

65歳以上の方へ

認知症予防教室



参加者募集! 『にこにこ元気クラブ』

認知症を予防し、自立した生活を続けていけるように、認知症についての知識を深め、ご家庭でもできる体操や筋力トレーニング、レクリエーションなどを取り入れた教室です。

場所	時間	実施期間	定員	利用料
いいあんべ一家	毎週金曜日 10:00~12:00	9月16日~10月14日 (全5回)	15名程度	無料

【内容】ストレッチ体操、筋力トレーニング、認知症や栄養・お口の健康、介護予防に関する講話

【対象者】・町内在住の**65歳以上**で、
・運動制限のない比較的元気な方

【持参する物】①飲み物(水分補給用)、②タオル、
③室内シューズ、④運動しやすい服装

【その他】送迎あり(送迎を必要と認めた者)

<参加者の声>

・一人ではなかなか体を動かさないうが、仲間がいると楽しく運動できました。
・運動以外にも食事や転倒防止、認知症などのお話があり、とても良かった。



◆ 申込期間：8月1日(月)～8月31日(金)

◆ 申込方法：介護支援課で、申込用紙を記入してください。

※健康状態により、かかりつけ医師の意見書の提出(自己負担)をしていただくことがあります。

【お問い合わせ】 福祉部介護支援課 介護支援係 ☎945-5013

地域に貢献する企業を目指して

サンリフォーム沖縄

西原町下水道排水設備指定工事店
西原町指定給水装置工事事業者
西原町字内間111-2 TEL.882-9155
☎0120-882-916

西原町下水道接続工事

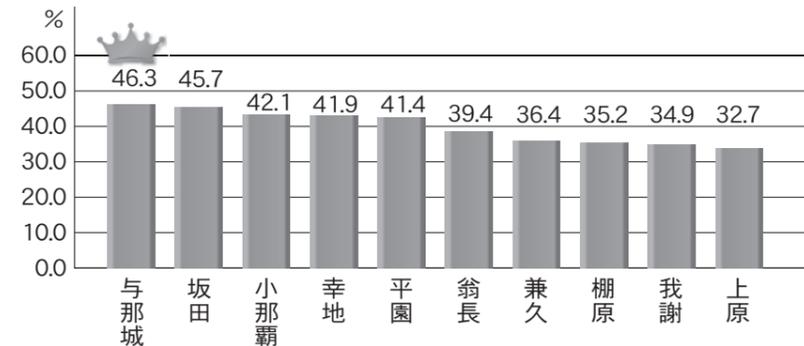
お見積り無料! お気軽にお電話下さい

自社施工だから安心
プロの技術に大満足

清潔で快適な生活を応援します!

発表! 特定健診受診率 (平成27年度)

(各行政区の健診対象者数によって3グループに分けてみました)

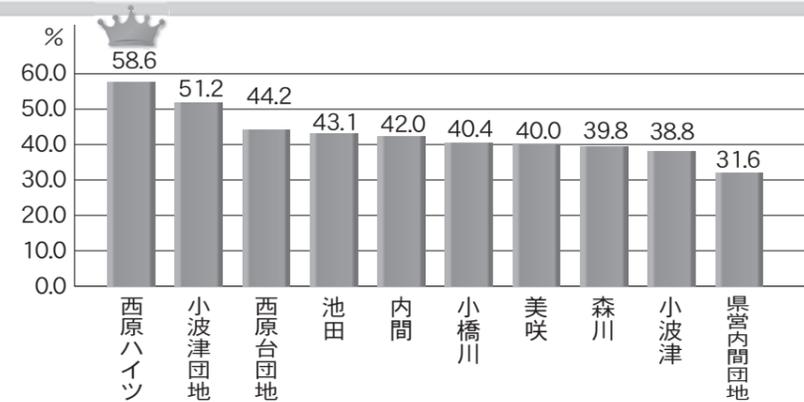


①グループ

(対象者 250名以上)

平均受診率 **39.1%**

与那城区が1位!!
46.3%の受診率は、全体を通して6番目の好成績!

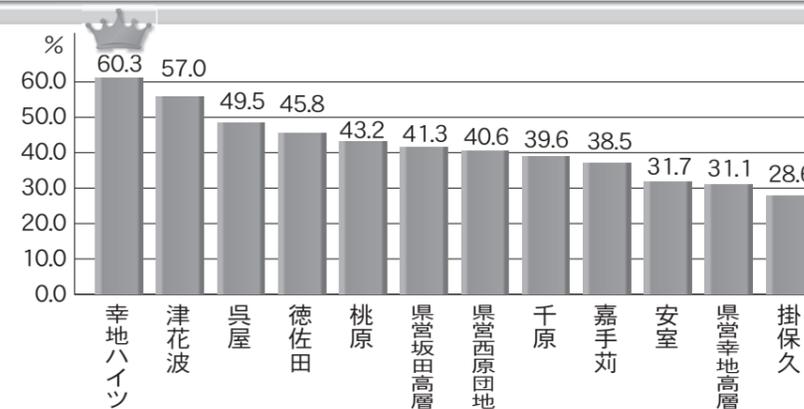


②グループ

(対象者 100名以上)

平均受診率 **42.9%**

対象者規模別にみた3グループの中でNo.1です。
その中でも受診率は西原ハイツ区が1位です!!



③グループ

(対象者 100名未満)

平均受診率 **42.7%**

幸地ハイツ区が1位!!
受診率60%超えは西原町特定健診始まって以来の快挙! もちろん全体でも堂々の1位です。

☆集団健診は全ての日程で事前予約が必要です! ☆

集団健診会場：西原町保健センター 受付時間：8:00~10:00

予約申込みは『沖縄県健康づくり財団 TEL 889-6492 (8:30~16:00)』へお願いします。

日程	予約受付期間	対象
8月6日(土)	予約は健康推進課へ	まだ健診を受けていない 全行政区の方が対象です。
10月2日(日)	9月7日(水)~9月9日(金)	
12月4日(日)	11月9日(水)~11月11日(金)	

*事前予約がない場合、当日の受入可能人数を超えると受診できない場合があります。

【お問い合わせ】 福祉部健康推進課 保健予防係 ☎945-4791