

うるま市地域包括支援センター
 (介護長寿課内) ☎973-5112

各講座(左記①②③の申し込みについて)

【対象】65歳以上のお元気な方を対象とし、介護認定を受けている方や運動制限のある方はご利用できません

【申込方法】お電話にてお申し込みください。※後日面談有

※面談時は①健診結果、②お薬手帳をご持参ください。

① 転ばぬ先の知恵教室

「転ばぬ先の知恵教室」では、運動、栄養、口の健康など介護予防に関する講話や実践以外にも、家でもできるフットケアなどのメニューもあります。介護予防に関する知識や実践方法を一般的に学びたい方におすすめです。

【とく】平成25年8月7日～10月30日(毎週水曜日) ※教室日程の詳細は、参加決定後に郵送いたします。

【とく】うるま市

【定員】20名(先着順) ※無料

【実施時間】午後1時30分から午後4時

【申込期間】6月18日(火)～20日(木)

② うるま市体操習得塾 受講者募集

「うるま市体操習得塾」では、専門のスタッフから適切な運動方法を教わりながら正しい運動方法を身につけるための教室です。運動を始めたい方やプールでの運動に興味のある方におすすめです。

【定員】各プログラムいずれも先着20名(※一人につき①～⑤のいずれかの受講となります。)

【実施時間】午後1時～午後3時
 【利用料】①～③うるまみんコース：100円 ④⑤石川、与勝：無料

プログラム	開催場所	実施期間	申込期間
①うるまみん(短期集中)水中運動コース	うるまみん(プール)	8月22日～全20回	6月24日～6月25日
②うるまみん水中運動コース	うるまみん(プール)	9月6日～全20回	7月4日～7月5日
③うるまみん(短期集中)筋トレコース	うるまみん(運動指導室)	8月22日～全20回	6月24日～6月25日
④石川(水)筋トレコース	石川保健相談センター(機能訓練室)	9月11日～全20回	7月8日～7月9日
⑤与勝(火)筋トレコース	与那城地区公民館(ホール)	9月17日～全20回	7月25日～7月26日

保育課 うるま市ファミリー・サポートセンター ☎972-6229
 うるま市ファミリー・サポートセンター保育サポーター養成講座を公開します。受講者募集

ちゃんと知っておきたい子どものこと。体の発達や心の発達、絵本選びや病気のときのこと…。保育サポーター養成講座の一部を公開します。①「ちょっと気になる子」作業療法士：仲間知穂先生 ②「子どもの体の成長と病気事故」小児科医：小濱守安先生 ③「保育の心」眞榮城栄子先生 ④「子どもの世話」インフアットマッサージインストラクター

クター：目取真愛由美先生 ⑤「子どもの心の発達」心理療法士：野村れいか先生 *活動中の援助：両方会員はスキルアップ講座として受講可能。

【とく】

①6月7日(金) 午後1時30分
 ②6月8日(土) 午前10時
 ③6月8日(土) 午後1時
 ④6月8日(土) 午後3時
 ⑤6月15日(土) 午後3時10分
 ※全て2時間の講座です。

【とく】うるま市健康福祉センター 2階第2交流室

【対象】うるま市ファミリー・サポートセンター援助：両方会員/子育てに関心のある方(両親、祖父母など)
 【定員】10名

【入場料】なし

【申込方法】うるま市ファミリー・サポートセンターへ電話で申し込み

【申込期限】定員に達し次第締め切り

【託児】なし ※未就学児の同席不可

障がい福祉課 ☎973-5452
 うるま市障がい者スポーツ大会 選手募集

第8回うるま市障がい者スポーツ大会及び第49回沖縄県身体障害者スポーツ大会への選手選考記録会を兼ねる。

【とく】6月9日(日) 午後7時

【とく】具志川総合グラウンド陸上競技場

【対象】うるま市内の身体障害者手帳所持者(13歳以上)
 【入場料】無料

【申込方法】うるま市身体障がい者協会
 【申込期限】大会当日まで
 事務局(川満) ☎987-7790

文化課 ☎973-4400

「第9回しまくとぅば語やびりうるま市大会」出場者募集

ふるさとの言葉に対する関心を高め、その価値を見直す機会を提供し、地域文化の継承発展を目的として毎年行っている同大会への出場者を募集致します。第1部、第2部それぞれの優勝者は、9月14日に開催される「しまくとぅば語やびり県大会」に派遣されます。あなたのご参加、お待ちしております。

【とく】7月27日(土) 午後2時

【とく】うるま市民芸術劇場 燈ホール

【対象】第1部 小学生・中学生・高校生
 第2部 一般(各地域の独自性を出せること)

【申込方法】所定用紙に必要事項を記入し、下記宛先へ提出。

用紙は、文化協会(勝連庁舎シビックセンター内)、文化課(うるま市民芸術劇場内)にて配布。

【申込期限】平成25年6月28日(金)

【テーマ】1部、2部ともテーマは自由。小・中・高については地域に伝わる昔話や民話等でも可。

※制限時間5分以内

【発表方法】話し言葉による発表を原則とし、1人又は複数1組での発表とする。

【お問い合わせ】うるま市文化協会 ☎973-8100