせ 保健センター(☎575-1101)

『生きているのがつらい』『いなくなっけたい』など不安やストレスを抱えて一人で悩んでいませんか。皆さん一人ひとりがかけがえのない大切な存在です。少しずつでも、あなたの今の気持ち、つらい思いを相談してみませんか。



【こころのサポート@埼玉】

LINE(右記QRコードから友だち登録)で専門相談員に無料で悩みを相談できます。
相談日: 令和6年3月25日(月)までの間の日曜日午後9時～午前6時、月曜日午後9時～午前1時
※受付は終了30分前まで



▲LINE友だち登録

【日々の暮らしの中で、こころのセルフチェックを～こころの体温計～】

体温で体の状態を知るように、『こころの体温計』で心の状態をチェックしてみましょう。パソコンやスマートフォンから手軽にストレス度や落ち込み度がチェックできるシステムです(通信料は自己負担)。

※『こころの体温計』は自己診断をするもので医学的診断をするものではありません。



▲こころの体温計