



# 令和6年度敬老関連事業について(お知らせ)



市では、「トーカチ」「カジマヤー」「新百歳」を迎えられる方に慶祝記念品および敬老祝金の支給を行っております。令和6年度の支給対象者は下記のとおりです。

対象者	トーカチ(満87歳)	昭和12年4月1日～昭和13年3月31日生まれ	※年齢要件の他、住居要件等を確認し対象者を決定しております。 ※対象者には別途案内通知を送付いたします。詳細は通知書にてご確認ください。
	カジマヤー(満96歳)	昭和3年4月1日～昭和4年3月31日生まれ	
	新百歳(満100歳)	大正13年4月1日～大正14年3月31日生まれ	
	百歳以上(101歳以上)	大正13年3月31日以前にお生まれの方 ※祝金のみ	

## 令和6年度うるま市一般介護予防事業 “げんきアップ教室”のご案内

お住まいの地区で、いつまでも健康的に生き生きとした生活を続けることができるように、運動教室を下記のとおりで開催します！

5月7日(火)  
スタート!  
通年開催!!

### げんきアップ教室開催場所

具志川地区	①	みどり町5・6丁目 公民館	月曜日午後2時	石川地区	①	石川地区公民館 (1階ホール)	月曜日10時
	②	上江洲公民館	火曜日10時		②	山城公民館	月曜日10時
	③	川崎公民館	火曜日10時		③	石川前原公民館	水曜日10時
	④	平良川公民館	火曜日午後2時		④	松島区公民館	金曜日10時
	⑤	喜仲区公民館	火曜日午後2時		⑤	石川保健相談センター (2階ホール)	金曜日午後2時
	⑥	みどり町3・4丁目 公民館	水曜日10時		⑥	南栄区公民館	金曜日午後2時
	⑦	川田公民館	水曜日午後2時	与那城・勝連	①	南風原公民館	月曜日午後2時
	⑧	江洲公民館	木曜日10時		②	勝連地区公民館 (1階ホール)	火曜日午後2時
	⑨	塩屋公民館	木曜日10時		③	与那城西原公民館	水曜日午後2時
	⑩	昆布公民館	木曜日午後2時		④	平敷屋公民館	木曜日午後2時
	⑪	宇堅公民館	木曜日午後2時				
	⑫	前原公民館	金曜日10時				
	⑬	天願公民館	金曜日10時				
	⑭	大田公民館	金曜日午後2時				



#### 対象者

65歳以上のうるま市民の方で

運動制限がなく、移動や運動時に見守りや介助が必要のない方

#### 開催期間

令和6年5月～令和7年3月

#### 受講料

1回あたり100円

#### 参加方法

\* 事前申し込みは不要です ので、直接、各会場へご来場ください。

\* 1人につき、1会場の参加になります。

複数の会場に参加することはできませんので、ご了承ください。

\* 受講料は、毎回、教室開始前に、スタッフへお支払いください。