

### 『水中運動教室』受講生募集

軽快な音楽に合わせて楽しくアクアビクスをしませんか?水中では浮力の働きで陸上より膝や腰に負担をかけずに水中運動を行うことができ、膝痛・腰痛の予防や緩和、肥満の予防解消効果があります。

**日時** 5月13日～7月22日 毎週火曜日(全10回) 14:00～16:00  
**場所** 宜野湾スイミングスクール  
**定員** 25名(応募多数の場合は抽選)  
**対象** ・40歳～64歳までの市民の方で原則として教室全日程に参加できる方  
 ・平成25年4月以降に特定健診または人間ドックを受診し、医師からの運動制限のない方(場合によっては医師からの意見書を提出していただくこともあります)  
 ・原則として教室全日程に参加できる方  
**受講料** 無料  
**募集期間** 4月7日(月)～4月25日(金)9:00～17:00  
**受付** 電話または窓口で受付後、健診結果を保健相談センターへご持参ください。

問合せ:健康増進課(保健相談センター) ☎898-5583

### 健康ステップアップ教室 ～食と運動で健康な生活を～

食生活の改善や運動など生活習慣病予防や健康づくりに必要な知識を学び運動実技を行います。

**対象** 40歳～74歳までの市内に住所を有し、運動制限のない方  
**日時** 6月2日～8月4日 毎週月曜日(全8回)13:30～16:00  
**場所** 保健相談センター **定員** 20名程度 **受講料** 無料  
**申込方法** 電話または保健相談センター窓口にて受付(予約制)  
**申込期間** 5月1日(木)～5月23日(金)

問合せ:健康増進課(保健相談センター) ☎898-5583

### 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金のご案内

平成26年4月の消費税率8%への引き上げに伴い、所得の低い方や子育て世帯への影響を緩和するために給付金が支給されます。

●臨時福祉給付金  
**対象者** 平成26年度市・県民税(均等割)が課税されない方(課税されている方の扶養親族や生活保護制度の被保護者となっている場合を除く)  
**給付額** 対象者1人につき1万円  
 対象者の中で下記に該当する方は5千円を加算  
 高齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金の受給者など  
 児童扶養手当、特別障害者手当等の受給者など

●子育て世帯臨時特例給付金  
**対象者** 平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)の受給者であって、平成25年の所得が児童手当の所得制限額に満たない方  
**給付額** 対象児童1人につき1万円  
**※平成26年度市・県民税の課税、非課税者が確定する6月以降に対象者には申請書を送付する予定です。**

問合せ:福祉総務課 ☎893-4411 内線371

### 宜野湾市重度心身障害児者福祉手当(激励金)の廃止について

身体障害者手帳1級・2級に該当する方及び療育手帳A1・A2・B1に該当する方に支給していた重度心身障害児者福祉手当(激励金)は、平成26年4月1日をもって廃止となりましたので、お知らせいたします。

問合せ:障がい福祉課 ☎893-4411 内線161・162

### 健康ガイド(5月) ☎898-5583

☆水中運動教室 14時～16時  
 宜野湾スイミングスクール 13日・20日・27日(毎週火曜日)

☆健康相談  
 保健相談センター 毎週 月・火・金曜日(祝日を除く) 13時～15時  
 毎週 火・水曜日(祝日を除く) 9時～11時

### シルバーパスポート「クーポン券」配布のお知らせ

宜野湾市ではスポーツ、趣味等による高齢者の外出する機会を増やし、生きがいづくりを応援しようと「宜野湾市シルバーパスポート事業」を実施しています。

65歳以上の方を対象としたシルバーパスポートカードに加え、75歳以上の方を対象に「クーポン券」を差し上げています。

**4月から利用できる「クーポン券」を、市役所介護長寿課窓口にて配布しています。**

このクーポン券は、市内協力事業所で毎月1枚ずつ(500円分)利用ができます。協力事業所にはボウリング場やプール、岩盤浴、カラオケといった健康づくりを助ける施設や、理容院・美容院・マッサージ・エステなどの身だしなみや体調を整えるお店、薬局などがあります。

※シルバーパスポートカードの再発行は現在無料で行っておりますが、今後はカード費用として料金を徴収することとなりますので、大切に保管してくださいませようお願いします。

問合せ:介護長寿課 長寿支援係 ☎893-4411 内線172

### 特別障害者手当・障害児福祉手当等の手当額改定のお知らせ

平成26年4月分から特別障害者手当、障害児福祉手当、福祉手当(経過措置分)の手当額が変わります。

各種手当	現行	平成26年4月分～
特別障害者手当	26,080円	26,000円
障害児福祉手当	14,180円	14,140円
福祉手当(経過措置分)	14,180円	14,140円

手当支払月は2月(11月分～1月分)、5月(2月分～4月分)、8月(5月分～7月分)、11月(8月分～10月分)の年4回となっています。  
 ※手当額は法律により、毎年の物価指数の変動に応じて改定することになっています。

**【手当を受給中のみなさまへ】**  
 次のような場合は、手当を受ける資格がなくなることがありますので、必ず障がい福祉課へ届け出てください。届出をせずに受給資格がなくなった月以降の手当を受給された場合、その全額を返還しなければなりません。

