

くらしの情報

イベント情報や各種講演会など、市役所からの大切なお知らせです。詳細については各お問い合せ先へご確認ください。

市役所 総合案内 TEL 974-3111 FAX 973-9819

【お知らせ】

平成28年5月6日(金)をもって、石川・勝連・与那城庁舎の配置部署は、庁舎西棟へ移転しました。

なお、市民関連窓口(住民票や納税関係、福祉等)は各庁舎とも引き続きご利用いただけます。

健康支援課

☎973-4960

① 7月の集団健診のご案内

7月の集団健診(がん検診含む)日程をお知らせします。

【対象】

- ① 40歳以上の国保加入者及び後期高齢医療保険加入者
- ② うるま市に住所を有する19歳〜39歳の方

※生活保護世帯は19歳以上

【持参するもの】

- ① 40歳以上国保加入者
- ① 被保険者証(特定健診受診券一体型)
- ② がん検診はかき

後期高齢医療保険加入者(75歳以上)

① 被保険者証 ② 長寿健診受診券

③ がん検診ハガキ

うるま市に住所を有する19歳以上39歳の方(生活保護世帯含む)

生活習慣病予防健診ハガキ

月	日	曜日	場所	対象区
7	1	金	天願公民館	天願
	6	水	石川保健相談センター	東恩納・美原
	11	月		南栄・中央・松島・宮前
	12	火		港・城北
	25	月		曙
	26	火	健康福祉センター	田場
	27	水	うるみん3階	みどり町
	29	金		赤野・宇堅

【受付時間】 午前8時30分〜11時まで

【申込方法】 当日受付

※対象行政区外に居住している方も受診可能です。

② うるまの幸御膳調理実習参加者

市特産品を豊富に活用した『うるまの幸御膳』夏メニューを、うるま市食生活改善推進員と一緒に作って学びませんか?!是非ご参加ください!

【とき】

- ① 6月22日(水)午前10時〜午後1時
- ② 6月24日(金)午後6時〜午後8時

【ところ】

- ① 石川地区公民館1階調理室
- ② うるみん3階調理室

【対象】 市内在住の方。

【定員】 ① 15名 ② 25名

【参加費】 500円(材料費)

【申込期間】 6月6日(月)〜17日(金)

【申込方法】 健康支援課へ申し込みください。☎973-3209

③ 第3回みんなの健康させえ隊 市民講座

あついな、あちやはぬ

夏に負けない応急手当

熱中症、脱水、ハブ咬傷、海洋生物咬刺傷、ケガ、溺れた、心肺蘇生など、いざという時の適切な応急手当を学びませんか?

【とき】 6月16日(木)午後7時〜9時

【ところ】 うるみん3階ホール

【対象】 市内在住または在勤者

【定員】 60名程度

【参加料】 無料

【申込方法】 お電話、または窓口にてお申し込みください。

【講師】

沖縄県立中部病院救命救急センター救急科部長 高良 剛(たから たけむし) 先生

【お問い合わせ】 健康支援課

☎973-3209



食生活改善推進員養成講座受講生募集!

～食で広げよう地域の輪～

食生活改善推進員は「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに、地域で食を通して健康づくりや地区組織活動を行っているボランティア団体で、『食改さん』の愛称で親しまれています。結成10年目のうるま市食改は、今回新規会員を募集し養成講座を開催します。ぜひご応募ください。

【対象】 市内在住で、食改養成のための右記の連続講座と調理実習(計20時間程度)に参加し、平成29年度から、食改として継続的にボランティア活動のできる方。※性別は問いません。

【養成期間】 平成28年7月〜平成29年3月まで

【ところ】 うるみん 3階 視聴覚室A 【参加費】 テキスト代1200円 【定員】 20名

【申込期限】 7月15日(金)※応募者が多い場合は抽選となります。

【申し込み・お問い合わせ】 健康支援課(☎973-3209)

私たちと一緒に食を通したボランティア活動しませんか!?



講座開催日	
1	7月28日(木)午後2時〜4時
2	8月 4日(木)午後2時〜4時
3	8月12日(金)午後2時〜4時
4	8月18日(木)午後2時〜4時
5	8月26日(金)午後2時〜4時
6	9月以降 未定(10時間)

講座日程や内容は都合により変更する場合があります。