

認知症カフェのご案内  
(市内地域包括支援センター合同開催)



認知症カフェとは、認知症について理解を深めたい方が気軽に語り合える場です。

- ▶開催日時 11/27(水) 14:00～16:00
- ▶場所 サンエー宜野湾コンベンションシティ 和風亭(個室)
- ▶対象者 市内在住・在勤で、認知症に関心のある方
- ▶定員 12人 ※要予約
- ▶参加費 実費(飲み物等一人一品ご注文ください)
- ▶テーマ 「見つめてみましょう、あなた(=介護者)の心」
- ▶申込方法
- ①お住まい地域の地域包括支援センターへ電話申込み
- ②上記二次元コードよりオンライン申込み
- ☎介護長寿課 ☎内線4139

子宮頸がん・乳がん検診  
の受診期間は残りわずかです！



子宮頸がん・乳がん検診の受診期間は令和7年1/31(金)まで！受診期間を過ぎると市の助成を受けることが出来ません。

※子宮頸がん20歳以上、乳がん検診は40歳以上で、どちらも前年度受診券を使用していない方が対象です。

| 受診はとってもカンタン♡ |         |
|--------------|---------|
| STEP1        | 医療機関へ予約 |
| STEP2        | 受診      |
| STEP3        | 結果を確認   |

市の助成でお得に受診ができます！

- ▶子宮頸がん検診 約7,000円→1,900円！
  - ▶乳がん検診 約5,000円→1,900円！
- 詳しくは、受診券の同封チラシをご覧ください。
- ☎保健相談センター ☎898-5598



新入学用品等準備支援助成事業  
～令和6年度キラ☆キラ新入学基金配分～

新入学の時期にあたり、経済的理由から新入学の準備が難しい世帯に対し、学用品等の購入費用の一部を助成し、児童が明るく楽しい学校生活が迎えられるよう支援します。

対象世帯

市内在住で住所(住民票)を有する市県民税非課税世帯で、経済的理由から学用品等の購入が難しい世帯で、下記要件に該当する世帯

- ①令和7年4月に市内小学校、市外特別支援学校小学部に入学する新1年生
- ②令和7年4月に市内中学校、市外特別支援学校中等部に入学する新1年生

※生活保護を受給している世帯、祖父母など身内の支援を受けられる世帯は対象外とします。

助成金額：10,000円(1人)

この事業は、市民の皆さまの寄附「おきぎんsmartキラ☆キラ新入額募金」および「キラ☆キラ新入学基金」により実施しています。募金の実績および申請申込件数により助成額は減額となる場合があります。

☎宜野湾市社会福祉協議会 ☎892-6525

- ▶申込期間 11/1(金)～12/20(金) 9:00～17:00(土日祝除く)
  - ▶申込方法 申請書等を市社会福祉協議会窓口へ提出または郵送(締切日消印有効。送料自己負担)
- ※申請書は市社協窓口・各学校等、もしくは市社協ホームページから取得できます。転入等により、申告を他市町村で行った方は、申告を行った前居住市町村にて市県民税所得証明書【令和6年度(令和5年分)】を取得いただき、併せてご提出ください。
- ▶決定および支給方法 決定の可否は、通知書を民生委員が自宅へお届け(2月中旬予定)。なお、助成金は口座振り込み

令和6年度 高齢者インフル  
エンザ・新型コロナ  
ウイルス予防接種が始まりました！



高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルスの予診票を同封した通知書を、接種対象となる65歳以上の方へお一人1通送付しています。接種の際は必ずお手元に届いた予診票をご持参ください。

- ▶接種費用
  - ①高齢者インフルエンザ予防接種 自己負担額1,000円
  - ②新型コロナウイルス予防接種 自己負担額3,000円
- ※生活保護受給者は無料
- ▶接種期間 令和7年2/28(金)まで
  - ▶接種回数 公費による接種は年度内で各予防接種1回限りとなります。
- ※医療機関一覧や詳しい内容はお手元に届いた案内、ホームページをご確認ください。
- ☎保健相談センター ☎898-5596

