

### 高齢者在宅サービスのご紹介

高齢者の在宅生活を支える、さまざまなサービスがあることをご存知ですか?

こんなことありませんか?	こんなサービスがあります	このサービスを使うには
・病状に配慮した食事をとるよう医師の指導を受けたが、自分では調理することができない。 ・定期的に誰かが見守ってくれるという安心感がほしい。	<b>【配食サービス】</b> 毎日食事に高齢者向けの栄養バランスに富んだお弁当を配達。料金の半分は市が負担します。日中の安否確認を兼ねます。療養食(糖尿病・腎臓食・ムース食他)にも対応します。	以下の①または②の要件を満たす方 ①要介護認定をお持ちの方で市内に65歳以下の支援者のいない非課税世帯の方。 ②要支援認定・事業対象者の認定をお持ちの方で65歳未満の同居者のいない方 ※介護の認定の無い方はご利用いただけません。
要介護4又は要介護5の同居家族を介護しているが、紙おむつの消費が経済的な負担になっている。	<b>【家族介護用品支給事業】</b> 市内の指定された薬局などで、介護用紙おむつや尿取りパッド、使い捨て手袋などが購入できる支給証を発行します。月々6,250円分まで購入できます。	要介護4または要介護5の方を在宅で介護している、非課税世帯の介護者に対して支給します。(オムツを使用している方・介護をしている方・同敷地内に居住している全てのご親族さまが非課税世帯であることが条件となります)また、入院中や施設入所されている方は支給の対象外となります。

問 介護長寿課 長寿支援係 ☎内線4134

### 女性のための起業 応援講座 受講生募集

- 「自分の思いを形にするヒントを見つけてみよう」  
自分のアイディアや強みを生かして起業することも働き方の選択肢の一つです。起業に関心があるけど何から始めてもいいわからない方、自分の思いを形にするヒントが欲しい方、楽しくワークショップを交えながら考える講座です。
- ▶日時 1/30(金) 19:00~21:00
- ▶場所 男女共同参画支援センター ふくふく 講堂
- ▶講師 岩渕裕子(沖縄ガールズスクエア代表)
- ▶対象 起業を考えている、起業に関心のある女性
- ▶定員 30人(先着順)
- ▶参加費 無料
- ▶託児 希望者は1/20(火)までに要予約(未就学児のみ・定員あり)
- ▶受付開始 12/22(月) 9:00~
- ▶申込方法 上記二次元コードを読み込みホームページからメールでお申込み
- 問 男女共同参画支援センターふくふく ☎896-1616(平日10時~17時)

### 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75歳未満の方
- ▶募集地域 伊佐、大山、真志喜、大謝名、嘉数ハイツ
- ▶任期 委嘱日~3/31(火)まで(継続あり)
- ▶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(調整も可能です)  
③④はご自身の時間内で調整して行います。詳しくはお問い合わせください
- 問 こども家庭課 ☎893-4121

情報・募集

### 令和7年度 キラ☆キラ新入学基金分 新入学用品等準備支援助成事業 のお知らせ

~つながりさえあう みんなの地域づくり~

新入学の時期にあたり、経済的理由から学用品等の準備が難しい世帯に対し、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 市内に在住し住所(住民票)を有する市県民税非課税世帯で、経済的理由から新入学に必要な学用品の購入が難しい世帯。新入学助成金は、下記の要件に該当する世帯です。

- ①令和8年4月に市内の小学校、市外の特別支援学校小学部に入学する新1年生
- ②令和8年4月に市内の中学校、市外の特別支援学校中学部に入学する新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。

▶助成内容 助成金額:10,000円(1人)  
※この事業は、「おきぎんsmartキラ☆キラ新入学募金」および「キラ☆キラ新入学基金」の配分事業として市民の皆さまの寄附により実施しています。但し、寄附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。

▶申込期間・申込方法 12/19(金)まで 9:00~17:00土日祝除く 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HPから取得いただけます。

※令和7年1月1日に住所が他市町村にあった方は、その市町村で所得課税証書【令和7年度(令和6年分)】を取得し、併せてご提出下さい。(保護者全員分)

▶決定及び支給方法 決定の可否については、民生委員が通知書を自宅へお届けいたします。(2月中旬予定)また、該当した世帯への助成金支給は銀行口座への振込とします。

問 宜野湾市社会福祉協議会 ☎892-6525

### 元気はつらつシニア塾 参加者募集!

シニア世代が長く健康でいきいきと過ごすために必要なさまざまな知識を学べる講座を毎月開催します。1月は「食生活」と「お口の健康」をテーマに、管理栄養士と歯科衛生士の新里美津子氏をお招きします。ぜひご参加ください

▶日時 1/16(金) 10:00~12:00  
▶場所 中央公民館2階 多目的室  
▶対象 市内在住の65歳以上  
▶定員 30人程度  
▶参加費 無料  
▶持ち物 筆記用具  
▶申込期間 1/14(水)まで  
▶申込方法 電話もしくは上記二次元コードより申込み

問 こども家庭課 ☎893-4643

### 子育て講座プログラムの ご案内

▶日時 1/7、1/14、1/21、1/28  
各水曜日 9:45~11:45

▶講師 CAPスペシャリスト  
▶場所 男女共同参画支援センター ふくふく

▶対象 幼児~小学生までの子育て中の市内在住の保護者

▶定員 20人(託児10人)  
▶参加費 無料  
▶申込締切 12/25(木)  
▶申込方法 電話もしくは上記二次元コードより申込み

問 こども家庭課 ☎893-4643



### 健康増進課より 教室のお知らせ

【フィットネス教室】

▶日時 1/7(水) 10:00~11:00  
1/23(金) 14:00~15:00

※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(先着順)

▶内容 健康講話、筋力トレーニング、ストレッチ、美らがんじゅう体操

▶持ち物 動きやすい服装、室内シュー、飲み物

▶要予約 開催日1週間前から受付

問 保健相談センター ☎898-5597

### 健康づくり推進員 からのお知らせ

【ウォーキングday+(プラス)】

▶日時 1/8(木) 9:30~

▶集合場所 市立体育館入口向かい 東屋(雨天時:ユニオンですからドーム)

▶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時間程度のウォーキング

▶持ち物 帽子、日傘、飲み物、(雨天時:室内シーツ)



【ウォーキングday】

▶日時 毎週月曜日 9:00~

▶場所 いこいの市民パーク 管理事務所近く 東屋

▶持ち物 帽子、日傘、飲み物

【ディスコステップ～懐かしいディスコサウンドで楽しくリフレッシュ！～】

▶日時 1/19(月) 14:00~15:00

▶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 室内シーツ、飲み物

問 保健相談センター ☎898-5597