

9月は世界アルツハイマー月間です

認知症は誰でもなりうるものです。他人事ではなく、自分や家族、友人のこととしてみんなで考えてみませんか？

下記の内容で認知症関連イベントを開催します。来場をお待ちしております!!

期 間 9月21日10時～15時

場 所 イオン具志川店

* 認知症に関する情報を展示 *

* もの忘れ相談 * 認知症専門の相談員が対応いたします!

※相談が混み合う場合はお待たせすることがございます。ご了承ください。

* 簡単もの忘れチェック *



その他月間中のイベントお知らせ

* 各図書館で認知症関連本の展示・紹介をしています

9月 5日(火)～9月17日(日)石川図書館・勝連図書館

9月20日(水)～9月30日(土)中央図書館

※展示期間中の図書館休館日

※9月11日(月)・23日(土)秋分の日・25日(月)

※9月は特別整理期間による休館があります。各図書館で休館の日程が異なりますのでご注意ください。

9月29日(金)オレンジカフェinA&W安慶名店(定員20名)*

※参加希望者は下記「具志川北」まで

申込み期間 9月4日(月)～9月22日(金)午前10時～午後5時



一般介護予防事業“うるま男塾”の募集

男性限定の運動教室「うるま男塾」。10月からの【後期】クラスの募集を開始します(受講料無料)

場所	曜日	時間	定員
うるみん (1階スタジオ及び フィットネスセンター)	毎週木曜日	午後1時～2時30分	20名
	毎週土曜日	午後1時～2時30分	20名

10月開講!

筋トレやストレッチ、ミニ講話、機器を使用した筋力アップなどを行います。

対象者

おおむね65歳以上のうるま市民

(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)

申込期間

9月4日(月)～9月15日(金) 午前9時～午後5時

申し込み先

介護長寿課 地域支援係 ☎973-5112

※電話によるお申し込みが必要です(一人につき一会場まで)。

※申し込み多数の場合は新規の方を優先とし、抽選となります(先着順ではありません)。

※抽選の結果、受講が決定した方へ決定通知書を郵送いたします(抽選に漏れた方への通知はありません)。



相談・通報先はこちら

本人やその家族にかぎらず、地域の人でも「もしかしたら虐待かも」と思ったら、迷わず相談・通報しましょう。

■ 高齢者虐待に関する相談・通報先

①うるま市地域包括支援センター(平日・夜間・休日対応)

具志川北 ☎972-3595 いしかわ ☎965-6121

具志川ひがし ☎974-4001 かつれん ☎978-1551

具志川みなみ ☎979-5698 よなしろ ☎987-8220

具志川にし ☎989-3788

②うるま市役所介護長寿課(平日午前8時30分～午後5時15分) ☎973-5112

■ 障がい者虐待に関する相談・通報先

うるま市障がい者虐待防止センター(平日午前8時30分～午後5時15分) ☎973-5452

(夜間・休日対応) ☎080-8362-0179



※相談・通報者が特定されることはありません!! 迷わず相談・通報しましょう。