子育て講座プログラムのご案内

児童家庭課では、令和7年2月に全4回の子育て講座プログラムを開催予定です。プログラム詳細や申込方法等については、後日、市公式ホームページやSNSに掲載いたします。

- ▶日時 令和7年2/5、2/12、2/19、2/26(全4回水曜日) 9:45～11:45
  - ▶場所 男女共同参画支援センター ふくふく
  - ▶講師 NPO法人おきなわCAPセンター 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
  - ▶定員 20人予定(要申込み)
  - ▶対象 市内在住の幼児～小学生までの子育て中の方
- ※全ての講座を受講できる方を優先とさせていただきます。
- ▶受講料 無料
  - ▶託児 定員あり(未就学児のみ・要申し込み)
- ☎児童家庭課 ☎893-4643

～65歳からの筋力トレーニング～  
『いきいき筋力アップ教室』

自宅で無理なくできる筋力トレーニングやストレッチ、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。

- ▶日時 令和7年1/8(水)～3/26(水) 毎週水曜日14:00～16:00(全12回)
  - ▶場所 真志喜公民館
  - ▶定員 16人 ※応募多数の場合、新規の方を優先に抽選いたします。
  - ▶申込期間 令和6年12/5(木)～12/13(金) ※窓口または電話で受付後、窓口にて申込書のご記入が必要です。
  - ▶対象
  - ・市内在住の65歳以上の方で介護認定を受けていない方
  - ・医師からの運動制限のない方(医師からの意見書を出していただく場合がございます)
  - ・原則として教室全日程に参加できる方
- ☎介護長寿課 内線4137

【講演会】高血圧を予防して、  
健康長寿を取り戻そう



- 健康づくり推進員 × ぎのわん健康プロジェクト
  - 宜野湾市では高血圧の方が増えています。高血圧を予防すること、コントロールすることでいつまでも健康長寿でいるためのポイントが学べます。
  - ▶講師 崎間 敦先生 (琉球大学グローバル教育支援機構保健管理部門教授)
  - ▶日時 11/30(土) 14:00～16:00
  - ▶場所 保健相談センター 2階ホール
  - ▶定員 50人(事前申込)
- 【血圧・体組成測定できます!】
- ※電話申込みの方先着10名限定
- ・血圧、体重、体脂肪率、筋肉量、基礎代謝量、内臓脂肪レベル、推定骨量が計測できます。
- ※講演会終了後に測定
- ☎☎保健相談センター ☎898-5597



11月は「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」



「児童虐待」とは？

- 【身体的虐待】タバコやライターの火を押し付ける、熱湯をかける、外に締め出す、強く揺さぶる、殴る 等
- 【心理的虐待】子どもの面前で家族に対する暴力や夫婦喧嘩、無視、不安や恐怖を与える言動 等
- 【ネグレクト】適切な食事を与えない、車の中に放置する、家に残して外出する、病院や歯医者に連れて行かない 等
- 【性的虐待】性的な動画や静止画を見せる、子どもへの性交、性的行為の強要、性器や性交を見せる 等

「しつけ」と「体罰」は何が違う？

- ★「しつけ」とは、人格や才能などを伸ばし社会で自立する等の目的から、サポートして社会性を育む行為です。 ※しっかり教え伝える必要があります。
- ★「体罰」とは、身体に何らかの苦痛を引き起こし、不快感を意図的にもたらす行為(罰)です。※法律で禁止されています。体罰は、ときに取り返しりのつかない事件や事故を引き起こします。子どもの立場(年齢や能力)や、保護者の感情をぶつけていないか考えることが大切です。

通報先

- 宜野湾市 児童家庭課(家庭児童相談室) ☎893-4643(月～金8:30～17:15)
- 沖縄県コザ児童相談所 ☎937-0859(月～金8:30～17:15)
- 宜野湾警察署 ☎898-0110
- おきなわ子ども虐待ホットライン ☎886-2900(月～金/17:15～翌8:30、土日・祝祭日/終日受付)
- 児童相談所全国共通3桁ダイヤル ☎189(いちはやく)