



介護長寿課からのお知らせ



認知症になっても安心して 外出できるまちづくり

入場
無料

H A I K A I
徘徊
On The Road
ママリン87歳の夏

田中幸夫監督作品
ドキュメンタリー映画

～道迷いSOSシンポジウム～

道迷いによる行方不明者が年間1万5千人を超え、沖縄県内でも発生しています。ドキュメンタリー映画の上映やシンポジウムを通して、認知症の人もそうでない人も安心して暮らせるまちについて一緒に考えてみましょう！！

平成**31**年**1**月**19**日(土) 午前**12**時**30**分開場

場 所 うるま市民芸術劇場 燈ホール

主 催 認知症と伴に+友として安心して暮らせるうるま市をつくろう会
(認ともうるま)

後 援 うるま市・うるま市社会福祉協議会・介護支援専門員うるま部

プログラム	12:30	開場
	13:00～14:20	映画上映 「徘徊マリン87歳の夏」
	14:35～15:55	シンポジウム 「認知症になっても安心して外出できるまち」
	16:00	終了

問い合わせ 認ともうるま 担当:仲里 TEL:098-989-0159



正しく正式に
パッチリ死んではよ

この位牌お父さんちやう！

映画公式サイト hai-kai.com

うるま市体操教室のご案内

<うるま体操習得塾>

	場 所	時 間	内 容
筋トレ	健康福祉センターうるみん 2階 生きデイルーム	毎週 月曜・金曜 毎週水曜	午後2時～4時 午前10時～正午
	具志川ドーム 研修室	毎週月曜 毎週木曜	午後2時～4時 午前10時～正午
	石川保健相談センター 1階 機能訓練室	毎週火曜 毎週木曜	午前10時～正午 午後2時～4時
	与那城地区公民館 1階 ホール	毎週火曜 毎週金曜	午後2時～4時 午前10時～正午
	勝連地区公民館 2階 研修室1・2	毎週火曜 毎週金曜	午前10時～正午 午後2時～4時
プール	健康福祉センターうるみん	毎週水曜・金曜	午後1時30分～ 3時30分

受講料
無料



<どう～がっさん広場>

場 所	対象地区	曜 日	時 間
憩いの家	上原、宮城、池味、伊計	毎週月曜	午前9時30分～11時30分
平安座公民館	浜、比嘉、平安座、桃原	毎週木曜	午後2時～4時

体操でちゃ～がんじゅう！

体力維持につながる運動の方法を学べる講座を開催しています。事前申込不要ですので、気軽にご参加ください。

【対象】65歳以上の市民で運動方法を学びたい方

【定員】各会場25人程度

【申込方法】当日参加受付します。

【お問い合わせ先】

・介護長寿課 介護予防事業担当

☎ 973-5112

・うるま市地域包括支援センター

具志川 北 ☎ 972-3595

具志川 ひがし ☎ 974-4001

いしかわ ☎ 965-6121

よなしろ ☎ 987-8220

かつれん ☎ 978-1551



<脳活教室>

場 所	時 間	内 容	申し込み方法
脳活 教室	うるみん2階 生きデイルーム	毎週水 午後2時 ～4時	脳のトレー ニングを集 中的に行い ます。 受講料は無料です。
	歩行と脳のフィッ トネスディスサービ ス PLIFE	毎週土 午後2時 ～4時	

※脳活教室は事前に物忘れチェックテストが必要ですので、右記の問い合わせ先にご連絡ください。