

『ウォーキングday』
～健康づくり推進員と一緒に
ウォーキングしませんか～

日時 11月の毎週月曜 9:00～
集合場所 いこいの市民パーク
管理事務所近く 東屋
対象 市内在住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、
1時間程度(約4km)のウォーキング
※受付不要
※運動前の体調確認、十分な距離の確保
等、新型コロナウイルス感染防止対策を
行った上で実施しています。
※帽子、日傘、飲み物をご持参ください。
※荒天の場合は中止します。
■保健相談センター ☎898-5583

フィットネス教室参加者募集

日時 ①11/10(水) 10:00～11:00
②11/26(金) 14:00～15:00
※当日は、問診・血圧測定等を行いますの
で、15分前までにお越しください。
場所 保健相談センター2階ホール
対象 市内在住で運動制限のない方
定員 15人(定員に達し次第締切)
持ち物 動きやすい服装、飲み物
室内シューズ
参加費 無料(事前予約)
※予約期間は開催日1週間前～前日
※来所時のマスク着用、手指消毒の実施、
事前の体調確認など、ご協力をお願いします。



詳しい留意点などは、
市HPをご覧ください▶

■保健相談センター ☎898-5583

母子保健推進員募集について

お母さんと赤ちゃんが安心して暮らせる
ようサポートする「母子保健推進員」を募
集しています。
対象 市内在住で子どもが好きな方
募集地域 伊佐・嘉数ハイツ・愛知
宜野湾・大謝名
活動内容
①市の母子保健事業でのお手伝い
②毎月の定例会出席など
③健診未受診宅へ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
活動日
①②あわせて月1-3回程度(調整可)
③④はご自身の時間内で調整
■保健相談センター ☎898-5583

インフルエンザ予防接種が始まりました!

インフルエンザは、38℃以上の発熱、頭痛や関節痛、筋肉痛など全身の症
状が急に現れ、高齢の方や慢性疾患などを持つ方は重症化する場合があります。
インフルエンザは例年12月～3月にかけて流行します。なるべく早めにワ
クチンを接種し、インフルエンザの流行に備えましょう!
新型コロナウイルスワクチン接種を希望する場合は、前後2週間は他のワク
チン接種はできません。
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 令和4/2/28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は、かかりつ
け医へご相談ください。助成対象となる場合があります。
※詳しくはお手元にある通知書または市ホームページにてご確認ください。
■保健相談センター ☎898-5583

「お父さん・お母さんの安心・安全みまもり」のモニター募集!

市では、沖縄市・豊見城市・(株)おきでんCplusC社と共同で「お父さん・
お母さんの安心・安全みまもり」の実証試験モニターを募集しています。今回
のみまもりは、これまでのカメラ等の「監視される感」もなく、小型の円形機
器3台を設置する事で24時間活動状況と睡眠状況を把握できます。高齢でお
一人でお住いの「お父さん・お母さん」の活動状況をWi-Fiセンシングを確認
する事で状況を把握できます。
実証試験のお申し込みについては、下記までご連絡をお願いします。



■株式会社おきでんCplusC 事業グループ(担当:みまもり係)
☎870-9610

モニター募集サイト▼



提出忘れていませんか?

令和3年度 児童手当「現況届」の提出について(再)

児童手当を継続して受けるためには毎年6月に「現況届」を提出しなければ
なりません。現況届は毎年6月1日の状況を記載し、児童手当を引き続き受給
できるかを確認する手続きです。現況届の提出がない場合、令和3年10月期
以降の児童手当の支給ができません。未提出者には10月末に再度案内通知
を発送しますので、ご提出をお願いします。
提出期限 12/28(火)(郵送の場合は必着) ※土日・祝日は受付できません。
受付時間 8:30～11:30、13:00～17:00
受付場所 市役所2階 ⑧番窓口 児童家庭課
※詳細については、郵送でお手元に届く通知書をご確認ください。
※令和2年度より健康保険証のコピーの添付は原則不要です(公務員共済組
合加入の方を除く)。
【支給月額】

区分	支給月額	
3歳未満	一律	15,000円
3歳～小学生	第1子・第2子	10,000円
	第3子以降	15,000円
中学生	一律	10,000円
所得制限限度額を超過している世帯の児童	一律	5,000円

※所得制限限度額の超過についての確認は、現況届提出時に行います。
■児童家庭課 ☎893-4422