高齢者へのインフルエンザ予防接種の助成について

市では、高齢者を対象にインフルエンザ予防接種の助成を行っています。
接種を希望される方は、予防接種の効果と副反応について十分理解されたうえ、予防接種を受けてください。

1．実施期間

令和３年10月１日㈮～令和４年２月28日㈪

2．対象者

①65歳以上の方
②60 歳～ 64 歳で、心臓、腎臓または、呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活を極度に制限される方
③60 歳～ 64 歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方
※②、③については、おおむね、身体障害者手帳１級に相当する程度です。

3．接種料金

自己負担額 1,000 円（市助成額　約４,000 円）
※生活保護受給者は無料です。

4．接種に必要な書類

本人確認書類（運転免許証・健康保険証など）
※60 歳～ 64 歳の方は、本人確認書類に加えて、身体障害者手帳など
※生活保護受給者は、本人確認書類に加えて、生活保護受給証明書または、生活保護医療券

【お問い合せ先】こども健康課　☎989-0220

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

問合せ：福祉総務課　☎989-0203

先の大戦で公務等のため国に殉じたもとの軍人、軍属及び準軍属の方々に思いをいたし、そのご遺族に対し、国として改めて弔慰の意を表すため特別弔慰金（記名国債）が支給されます。

申込期間　令和２年４月１日（水）から令和５年３月31日（金）まで
（この期間を過ぎると請求できなくなりますので、ご注意ください。）

【支給対象者】次の順番による先順位のご遺族一人
①弔慰金受給権者　　②戦没者等の子
③戦没者等の父母、孫、祖父母、兄弟姉妹
（戦没者等の死亡当時、生計関係を有している等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。）
④上記①から③以外の戦没者等の三親等内の親族（甥、姪等）
（戦没者等の死亡時まで引き続き１年以上の生計関係を有していた方に限ります。）
※ご遺族は戦没者等の死亡時の遺族となるので、戦没者が亡くなられた後に生まれた方は該当しません。
【請求窓口】請求者がお住まいの市町村の援護担当課（うるま市にお住まいの方は、福祉総務課　援護担当）

うるみんスタジオエクササイズ教室（定員：12名）

体脂肪・血圧・血糖値やコレステロールが気になり始めた働き盛り世代のための運動教室です！
■期間：令和４年1月７日㈮～3月11日㈮
午後７時30分～８時30分
（全10回・毎週金曜日）
■場所：うるみんスタジオ
■対象：①19歳～64歳の運動制限・基礎疾患のない市民
②令和３年度の健診を受けた方
■申込期間：12月１日㈬～24日㈮

うるみんトータルフィットネス教室（定員：12名）

ストレッチ、筋トレ、水中運動、ウォーキングの基本を全て体験できます。初心者にやさしい運動教室です。
■期間：令和４年1月10日㈪～3月14日㈪　午後２時～３時
（全10回・毎週月曜日）
■場所：うるみんスタジオ・プール・フィットネスセンターなど
■対象：①40歳～74歳の運動制限・基礎疾患のない市民
②令和３年度の健診を受けた方。
■申込期間：12月１日㈬～24日㈮

うるみん水中エクササイズ教室（定員：15名）

水の浮力によりヒザや腰に負担が少なく、しかも安全に筋肉がきたえられます！働き盛り世代の方におすすめの運動教室です。
■期間：令和４年1月5日㈬～3月9日㈬　午後７時～８時
（全10回・毎週水曜日）
■場所：うるみんプール
■対象：①19歳～64歳の運動制限・基礎疾患のない市民
②令和３年度の健診を受けた方。
■申込期間：12月１日㈬～24日㈮

公園deウォーキング（定員：各曜日30名）

市では皆さんのウォーキング、運動への取組や持続のために、毎週月、水、木に各運動公園でウォーキングをします。週１回気軽に体を動かしませんか。
■期間：11月15日㈪～令和４年３月17日㈭
午後６時30分～７時45分
A 石川運動公園・毎週月曜日
B 具志川運動公園・毎週水曜日
C 与那城運動公園・毎週木曜日
※事前の予約が必要です。
■対象：①運動制限・基礎疾患のない市民、
②令和３年度の健診を受けた方または受ける予定の方

全教室 無料

うるみんの健康教室！

自分にあったフィットネスプログラムで健康生活をはじめてみませんか。

問合せ先/申込先
健康支援課 ☎973-4960

※新型コロナウイルス感染症の状況により、変更が生じることがあります。

第21回 あはやし海中ロードレース大会開催延期のお知らせ

令和４年３月６日（日）に開催を予定していた「第21回あやはし海中ロードレース大会」については、いまだ収束が見込めない新型コロナウイルス感染症の影響により、大会の開催を1年延期することといたしました。
本大会を楽しみにされていたランナー・関係者の皆様には、非常に残念なお知らせとなりますが、ご理解を頂きますようお願いいたします。
また、コロナ禍でも開催できる本大会の代替大会として、オンラインマラソンイベントの開催を予定しています。オンラインマラソンイベントの詳細が決まり次第、公式ホームページ及び公式facebook等でお知らせいたします。

【お問い合せ先】　観光振興課　☎923-7612