



くらしの情報

市民の皆様へのお知らせ



在宅介護者手当 現況届の提出について

申 問 介護長寿課 ☎973-3208

市では、在宅で高齢者を介護する家族に対し、手当を支給しています。支給にあたり、現況届の提出が必要となります。対象となる方には、案内通知を送付しておりますので内容をご確認いただき、期限内の提出をお願いします。

- 手当の名称** 在宅介護者手当
- 支給要件** ①65歳以上の要介護3～5（相当含む）の高齢者と同じ住所で生活し日頃から自宅で介護していること ②高齢者世帯または介護者世帯に介護保険の未納がないこと ③生活保護を受けていないこと
- 支給額** 月額5,000円（1～12月分までを翌年の3月に支給）
- 提出期限** 1/30（金）まで ●**支給日** 3/19（木）



ちゃ〜がんじゅう！！ 健康まるごと測定会

申 問 健康支援課 ☎973-3209

健康維持や体の状態を知るための測定会を開催します！様々なチェック項目のほか、健康・栄養相談等も実施！この機会に自分自身の健康を見直してみませんか？

- 日時** 1/22（木）9:30～13:00
- 場所** 勝連シビックホール
- 内容** zaRitz測定（筋力量・バランス能力測定）、握力測定、歩行能力テスト、骨密度測定、血管年齢測定、ベジチェック、脳活チェック、健康・栄養相談、お口の健康相談 他
- 服装** 動きやすい服装
- 対象** 65歳以上のうるま市民
- 参加費** 無料 ●**事前申込** 不要
※時間帯によっては混雑し、待ち時間が出てくる可能性もございます。あらかじめご了承ください。



特定防衛施設周辺整備調整交付金事業 により整備されました。

申 問 道路整備課 ☎923-7121

天願地区の排水路を整備しました。



令和7年度 無料もの忘れ相談会



連絡先はこちら

申 問 お住まいの地区の各地域包括支援センター

市内7か所の地域包括支援センターに配置されている、認知症地域支援推進員が、もの忘れ相談や脳の健康チェックを行います。お気軽に相談ください。

【認知症地域支援推進員とは】

認知症の方やそのご家族からの相談を受け、必要な医療・介護サービス等と連携し、安心して地域で暮らせるように支援しています。

- 日時** 1/8（木）10:00～12:00
- 場所** 東棟1階 納税課側（相談室6） ※事前予約は必要ありません。直接、相談室へお越しください。



市民健康講座 「女性の健康と乳がん」受講者募集！



申込フォーム

申 問 健康支援課 ☎973-3209

女性のがん罹患率1位の乳がん！20代・30代でも増えており、他人事ではない！乳がんのこと、どれくらい知っていますか？知らなきゃ損、お申込みはお早めに♪当日、託児もご用意しておりますので、お問合せください。

- 日時** 2/8（日）14:00～16:00（受付13:30～）
- 場所** うるみん3階ホール
- 講師** 那覇西クリニック 玉城研太郎氏 たまき けんたろう
- 対象** 市民および市内在勤者、その他健康に関心のある方
- 定員** 100名 ●**受講料** 無料
- 申込期間** 1/5（月）～2/2（月） ※定員に達し次第、締切
- 申込方法** 申込フォーム、電話、窓口



建築物等耐震簡易診断技術者派遣

申 問 （特非）沖縄県建築設計サポートセンター ☎879-1020

昭和56年5月31日以前に着工された住宅並びに既存ブロック塀の耐震化を促進するため、沖縄県が住まいの簡易耐震診断（塩分調査含む）とブロック塀調査の技術者派遣を行います。対象住宅・建築物の条件がありますので、詳細はお電話ください。

- 募集期限** 1/23（金）まで
【簡易診断+塩分分析調査募集件数】①住宅3件 ②住宅以外3件
- 診断費** 14,300円（税込み）
- 対象** 3階建てまで（面積制限有）
【ブロック塀調査募集件数】①住宅の塀3件
②住宅以外の塀3件（駐車場不可）
- 診断費** 3,300円（税込み）
- 対象** 道路に面するブロック塀5段積み以上で、かつ築20年以上