

7月健康カレンダー

Table with columns: 母子関係の健診・教室 (場所:保健相談センター), 受付時間. Rows include 乳児一般健診, 1歳6カ月児健診, 2歳児健診, 3歳児健診, ふたば母子健康相談, マンマン教室 (離乳食教室), のびっこ親子教室.

Table with columns: 健康相談(予約制), 受付時間. Rows include 保健相談センター (毎週火・水曜日 (祝日を除く)), 保健相談センター (毎週月・金曜日 (祝日を除く)).

詳しくは市ホームページをご確認ください



保健相談センター ☎898-5583



ご芳志ありがとうございました

市社会福祉協議会への寄附者 寄附

■喜友名 節子 様 宜野湾市在 5,000円

防災行政無線の自治会広報の供用開始について

令和4年6月より、防災行政無線から自治会の広報が放送されます。

その際、地区の境界付近にある防災行政無線からは複数地区の自治会広報が放送されることがありますので、付近にお住まいの方はご注意ください。

また、自治会からの放送に関しましては、各自治会へ問い合わせください。

防災危機管理室 ☎892-3151



令和4年度 宜野湾市健康づくり推進員養成講座参加者募集!

宜野湾市では現在、16名の健康づくり推進員が活動しています。市民の健康づくりの輪を一緒に広げていきませんか?

対象 ①運動制限のない方 ②下記日程講座をすべて受講できる方(全4回) ③受講後、健康づくり推進員としてボランティア活動できる方

講座日程 7/4~8/1(毎週月曜日※祝日を除く) 全4回 13:30~15:30(13:15受付)

場所 保健相談センター 2階ホール 講座内容 市の健康づくり事業の紹介や保健、栄養や運動についての健康講話・実技など

募集期間 6/1(水)~6/24(金) 活動内容 ①毎月の定例会参加(自身や地域の健康づくりについて学びます) ②宜野湾市オリジナル健康体操『美らがんじゅう体操』の普及 ③健康づくり事業の補助(健康教室・集団健診など) ④その他自主活動(週1回のウォーキングday、スポレクdayなど)ウォーキングdayの様子はこちら▶

保健相談センター ☎898-5583



子育て講座プログラム 受講生募集

子育てには楽しい事も多い反面、悩みも多く発生するものです。この講座では、子育てに関するヒントによって、子育ての仲間作りや相談しやすい環境を整えていくことを目的とします。日頃、子育てに奮闘中のお母さん、お父さん、楽しく子育てをするために、どのような関わりができるのか、一緒に方法を考えてみませんか。この機会に、ぜひご参加ください。

新型コロナウイルス感染症拡大により、オンライン形式での開催となります。日程や申し込み方法、講座の詳細は、後日、市ホームページや市公式SNS等に掲載いたします。

講座日程 7/5~7/26(毎週火曜日) 9:30~11:30 全4回

講師 NPO法人おきなわCAPセンター所属 CAPスペシャリスト

内容 子どもの力を引き出す関わり方“エンパワメント”他

対象 宜野湾市在住の小学生までの子育て中の方。ご自宅にZOOM視聴ができる環境のある方。※全ての講座を受講できる方優先

定員 16人程度 受講料 無料 ※詳細については下記連絡先まで

児童家庭課(家庭児童相談室) ☎893-4643

ストップ!子どもの車内放置!

毎年、車内で熱中症により尊い命が失われる悲しい事故が起きています。「子どもが寝入っているから起こすのもかわいそう」、「すぐに戻ってくるから大丈夫」等、子どもを車に残したまま用事を済ませてしまうことはありませんか?車内放置の危険性として一番に挙げられるのが熱中症による死亡です。乳幼児は体温調節機能が未発達で、汗をかく機能が未熟なため、車内に乳幼児を放置するとわずか10分程度で重症になり、場合によっては死に至る危険性もあります。子どもの命を脅かす車内放置は『児童虐待行為』にあたります。子ども達が悲しい事故に巻き込まれないよう私たち大人が今一度『車内放置』についての認識を深めていくことが大切と言えます。※スーパーやゲームセンター、大型商業施設等の駐車場にて『車内放置』のお子さんを発見した場合には、速やかに従業員または警備員までご連絡をお願いします。

児童家庭課 ☎893-4643

新型コロナワクチンの4回目接種が始まります!

3回目接種の有効性の持続期間や4回目接種の有効性・安全性に関する知見、諸外国における対応状況等を踏まえ、重症化予防を目的として、4回目接種を宜野湾市に住民票がある方へ実施いたします。

対象 ①60歳以上の方 ②18歳以上59歳以下で基礎疾患を有する方、その他重症化リスクが高いと医師が認める方(努力義務なし)

接種間隔 3回目接種終了から少なくとも5カ月以上経過していること

ワクチン ファイザー社製又はモデルナ社製 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



フィットネス教室参加者募集!

