

インフルエンザ予防接種が始まりました!!

65歳以上の方には接種費用を一部助成しています。助成対象者の方へは、通知書を発送しています。

助成対象 満65歳以上の方(65歳の誕生日を迎えている方)

期間 平成30年2月28日まで

接種場所 指定医療機関

※事前に電話にて予約してください

費用 1,000円
(生活保護を受給されている方は無料)

60歳以上65歳未満の方であって心臓等に重い障害がある方も、助成対象となる場合があります。かかりつけ医へご相談ください。

インフルエンザ予防対策について

- ①手洗い・うがい
 - ②咳エチケット
 - ③十分な睡眠(休養)とバランスのとれた栄養摂取
 - ④適度な湿度の保持
 - ⑤人混みや繁華街への外出を控え、やむを得ず外出する際のマスク着用
 - ⑥予防接種を受ける
- ☎保健相談センター ☎898-5583

母子保健推進員募集

対象 宜野湾市に住所がある、子育て経験のある方

募集人数 大山地区・大謝名地区 各1人

任期 就任～平成30年3月末日まで。ただし、引き続き平成30年4月～32年3月までの任期更新ができる方。

活動内容

- ①市の母子保健事業でのお手伝い(乳幼児健診で身体測定と記入など)
- ②毎月の定例会出席など
- ③健診未受診者宅への訪問による受診勧奨
- ④こんにちは赤ちゃん事業の訪問活動(市のサービス紹介や子育てのアドバイス)

活動日 ①②あわせて月1～3回程度、③④はご自身の時間内で調整。詳しくはお問い合わせください。

☎健康増進課 ☎898-5583

健康づくり応援店 募集中!

市では、栄養に関する情報提供や利用者が「選択」できる環境づくりを目的に、市で定める登録基準を満たした市内の飲食店等を「宜野湾市健康づくり応援店」として登録を行っています。「健康づくり応援店」として、ヘルシーメニューの提供や栄養成分を表示して頂ける飲食店・弁当店を募集しています。

<登録店紹介>

- ▶3びきの子ぶた(大謝名2-3-8)
 - ▶めえみち(大山2-6-5)
 - ▶Cafe MAKINA(大謝名234-2)
- ※詳しくは市ホームページをご覧ください。
- ☎保健相談センター ☎898-5583

『水中運動教室』受講生募集

日時 1月9日～3月6日(毎週火曜日/全9回) 10:00～11:30

場所 JSSスイミングスクール沖縄中央

定員 25人(抽選)

対象者 宜野湾市民、40歳～64歳まで(平成29年4月1日現在)の方で下記の3つに該当する方

- ①平成28年4月以降に特定健診または人間ドックを受診し、健診結果を提出できる方
- ②医師からの運動制限のない者(場合によっては医師からの意見書を提出して頂くこともあります)
- ③原則として教室全日程に参加できる方

受講料 無料

受付 電話または窓口
受付後、健診結果を保健相談センターまでご持参ください。

募集期間 12月4日(月)～12月22日(金)

☎保健相談センター ☎898-5583

「ウォーキング day」参加者募集

日時 毎月第2・4月曜日 9:00

※日程変更が生じる場合も有

場所 いこいの市民パーク管理事務所前 東屋

対象 市民で運動制限のない方

内容 ・ストレッチ・美らがんじゅう体操・公園周囲1時間程のウォーキング

☎保健相談センター ☎898-5583

スロージョギング®体験教室参加者募集!!

日時 12月13日(水) 19:00～20:30(受付:18:30)

場所 宜野湾市立グラウンド

定員 20名(先着順)

対象 平成29年4月1日現在で20～64歳。宜野湾市在住または在勤で運動制限のない方。

受講料 無料

募集期間 11月27日(月)～12月12日(火)

☎保健相談センター ☎898-5583

かんたん!ストレッチ・筋トレ教室 参加者募集

日時

- ①12月6日(水)10:00～11:00
- ②12月15日(金)14:00～15:00

場所 保健相談センター

対象 市民で、運動制限のない方

内容 ストレッチ、筋力トレーニング、運動に関する講話など

参加費 無料(事前申込不要)

☎保健相談センター ☎898-5583

12月健康カレンダー

母子関係の健診・教室(場所:保健相談センター)		受付時間
乳児一般健診	23日(土)	9:00～11:00 13:00～14:45
1歳6カ月児健診	7日(木)・21日(木)	13:15～14:00
2歳児歯科検診	14日(木)	13:15～14:45
3歳児健診	6日(水)・13日(水)・20日(水)	13:15～14:00
ふたば母子健康相談	5日(火)・19日(火)	9:30～10:30
マンマン教室(離乳食教室)	8日(金)	13:30～
のびっこ親子教室	26日(火)	時間等は、お問い合わせください。
こうのとり倶楽部(両親学級)	5日(火)・12日(火)・19日(火)	13:30～

※12月の乳児一般健診は、17日(日)から23日(土)に変更になりました。

	健康相談	受付時間
保健相談センター	毎週 月・火・金曜日(祝日を除く)	13:00～15:00
	毎週 火・水曜日(祝日を除く)	9:00～11:00

ファミリー・サポート・センターからお知らせ! サポート券(一部助成)の対象が拡充されました!

