宜野湾市健康づくり応援店募集中!

宜野湾市内飲食店・弁当店のみなさま!「宜野湾市健康づくり応援店」に登録して食からの健康づくりに取り組んでみませんか?

「宜野湾市健康づくり応援店」とは健康に配慮した食事や健康・栄養に関する情報発信などの取り組みを通して健康な食生活を応援するお店です。

提供している料理の栄養価を知りたい、ヘルシーメニューのアドバイスを聞きたいなど、登録に向けてのサポートも行っています。

登録後は市ホームページや市公式SNS等で紹介し、応援店をPRしていきます。詳しくは下記までお問い合わせください。

問 健康増進課　☎898-5597

令和4年度「はごろも長寿大学11期生」募集!!

仲間との交流や学びを通じ認知機能低下予防を図りながら、自らの知識や経験を活かした生き方について考えてみませんか。専門家による講話を中心に幅広く学べます。

開催日　令和4年　9/2、9/9、9/16、9/30、10/7、12/2、12/9、12/23
令和5年　1/6、1/13、1/20、1/27（各金曜日）　全12回
対象者　市内在住65歳以上の方で介護認定を受けてない方。
時間　9:30~12:30　**参加費**　無料
場所　中央公民館2階多目的室(送迎なし)
申込期間　7/11(月)~8/12(金)
申込方法　介護長寿課にて電話受付
内容　高齢者生活・健康管理、認知症の理解と正しい予防法、心理学、人づき合い、沖縄の文化等
定員　25名(応募者多数の場合は新規の方を優先に抽選)
※新型コロナウイルスの影響により内容を変更・中止する場合がございます。

申 問 介護長寿課　内線4139

宜野湾市空き店舗対策事業 ~リフォーム補助のお知らせ~

空き店舗の解消および商店街の空洞化を抑制し、商業の振興およびまちの賑わい創出を図るため、店舗リフォームを予定している事業者へリフォーム費用を補助します。

募集期限　9/30(金)まで
補助金額　店舗リフォーム費用の1/2
（上限60万円）
※その他、応募要件がございますので、詳細につきましては、宜野湾市商工会ホームページでご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

問 宜野湾市商工会　☎897-0111

沖縄県ちゅらパーキング利用証制度のお知らせ

令和4年7月より『沖縄県ちゅらパーキング利用証制度』が始まります。同制度は、公共施設や商業施設、店舗などに設置されている障害者等用駐車区画を適正にご利用いただくために、障がいのある人、高齢者、妊産婦などのうち、歩行が困難な方、移動の際に特別な配慮が必要な方に共通の「利用証」を交付する制度です。「利用証」の申請・交付窓口は対象者によって異なります。

○障害者手帳所持者、難病、その他必要と認められる方(けが人等)
障がい福祉課給付係(内線3512)
○高齢者等　**介護長寿課認定給付係(内線4154)**
○妊産婦　**健康増進課すこやか親子係(☎898-5595)**
詳しくはちゅらパーキング制度専用ホームページまで▶

~65歳からの筋力トレーニング~『いきいき筋力アップ教室』

いつまでも元気でいるために 自宅で無理なくできる筋力トレーニング運動やストレッチ、脳トレを学ぶ教室です。また、健康に役立つ講話もありますので、身体と心を元気に保つ秘訣を、楽しく学んで実践しましょう。

《8月》
日時　8/24~11/9　毎週水曜日　14:00~16:00(全12回)
場所　真志喜公民館(真志喜1-4-10)
対象　▶市内在住65歳以上の方で介護認定を受けてない方
▶医師からの運動制限のない方(医師からの意見書の提出を求める場合があります)
▶原則として教室全日程に参加できる方
定員　12人 ※応募多数の場合は、新規の方を優先に抽選
申込期間　7/28(木)~8/4(木) ※受付後、窓口にて申込書の記入が必要
各教室の詳しい内容や送迎について等、質問や気になる点がございましたらお気軽にお問い合わせください。

申 問 介護長寿課　内線4137

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　委嘱日~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等)
②毎月の定例会出席
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(調整可)
③④はご自身の時間内で調整して行います。

