

認知症月間

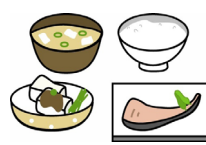
認知症とともに“私らしく”暮らすために

新しい認知症観とは？

9月は「認知症月間」です。近年は「認知症＝何もできなくなる」という見方ではなく、本人の尊厳や希望を大切に、周囲の関わりや環境づくりによって、認知症があってもその人らしく暮らし続けられるという“新しい認知症観”が広がっています。ここで大切なのがウェルビーイング（心身ともに満たされた豊かな生活）という考え方です。



適度な運動



バランスのよい食事



趣味を楽しむ



人とのつながり

日頃からできる4つの習慣

生活習慣を整えて発症リスクを下げることに加え、早めに変化に気づいて相談につながることで、認知症があっても安心して暮らせる工夫を増やすことまで含めて考えることが、日々のウェルビーイングにつながります。気になる変化が続くときは、一人で抱え込まず早めに相談してください。

イベントのお知らせ

市民公開講座

認知症の早期発見と最新治療
—早く気づけば変えられる未来—

- とき 10/3(土) 開演 13:30(開場 13:00)
- 場所 柿安シティホール 2階小ホール
- 申込 不要

※詳細は右記 QR コードから

問 桑名医師会(☎ 22-8173 FAX 25-0226)



認知症サポーター養成講座

- とき 9/15(火) 13:30~15:00
- 場所 桑名市役所 5階中会議室
- 定員 先着30人(参加無料)
- 対象 市内在住および在勤の人
- 申込 右記 QR コードから
- 締切 9/11(金)

問 北部東地域包括支援センター
(☎ 42-2119 FAX 41-0515)



MCI(軽度認知障害)について

MCIは、健常な状態と認知症の間の段階と言えます。認知症の前段階として認知症と同じような症状がみられることもありますが、日常生活に大きな支障はありません。軽度認知障害の段階で気づいて生活改善などを行えば、アルツハイマー型認知症などへの移行を予防することも期待できます。

※相談窓口詳細は、右記 QR コードから

問 介護予防支援室(☎ 24-5104 FAX 26-1548)



オレンジカフェ(認知症カフェ)

認知症カフェとは、市内にお住まいの人はどなたでも気軽に集えるカフェです。皆さんとおしゃべりをしたり、お茶を楽しんだり、ほっとするひとときを一緒に過ごしませんか。開催日や場所は、下記の QR コードからご確認ください。



市 HP



桑名本物力博覧会
桑名ほんぱく
KUWANA HONPAKU 2026

開催します！

9月19日(土) ~ 3月31日(水)

桑名ほんぱく(桑名本物力博覧会)とは、桑名市のたくさんの魅力的なモノを発見したり、体験したりできるプログラムの集まりです。個人で楽しめるものやご家族や友達と楽しめるもの、幅広い世代が参加できるものなど、多彩なプログラムで皆さんをお待ちしております。ぜひご参加ください！



KUWANA
HONPAKU
2026
2026.9.19 ~
2027.3.31



公式 Instagram で
最新情報を発信中

～プログラム一例～



サンジシ醸造の
工場見学&仕込み体験



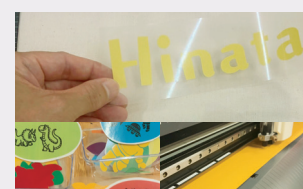
希少いちご食べ比べ体験
@多度グリーンファーム



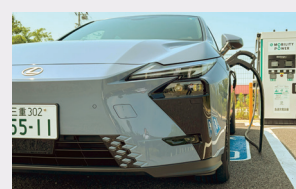
蛤の焼き方&ニューハート
トピア温泉の極泉体験



タイルクラフト体験
貝殻型コースター作り



プリント工房
イクシープラスでグッズ制作



レクサス電動車で、桑名
の魅力に触れる試乗体験



歴史ある御殿で楽しむ
組子組み立て体験



桑名の名物をぎゅっと詰めた
ボールペン作り

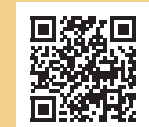
※プログラムは変更となる場合があります。



申込方法

- 公式 web サイトからの場合 9/5(土) 20:00から受付開始
- 電話または FAX からの場合 9/6(日) 12:00から受付開始

※申込方法は、各プログラムによって異なりますのでご注意ください。
詳しくは QR コード読み取り、もしくは「桑名ほんぱく」で検索！



公式 web サイト

問 ブランド推進課(☎ 24-1258 FAX 24-2474)
桑名ほんぱく事務局/桑名エリアマネジメント(株)井上 方(✉ info@kuwanahonpaku.net ☎ 080-9110-1296)