

- **人口(圏域)** 70,603人 (令和5年10月1日現在)
- **65歳以上人口(圏域)** 13,974人
- **高齢化率(圏域)** 19.8%

## ● 地域の特徴

・別所沼公園では毎朝100人以上の参加者でラジオ体操が行われている。浦和区、桜区、中央区など隣接している区からの参加者も多い。  
 ・国道17号や東京外環自動車道が通っている。鉄道はJR埼京線や武蔵野線が走り、南の玄関口として、交通や生活の利便性が高い。

## ● 地域支え合い推進員の取組み

・百歳体操の普及啓発や自主グループの立上げ支援をします。  
 ・地域CTリーグと連携し、地域住民の方々がスマホの相談ができる場所を創出します。  
 ・地元の宝に着目し、地域活性化に取り組みます。

## ● 地域の声

・スマホは持っているけど、LINEとメールしか使っていない。  
 ・百歳体操を始めたいが、既存のグループに入るのには自信がない。  
 ・昔はよくレッスンの試合を観に行っただなあ。

## 地域活動の紹介 <<南区中部圏域 根岸地区>>

ヒューマンライフケア武蔵浦和では、毎月第2火曜日に**ヒューマンオレンジカフェ**を開催しています。

「ヒューマンオレンジカフェ」は地域の皆さまと一緒に、誰もがなりうる「認知症」への理解を深め、認知症のご利用者様と一緒に語らいと相談の場となること、そして一緒に集って、笑える場となることを目的とします。

当日は「eスポーツ」でボーリングを行ったり、お菓子とお茶を楽しみながら、フレイル予防や脳の活性化に取り組みます。

地域の皆さま、ぜひお気軽にご参加ください！

オレンジカフェ →  
事前説明会  
のページです。



毎月第2火曜日13時半～15時  
 場所:ヒューマンライフケア武蔵浦和  
 (さいたま市南区根岸5-2-15)  
 電話番号:048-864-6220  
 担当者:渡辺(わたなべ)

human life care

### ヒューマン オレンジカフェ

このオレンジカフェは認知症の当事者やその家族だけでなく、地域の方々が集まってコミュニケーションできる場所です。自立・軽度の支援が必要な65歳以上の皆様お待ちしています。任天堂スイッチ(テレビゲーム)で e-スポーツ・ボーリング! (初めての方でも、簡単に楽しめます。)  
お菓子とお茶提供(会費無料)

**11/14(火) 13:30~15:00**  
 以降、毎月第2火曜日開催

会場: ヒューマンライフケア 武蔵浦和の宿  
 さいたま市根岸5-2-15(秋葉病院そば) ☎ 048-864-6220  
 主催: ヒューマンライフケア株式会社  
 後援: シニアサポートセンター ハートランド浦和  
 医療連携: たかだ内科クリニック 院長 高田 稔和 先生  
 お薬・サプリメント 無料相談: マエノ薬局

---

お申し込み 定員(15名様)

お申込み ヒューマンライフケア 武蔵浦和の宿  
 電話:048-864-6220 FAX: 048-864-6222  
 お名前 様 (ご人数 人)  
 お電話 ( ) -  
 ご住所

## ● 今後の取組み

・浦和レッズ等の試合観戦を通じて、さいたま市を愛する方々とのネットワークを強化します。  
 ・公民館で実施している、スマホサークルの後方支援を実施します。  
 ・地域活動に参加し、地域の情報を把握します。