問 保健相談センター　☎898-5595

住宅リフォーム支援事業補助金のお知らせ

市では、居住内のバリアフリー、断熱工事など既存住宅のリフォームを市内の施工業者を利用した場合、その工事費の一部を補助します。

申込期間　8/1(月)~12/23(金)　※予算上限に達し次第受付終了
補助金額　対象工事費（税抜き）の20%で、補助限度額は20万円です。
対象住宅　自己が居住する市内の住宅(建築後1年以上経過)
※賃家の場合、所有者の承諾が必要です。
対象工事　・市内業者の実施する工事
・対象工事が20万円以上(税込み)の工事
・指定の工事内容であること
※既に着工している工事は対象となりません。
※対象工事等には、要件があります。詳しくはホームページまたは下記までお問い合わせください。

詳しくはコチラ▼

申 問 建築指導課　☎893-4123

8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	27日(土)	8:45~10:45 13:00~14:50
1歳6カ月児健診	4日(木) 17日(水) 31日(水)	13:00~14:50
2歳児健診	18日(木)	13:00~15:00
3歳児健診	3日(水) 24日(水)	13:00~14:50
ふたば母子健康相談	2日(火) 16日(火)	9:30~10:30
マンマン教室(離乳食教室)	29日(月)	13:30~
のびっこ親子教室	30日(火)	時間等は、お問い合わせください。

問 保健相談センター　☎898-5595

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

詳しくは市ホームページをご確認ください▶

問 保健相談センター　☎898-5583

健康増進課 8月各種教室のお知らせ

健康増進課では各種健康教室を実施しています。
「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?

【フィットネス教室参加者募集】
日時　①8/3(水)　10:00~11:00　②8/19(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　**定員**　15人(定員に達し次第締切)
対象　市内在住で運動制限のない方　**参加費**　無料(事前予約)
持ち物　動きやすい服装、室内シューズ、飲み物
※予約期間は開催日1週間前~前日まで

【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　8月の毎週月曜日　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　市内在住の運動制限のない方　**参加費**　無料
内容　ストレッチ、美らがんじゅう体操、1時間程度(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。

【健康づくり教室ヘリマス受講生募集】
日時　8/6(土)　9:30~12:00（受付9:00~）
場所　保健相談センター 2階ホール
対象　市内在住で20~64歳の運動制限のない方で、肥満にお悩みの方。
内容　体組成測定で自分の身体をチェックしながら、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)　**参加費**　無料
持ち物　動きやすい服装、室内シューズ、飲み物、あれば健診結果
※申請期間は開催日前日まで。
※各教室参加の際は、事前の体調確認や新型コロナウイルス感染症予防のご協力をよろしくお願いします。

詳しくは市ホームページまで▶

申 問 保健相談センター　☎898-5597

低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金のお知らせ

新型コロナウイルス感染症による影響が長期化する中で、食費等の物価高騰等に直面する低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、子育て世帯生活支援特別給付金を支給します。

給付額　児童1人あたり一律5万円 ※ひとり親世帯分・ひとり親世帯以外の子育て世帯分両方を受給することはできません。

【ひとり親世帯への支給について】

(令和4年6月より申請受付開始しています)
対象となる方
令和4年4月分児童扶養手当の支給を受けている方につきましては令和4年6月に申請不要で支給を行いましたが、ひとり親世帯で次に該当する方については申請が必要です。
申請が必要な方
①公的年金等を受給していることにより、令和4年4月分の児童扶養手当の支給を受けていない者
※児童扶養手当に係る支給制限限度額を下回る者に限る
②令和4年4月分の児童扶養手当は受給していないが、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている者
申請手続きについて
必要書類については市ホームページ「低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(ひとり親世帯分)の支給について」をご確認ください。

問 児童家庭課　内線3252・3254
市ホームページ▶

【ひとり親世帯以外の子育て世帯への支給について】

対象となる方で申請が不要な方
令和4年4月分の児童手当または特別児童扶養手当の支給を受けている方で、令和4年度分の住民税均等割が非課税である者(未申告者は申告が必要です)
対象となる方で申請が必要な方
上記のほか、対象児童(令和4年3月31日時点で18歳未満の子(※障がい児については20歳未満))の養育者であって、以下のいずれかに該当する者
①令和4年度分の住民税均等割が非課税である者(未申告者は申告が必要です)
②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、令和4年度分の住民税均等割が非課税である者と同様の事情にあると認められる者。
申請手続きについて
申請が不要な方へは支給日が決まり次第、個別に通知書を郵送します。申請が必要な方は詳細が決まり次第、市ホームページ、市公式SNSでお知らせ致しますのでご確認ください。

問 児童家庭課 ☎893-4422　市ホームページ▶