

家族や身近な人と医療や介護について考える「きっかけ」をつくりたい人

さいごまで自分らしく 生きるための心づもり

時 10月31日(土) 13:00～16:00

場 市役所 料 無料 持 飲み物、筆記用具

内 医師の講演や談話、カードゲームを通して自分の人生観・価値観を改めて振り返り、「もしも」の時の医療や介護について考えます。

対 20歳以上 定 30人(応募多数の場合は抽選)

申 9月4日(金)～10月27日(火)の平日
9:00～16:00に埼玉県立大学地域
連携センター(☎048-973-4114)
へ電話。QRコードからも申込み可。



家族が認知症で道迷い
等が心配な人

認知症高齢者等 見守りシール



▲シール見本(見本のQRコードからは解説動画が見られます。)

道迷いの際に発見者が通報するためのQRコード付きのシール(衣類用、持ち物用)を配布しています。

料 無料 他 個人情報に触れずに通報・受信が可能

申 高齢介護課高齢者福祉担当(☎594-5539)

地域や職場でできる範囲で
認知症の人の力になりたい人

認知症サポーター 養成講座

認知症を正しく理解し、温かく見守り、応援するため、講座を開催します。認知症VR体験も実施します。

時 9月16日(水) 10:00～11:30 場 市役所

対 市内在住・在勤の人30人(先着順) 料 無料

申 北本市地域包括支援センター北本社協
(☎590-4011)へ電話または直接。

いつまでも元気に^か噛む、飲む、話したい人
お口の健康は認知症予防にもつながります

オーラルフレイル 市民講座

オーラルフレイル(噛む、飲み込む、話す等お口の機能の衰え)を歯科医師・歯科衛生士が解説し、飲み込む力を鍛えて肺炎を防ぐ方法を学びます。

時 9月24日(木) 9:30～11:00

場 文化センター

対 高齢者とその家族30人(先着順) 料 無料

申 9月17日(木)までに高齢介護課高齢者福祉
担当(☎594-5539)へ電話またはQRコードから。



ミドリテラス(栄市民活動交流センター) 高齢者ラウンジ

イベント	日時	対象・持ち物	定員	申込み
健康エクササイズ (全5回)	10月1日～29日の木曜日 13:00～14:10	市内在住60歳以上の人 室内用シューズ、ヨガマット、タオル、飲み物	50人	9月8日(火) ～20日(日)
チェアエクササイズ (全5回)	10月7日～11月4日の水曜日 10:00～11:10	市内在住65歳以上の人 室内用シューズ、タオル、飲み物	50人	9月5日(土) ～20日(日)
足揉み健康法 (全2回)	10月5日・19日の月曜日 10:00～11:30	バスタオル、浴用タオル、5本指靴下、常温飲料水	10人	9月11日(金) ～20日(日)
折紙教室	10月6日(火) 9:30～12:00	はさみ、木工用ボンド、手拭き ¥110円(当日徴収)	20人	9月12日(土) ～20日(日)
切絵教室	10月13日(火) 10:00～12:00	カッター(細身のもので可)、定規 (15cm位) ¥200円(当日徴収)	10人	9月13日(日) ～20日(日)

各イベント共通事項

特記なければ北本市、桶川市、鴻巣市在住の60歳以上の人 特記なければ無料

健康エクササイズとチェアエクササイズの同時応募は不可

申 高齢者ラウンジ(☎592-1551)へ電話または直接。

定員を超えた場合は抽選、抽選に漏れた人のみ9月24日(木)以降に電話で連絡。

高齢者ラウンジ
ホームページ▶



9月は「認知症月間」

つくろう！ 認知症とともに生きるまち



ものの忘れが増えた、今までできていたことが難しくなった等、気になる変化はありませんか？

65歳以上の高齢者の3人に1人が、認知症や軽度認知障害の症状があると言われています。65歳未満で発症することもあり、認知症は誰もがなり得る病気です。医療機関でできるだけ早期に診療を受けることで、その後の適切な支援につながりやすくなります。

認知症になっても誰もが自分らしく暮らせるように、一人ひとりが自分ごととして理解し、地域全体で見守りましょう。

今回は、認知症に関するイベントやいつまでも元気に暮らすための取り組みを紹介します。

問 高齢介護課高齢者福祉担当(☎594-5539)

オレンジフェスタ北本2026

認知症に関する展示や認知症の人の目線ができる認知症VR体験や音楽療法の他、福祉機器の紹介や各種相談ブースが出展します。

時 9月17日(木) 10:00～15:00 展示

9月18日(金) 9:30～14:00 VR体験等のブース出展

場 市役所 料 無料 申 不要

問 北本市地域包括支援センター(下記オレンジカフェきたもとの問合せ先のいずれか)



オレンジカフェきたもと

同じ悩みを持つ人や専門家とつながり、情報交換や相談ができる場所です。出入り自由、予約不要。

認知症の本人やご家族、地域の人も気軽にお越しください。

カフェ名	日時	場所	費用	問合せ
オレンジカフェ 寿	10月6日(火) 10:00～11:30	南部公民館	100円	きたもと寿苑 (☎590-1000)
オレンジカフェ ひがし	9月8日(火) 10:00～11:30	ヘイワワールド!!	100円	東センター (☎577-5100)
オレンジカフェ オレンジ西茶房	9月10日(木) 14:00～15:30	生活クラブ 生協北本生活館	100円	西センター (☎591-3495)
オレンジカフェ ひだまり	9月25日(金) 13:30～15:00	コープみらい北本介護 センター	100円	北本社協 (☎590-4011)
オレンジカフェ 文化センター	9月24日(木) 10:00～11:30	文化センター	無料 (飲物持参)	上記問合せ先の いずれか