

### ペアレント・プログラム 開催します



お子さんの「行動」の理解の仕方や褒めるコツを学び、楽しく子育てする自信をつけること等を目的とした全6回のプログラムです。講座の詳細・申し込み等については、市ホームページおよび公式SNSをご覧ください。

※未就学児のみ託児あり(定員あり)。講座終了後、フォローアップ講座を予定しています。

▶日時 6/3.17、7/1.15.29、8/12 (全水曜日/ 10:00～11:30)

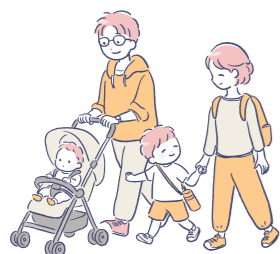
▶場所 男女共同参画支援センター ふくふく

▶対象 市内在住または在勤で2歳～小学校低学年の子を子育て中の方 (全6回受講可能な方)

▶定員 10人

▶参加費 無料

問 申 NPO法人 思春期青年期心理サポートセンター ほのぼのすべーす ☎080-3996-9201



### 沖縄全戦没者追悼式 参加者募集

▶日程 6/23(火)

▶集合場所 市役所玄関前

▶集合時間 8:45集合 9:00出発 (16:00解散予定)

▶定員 20人(応募者多数の場合は先着順となります)

▶申込期限 6/19(金)

※会場との往復の途中で停車はしませんのでご了承ください。飲み物や昼食の準備は各自でご用意をお願いします。

問 申 福祉総務課 ☎内線3125



### 健康増進課より教室の お知らせ



#### 【フィットネス教室】

▶日時 6/3(水) 10:00～11:00  
6/19(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。

▶対象 市内在住で運動制限のない方

▶場所 保健相談センター 2階ホール

▶定員 15人(先着順)

▶参加費 無料

▶内容 健康講話、お家で出来る筋力トレーニング、ストレッチ、美らがんじゅう体操

▶持ち物 動きやすい服装、室内シューズ、飲み物

▶要予約 開催日1週間前から前日17:00まで予約受付

問 申 保健相談センター ☎898-5597



### 元気はつつつシニア塾 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様々な知識を学べる講座を毎月開催します。6月は「食べる楽しみいつまでも」をテーマに、歯科衛生士の新里美津子氏、管理栄養士の佐久川碧氏をお招きします。ぜひご参加ください。

▶日時 6/19(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

▶申込期間 6/17(水)まで

▶持ち物 筆記用具

問 申 介護長寿課 ☎内線4135



### 健康づくり推進員からの お知らせ



#### 【ウォーキングday+(ぶらす)】

▶日時 6/4(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

▶参加費 無料

▶内容 ストレッチ、美らがんじゅう体操、1時間程度のウォーキング

▶持ち物 帽子、日傘、飲み物 (雨天時:室内シューズ)

#### 【ウォーキングday】

▶日時 6月 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

※荒天時は中止となります

▶対象 市内在住で運動制限のない方

▶参加費 無料

▶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 6/8(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

▶参加費 無料

▶持ち物 室内シューズ、飲み物

※予約不要

ディスコステップの様子▶

問 申 保健相談センター ☎898-5597

### アピアランスケア支援事業 の一部助成について



市では、アピアランスケア支援事業を行っています。がん治療による脱毛や乳房切除による外見の変化を補完する補整具の購入費を一部助成(上限2万円)します。詳しい内容は市ホームページをご覧ください。

▶補助の対象者 令和8年4月以降に購入したウィッグ(装着に必要な頭皮保護用ネット含む)・乳房補整具(各左右)

▶申請期限 【令和8年4月～12月の購入】 令和8年4月～令和9年2月末日までの申請 【令和9年1月～3月の購入】 購入日の翌日から起算して90日を経過した日まで

※購入日によって申請期限が変わります。詳細は当センターへお問い合わせください。

問 申 保健相談センター ☎898-5596

### 宜野湾市へ転入された お子様がいる方へ予防接種 歴の提出をお願いします。



本市では、接種履歴をもとに、通知の発送や相談を承っております。転入された方は、お子様の予防接種歴を下記方法で登録または提出をお願いします。

▶対象 0歳～13歳未満 (女子は17歳未満)

