

うるま市家族介護者リフレッシュ
事業参加者募集

介護長寿課

☎973-3208

「毎日の介護でこころと体の疲れがたまっている…。これから先の不安が多い。」「と悩んでいる在宅で介護をしている皆さん！市内で同じように頑張る皆さんと、ひと時ご一緒にしませんか？

市内の介護者の皆さんが互いに交流し合い、心から笑い合う事で、今後とも元気に在宅介護が続けられるようにと企画しました。多くの方々のご参加をお待ちしております。

内容 読谷村 残波岬ロイヤルホテルにて昼食交流及び、演舞鑑賞(予定)
ゲスト：龍神伝説

と き 9月29日(土) 午前10時～午後3時半(予定)

花卉栽培講習

うるま市シルバー人材センター
☎972-2267
商工課
☎965-5611



- 【と き】** 9月18日(火)～9月25日(火) 土・日・月を除く5回
- 【ところ】** いちゅい具志川じんぶん館
- 【対象】** 60歳代前半の就職希望者
- 【定員】** 15名(定員に達し次第締め切ります)
- 【受講料】** 無料
- 【申込先】** 市シルバー人材センター

シルバー人材センター会員募集

会員になるには？市内在住の健康で働く意欲のある60歳以上の方であれば、どなたでも会員になることができます。「入会の説明会」毎月20日午前10時から(土・日・祝祭日の場合は翌日)シルバー人材センター事務局にて、入会希望者の説明会を行っております。こんな仕事を引き受けています！

技能・技術分野(木工・塗装・植木剪定等) / 折衝・外交分野(配達・チラシ配布・店員等) / 軽作業分野(屋内外清掃作業・除草・包装等) / 専門分野(一般事務・宛名書き・毛筆筆耕等) / 管理分野(駐車場管理・施設管理・物品管理等)

【対象者】 在宅で要介護高齢者を介護されている方

【参加料】 無料

【申し込み】 9月21日(金)午後5時まで

※詳細・申し込みについては、うるま市高齢者相談センターの各地区窓口へお問い合わせください。

うるま市高齢者相談センター

具志川地区

・具志川ひがし：974-4001

・具志川きた：972-7124

石川地区

・いしかわ：965-6121

与那城地区

・よなしろ：983-0088

勝連地区

・かつれん：978-1551



うるま市立公民館講座のご案内

お電話での申込みも可能です。

公民館名	講座・教室名	実施月日等	募集期間	対象
中央公民館 ☎973-5022	身近な環境教室 午後2時～午後4時	10/3～11/14 毎週水曜日 計7回	9/10～ 9/14	一般成人(30人)
	パソコン教室 午後7時～午後9時	10/3～11/14 毎週水曜日 計7回	9/10～ 9/14	一般成人(20人)
	誰でもできる庭造り教室 午後7時～午後9時	10/3～11/14 毎週水曜日 計7回	9/10～ 9/14	一般成人(30人)
石川地区公民館 ☎964-3433	パソコン基礎教室 午後7時～午後9時	10/15～11/5 毎週月水金曜日 計10回	9/18～ 9/21	一般成人(文字入力できる方)(12人)
	男の料理教室 午後7時～午後9時	10/16～11/20 毎週火曜日 計6回	9/18～ 9/21	一般成人(男性)(30人)
	琉球舞踊 午後7時～午後9時	10/17～11/28 毎週水曜日 計7回	9/18～ 9/21	一般成人(30人)
	パッチワーク 午前10時～正午	10/16～11/27 毎週火曜日 計7回	9/18～ 9/21	一般成人(30人)
与那城地区公民館 ☎978-6836	三線教室 午後7時半～午後9時半	10/1～11/12 週2回月水曜日 計12回	9/18～ 9/25	一般成人(20人)

- ・都合により変更する場合があります。事前にご確認ください。
- ・申し込み人数が定員を超した場合は抽選になります。
- ・誰でもできる庭造り教室は、後半2回の実習は下記の日曜日になります。
11月4日(日)、11月11日(日) 時間は午前9時から11時の日程になります。
- ・講座は無料です。(教材費は自己負担になります。)