運動指導士と一緒に有酸素運動、筋力トレーニング、ストレッチをバランスよく行い、動ける身体づくりをめざし、運動の基本を身につけていきましょう。

日時 ①7/6(水) 10:00~11:00 ②7/22(金) 14:00~15:00

※当日は、問診・血圧測定等を行いますので15分前までにお願いします。

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

持ち物 動きやすい服装、室内シューズ、飲み物

定員 15人(定員に達し次第締切)

参加費 無料(事前予約)

※予約期間は開催日1週間前~前日まで

※来所時のマスクの着用、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。

その他、詳しい留意点など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



『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 7月の毎週月曜日 9:00~ ※公休日はお休み

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4~5Km)のウォーキング ※受付不要

※帽子、日傘、飲み物をご持参ください。※荒天中止

保健相談センター ☎898-5583

特別支援保育を希望するお子さんの保育所等への申込について

宜野湾市では、障がいや心身の発達におくれ等があり、集団保育の中で特別な配慮が必要なお子さんの保育(特別支援保育)を実施しています。令和5年4月から特別支援保育対象児として保育所等への入所を希望する方は、期間内に申込手続きをお願いします。

また、医療的ケアが必要でかつ集団保育が可能なお子さん(3歳児以上)を対象に、医療的ケア児枠を設けています。※希望する施設に必ず入所できるものではなく、職員の状況や希望者数によって受け入れができない場合もございます。

申込期間 8/1(月)~8/31(水)

※詳細は7月上旬ごろ市ホームページへ掲載予定。

子育て支援課 内線3315

特別支援学校入学・特別支援学級入級の申請について

令和5年度市立小中学校の特別支援学級や県立の特別支援学校へ入級・入学を希望される保護者の方は、6月より申請に向けての相談を受け付けていますので、在籍している各保育所(園)・幼稚園へご相談ください。所属園がない場合は、宜野湾市教育委員会へ申請をお願いします。

なお、特別支援学級や特別支援学校へ入級・入学するにあたり、書類の提出や面談・審査等いくつかの手順を踏む必要がありますので、早めに相談をお願いします。

※必要書類や不明な点等については、下記担当までお問い合わせ下さい。

教育委員会 指導課 ☎892-8289

『健康づくり教室 ヘリマス』受講生募集!

スマートを目指す人必見!肥満に悩む方にオススめの脱メタボ教室を企画しました。「自分の健康は自分で守る!」を合言葉に、みんなで一緒に生活習慣病の予防や健康づくりに取り組んでみませんか?

日時 7/2(土) 9:30~12:00(9:00受付開始)

場所 保健相談センター 2階ホール

対象 市内在住の20~64歳で運動制限のない肥満でお悩みの方(BMI=25~35)

内容 体組成測定で、自分の身体をチェックしながら、自分のやる気スイッチを入れる教室です。

定員 10人(定員に達し次第締切)

持ち物 動きやすい服装、室内シューズ、飲み物

参加費 無料

※申込期間は開催日前日まで。

※来庁時のマスク着用、手指消毒、事前の体調確認の協力をよろしくお願いいたします。

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



母子保健推進員募集

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・宜野湾・大謝名・上大謝名・真志喜・愛知

任期 令和4年4月~令和6年3月31日までできる方(継続有)

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検診未受診者宅への訪問による受診推奨

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(調整可)

③④はご自身の時間内で調整して行います。

保健相談センター ☎898-5583

令和4年度保育サポーター養成講座受講生募集! ~宜野湾市ファミリー・サポート・センター~

ファミリーサポートとは、女性の社会参加活動を推進するとともに、子育てに不安や悩みをもつ保護者へ支援のため、育児の手助けをしてほしい方と、育児の手助けをしたいと思っている地域の人同士が会員となって、自宅で子供を預かったり、保育園や幼稚園の送迎等の育児の相互援助活動で有償のボランティアです。

対象 市内在住の20歳以上、子育て経験のある方で、講座全日程に参加でき、受講後はセンター会員としてサポート活動ができる方。

場所 中央公民館 多目的室

講座期間 7/15(金)、7/21(木)、7/22(金) 7/27(水)、7/28(木)、7/29(金) 全6回

定員 15人

受講料 無料 ※テキスト代2,000円は別途負担

準備するもの 身分証明書(運転免許証、保険証など) 認印、証明写真(3cm×3cm)2枚

申込期限 6/30(木) 17:00まで

申込方法 下記連絡先まで電話にて申込み ※新型コロナウイルス感染状況により延期・中止あり。

ファミリーサポートセンター ☎893-4463