#### ▶提出方法

- 上記の二次元バーコードより登録
- 親子(母子)健康手帳をコピーの上、返信用封筒にて当センターへ送付
- 上記の方法以外に、親子(母子)健康手帳を持参の上、当センターへ来所(来所される方は事前にお電話ください)

問 申 保健相談センター ☎898-5596



### 子宮頸がん・乳がん検診の お知らせ

子宮頸がん・乳がん検診は、6月から受診することができます。

対象者へ受診券が送付されますので、早めの予約・受診をお願いします。

▶受診期間 6/1(月)～1/31(日)

検診名	対象者
子宮頸がん検診	20歳以上の女性で前年度子宮頸がん検診を受診していない方
乳がん検診	40歳以上の女性で前年度乳がん検診を受診していない方

※年齢は令和9年3月31日時点  
受診方法や料金などの詳細については、5月末ごろに送付される受診券と同封されているチラシをご確認ください。



問 申 保健相談センター ☎898-5598

### 骨髄等移植ドナー 助成のご案内



骨髄移植は、血液疾患に対する有効な治療法です。本市では骨髄・末梢血幹細胞移植の推進を図るため、ドナーとなった市民に対し助成金を交付します。

#### ▶補助対象

- 提供時において市内在住の方
- 骨髄バンク事業において骨髄等の提供を完了し、これを証明する書類の交付を受けた方

▶補助対象外 血縁家族間での提供等、骨髄バンクを介さない提供

▶補助額 1日につき2万円(上限7日間)

▶申込期限 骨髄等の提供完了後90日以内

問 申 保健相談センター ☎898-5596

### わくわく脳力アップ 教室参加者募集!

認知症予防に役立つ脳トレや運動、健康講話、手工芸などのプログラムを行います。認知症予防に関心のある方のご参加をお待ちしております。

▶日時 6/18～9/10(毎週木曜日) 10:00～12:00

▶場所 ケアビレッジふれあい我如古1F(住所:我如古402番地)

▶対象 市内在住の65歳以上で介護認定を受けていない方、医師から運動制限のない方、明らかな認知症の症状がない方

▶定員 8人

※応募多数の際は新規の方を優先し抽選

▶参加費 無料

※送迎をご希望の場合は2,000円

▶申込期間 5/11(月)～5/29(金)

▶申込方法 電話または窓口で受付

※参加決定後に介護長寿課にて申込書記入が必要

問 申 介護長寿課 ☎内線4135



## 健康・福祉



### いきいき筋力アップ教室 参加者募集



自宅で無理なくできる筋力トレーニングやストレッチ、脳トレ等を楽しみましょう。健康に役立つ講話もあります。

▶日時 6/17～9/9(毎週水曜日) 14:00～16:00

▶場所 真志喜公民館

▶定員 16人

※応募多数の際は新規の方を優先し抽選となります

▶対象 市内在住65歳以上で介護認定を受けていない方、医師から運動制限のない方

▶参加費 無料

※送迎をご希望の場合は2,000円

▶申込期間 5/19(火)～5/27(水)

▶申込方法 電話または窓口で受付

※参加決定後に介護長寿課にて申込書記入が必要

問 申 介護長寿課 ☎内線4137

### おたふくかぜ予防接種の お知らせ

本市では、任意接種であるおたふくかぜ(流行性耳下腺炎)の予防接種費用を公費負担しています。

▶対象年齢 市内に住居票のある1歳から2歳未満のお子様

▶医療機関 指定医療機関

※浦添市や那覇市など中部地区以外の病院で受けた場合は全額自己負担となります。詳しくは当センターへお問い合わせください。

▶費用 1回のみ無料

▶持ち物 親子(母子)健康手帳を必ずお持ちください。

※予防票は病院備え付けを使用してください。

問 申 保健相談センター ☎898-5596