①住所や氏名を変更した場合 ②受給者が死亡、または施設に入所した場合 ③受給者が病院や施設に3ヵ月以上入院した場合(特別障害者手当の受給者は届出が必要です)  
 ④障害基礎年金を受給するようになった場合(障害児福祉手当・経過措置福祉手当受給者は届出が必要です)

問合せ:障がい福祉課 ☎893-4411 内線161・162

### 宜野湾市地域福祉計画懇話会委員を募集します!!

市では、行政と住民が一体となって支え合うまちづくりを目的とした地域福祉計画を策定し、毎年、計画の実現に向けて、地域福祉計画懇話会を開催しています。懇話会にて、点検評価を行う委員を募集しています。宜野湾市の福祉の向上に関心のある方は、福祉総務課へお問合せ、または市役所ホームページをご覧ください。

問合せ:福祉総務課 ☎893-4411 内線217・491

平成26年度 宜野湾市

# 集団健診のお知らせ



今年度から  
**予約制になります!**

集団健診での受診を希望する方は、予約受付期間内に下記の予約先までご連絡をお願いします。

**予約先**  
 沖縄県健康づくり財団  
**☎889-6452**  
 受付時間(8:30～12:00・13:00～16:00)

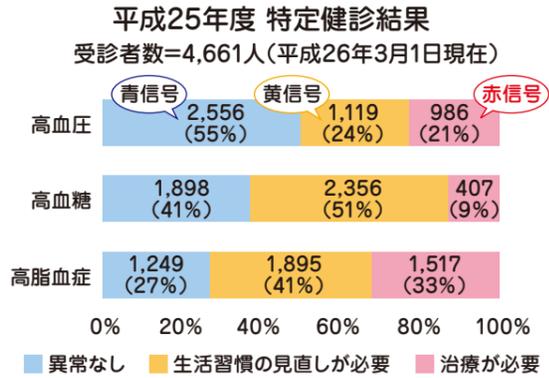
	実施日	予約受付期間	健診会場	対象行政区	定員人数	特定健診	がん検診	子供預り	健診受付時間
1	5月10日(土)	4月14日(月)～4月16日(水)	普天間小学校	野嵩3区・普天間1～2区	140	●	●		8:00～10:30  ※午後はありません  予約が無い方の当日受付はできませんので、ご注意ください。
2	5月17日(土)	4月16日(水)	普天間第二小学校	新城・喜友名・普天間3区	140	●	●		
3	6月10日(火)	5月12日(月)～5月14日(水)	市立体育館	宇地泊・真志喜・大山	140	●	●		
4	6月14日(土)	5月14日(水)	宜野湾市役所	全行政区	210	●	●	●	
5	7月14日(月)	6月5日(木)～6月6日(金)	我如古公民館	我如古	70	●	●		
6	7月30日(水)	6月6日(金)	真栄原公民館	真栄原・上大謝名	140	●	●		
7	8月16日(土)	7月23日(水)～7月25日(金)	宜野湾市役所	野嵩1～2区	140	●	●		
8	8月24日(日)	7月25日(金)	宜野湾市役所	全行政区	280	●	●	●	
9	9月11日(木)	8月25日(月)～8月26日(火)	愛知公民館	愛知・中原	140	●	●		
10	9月24日(水)	8月26日(火)	宜野湾公民館	宜野湾	80	●	●		
11	10月19日(日)	9月29日(月)～9月30日(火)	宜野湾市役所	全行政区	280	●	●	●	
12	10月31日(金)	9月30日(火)	伊佐公民館	伊佐	100	●	●		
13	11月2日(日)	10月1日(水)～10月3日(金)	長田小学校	長田	100	●	●		
14	11月11日(火)	10月6日(月)～10月7日(火)	大謝名団地公民館(受付) 大謝名児童センター(健診)	大謝名・大謝名団地	70	●	●		
15	11月19日(水)		嘉数公民館	嘉数・嘉数ハイツ	70	●	●		
16	1月25日(日)	12月22日(月) 12月24日(水) 12月25日(木)	市立体育館	全行政区	210	●	●	●	
17	1月31日(土)		宜野湾市役所	全行政区	210	●	●	●	
18	調整中(確定申告時期を予定) ※詳細については市報等でお知らせします					●	×		

## がんばるあなたへ、年に一度健診のプレゼントを!

### 受診者の約2割に治療が必要という結果が...

生活習慣病はちょっとしたことが5年10年と積み重なった結果おこります。ということは…ちょっとの心がけで、2、3年後には赤信号から黄色信号へ、さらに青信号へと未来を変化させることができるのです。お仕事や家事で忙しい今だからこそ、未来のあなたと家族のために健診を受けて日頃の生活を振り返る機会にしませんか?

**『私の結果、どうなの…?』健診結果をご説明します。**  
 健診結果からあなたの体がどのような状態なのかイメージできるようご説明いたします。下記までお気軽にお問い合わせ下さい。  
 また、特定保健指導の該当者など、早めに生活習慣病予防に取り組む必要がある方には、市から直接連絡することがあります。



問合せ:健康支援課 ☎898-5583