宜野湾市ファミリー・サポート・センターでは、有償で育児のお手伝いを行っています。利用したい方は会員登録が必要です。また、これまで助成してきましたサポート券の助成対象が拡充されました。ファミリー・サポート・センターの援助活動を利用する際、利用料の一部(300円のチケットを20枚6,000円分)を助成いたします。

助成対象者は...

- ①ひとり親世帯に属する者(児童扶養手当受給者、宜野湾市母子および父子家庭等医療費助成受給者)
- ②生活保護受給世帯に属する者
- ③市町村民税非課税世帯に属する者
- ④その他市長が認める者

上記の要件に当てはまる会員の方は、証明できる証書の写しと認印を持参のうえ、ファミリー・サポート・センターで申請を行ってください。

☎保育課ファミリー・サポート・センター ☎893-4463(直通) ☎893-4411(内線458)

いきいき百歳体操はじめませんか?

おおむね65歳以上の5名以上のグループで、週一回以上実施いただける方に、①いきいき百歳体操のDVDと②手首・足首用のおもりとベルトを貸し出します!

※公民館・集会所・個人宅等、会場はご自身でご用意となります。すでに活動中のサークル等で、新たに「いきいき百歳体操」を取り入れても結構です。

※体操に使用するイス・DVDプレイヤー(ビデオデッキ)・テレビが会場に必要となります。

※「いきいき百歳体操」についてご説明にも伺います。

「いきいき百歳体操」とは手首や足首に重りをつけてDVDを見ながら、ゆっくりと手足を動かす筋力運動です。(約30分)

自分の行える範囲で運動することで、年齢に関係なく運動の効果が得られます。

☎介護長寿課 内線 206・183

平成30年度宜野湾市放課後児童クラブ員(学童)募集

対象児童 市内に在住し小学校に就学している児童で、保護者の労働、疾病等により、昼間家庭において適切な保護が受けられない児童。

育成時間 小学校の下校時から18:00まで(送迎なし)ただし、小学校の休業期間(夏、冬、春期)は8:30～18:00まで

※休館日(第2・第4土曜、日曜、祝日、慰霊の日、その他市長が認めた日)

定員 大山児童センター (22人)
新城児童センター (22人)
我如古児童センター(23人)
長田児童館 (25人)

利用料 1人につき 月額5,000円

申込用紙配布期間 11月1日(水)～11月24日(金)

受付期間 11月8日(水)～11月24日(金)

希望の各児童センターで配布・受付します。郵送は不可。

※受付期間を過ぎると、平成30年4月1日入所の対象にはなりません。

※入所決定は申込書の先着順ではありません。

※申込者が定員を超えた場合、就労や家庭状況等により育成の必要性を勘案し、選考を行います。

- ☎大山児童センター ☎890-0015
- 新城児童センター ☎892-8888
- 我如古児童センター ☎897-6767
- 長田児童館 ☎892-3330

がんじゅ～広場

専門スタッフの指導の下、ワイワイ楽しい仲間たちと一緒に姿勢や動作を整えましょう。

日時 毎週金曜日10:00～12:00(受付9:00～)

場所 赤道老人福祉センター(願寿ひろば赤道)

対象 市内在住の65歳以上の方

受講料 無料 ※申込不要

※お問い合わせは介護長寿課です。お問い合わせなく!

☎介護長寿課 内線 206

放課後児童クラブ(学童クラブ)の利用料、一部助成します!

放課後児童クラブの6月分利用料から助成金を交付します。

対象者 市に住所があり、放課後児童(学童)クラブを利用し、小学校に就学している児童の保護者で、次に該当する世帯が対象となります。

- ①生活保護を受けている世帯
- ②市町村民税非課税世帯
- ③その他市長が認める世帯

助成金 放課後児童クラブの利用児童1人につき、平成29年6月利用分以降で、支払った1月あたりの利用料から5,000円を控除した金額(月額3,000円を限度)となります。

申請 以下の書類等を持参し、保育課の窓口にて申請してください。

- ①申請書/②利用料を支払ったことを証明する書類(領収証、月謝袋の原本等)/③印鑑(シャチハタ不可)/④通帳またはキャッシュカードの写し

受付時間 8:30～11:45 / 13:00～17:00

☎保育課 内線 461



第15回「地域でがんばる仲間たち」パネル展開催

12月9日の「障害者の日」にちなんで、障がい福祉について考え「共に生きる社会」「誰もが自分らしく、安心して暮らせるまち」をめざし「第15回 地域でがんばる仲間たち パネル展」を開催します。当日は、市内で活動している障がい者グループ、障がい者団体等の活動紹介、即売会等を予定しています。多くの市民の皆さまのご参加をお待ちしています。

日時 12月4日(月)～12月8日(金) パネル展 / 9:00～17:00
即売会 / 10:00～16:00(最終日は15:00まで)

場所 市役所本庁舎1階 玄関ロビーおよび市民ギャラリー、玄関前

☎障がい福祉課 内線 177・370