

# 参加者募集!! 「高齢者水中運動教室」(第一期)

平成30年度 南風原町介護予防・日常生活支援総合事業 一般介護予防事業

水中で浮力を使って効果的に運動することにより、  
心身機能を高めバランス能力を向上させ転倒予防を図ります。

| 場所         | 時間                            | 実施期間               | 定員  | 利用料 |
|------------|-------------------------------|--------------------|-----|-----|
| 寿スイミングスクール | 毎週水曜日と金曜日(週2回)<br>11:20~12:20 | 7/4~8/31<br>(全16回) | 15人 | 無料  |

- 【内容および方法】 スイミング講師指導で行う、水中運動(ウォーキング、筋トレ、ストレッチ)
- 【対象者】 町内在住の65歳以上の方で会場まで来られる方、介護保険の認定を受けていない方
- 【申込方法】 電話で仮予約後、保健福祉課窓口(役場2階)にて健康確認を行い、受け付けます。健康状態によっては、受け付けられない場合もあります。  
※受け付け後、医師意見書(所定の様式有)の提出(自己負担)が必要です。
- 【申込期間】 平成30年6月1日(金)~6月22日(金)
- 【持参する物】 ①水着、②水泳帽子、③タオル、④飲み物(水分補給用)
- 【その他】 一部送迎有り(送迎を必要と認められた者)

【お問い合わせ】 保健福祉課(役場2階) ☎889-4416 担当:末永、赤嶺、金城

# 参加者募集!! 「高齢者サーキットマシントレーニング教室」

平成30年度 南風原町介護予防・日常生活支援総合事業 一般介護予防事業

いつまでもお元気でいきいきと生活するために、  
個々の筋力に合わせて負荷調整ができる油圧式マシン等を利用して筋力アップを図ります。

| 場所                   | 時間                   | 実施期間                | 定員  | 利用料 |
|----------------------|----------------------|---------------------|-----|-----|
| 環境の杜ふれあい(南風原町字新川588) | 毎週金曜日<br>14:00~16:00 | 7/13~9/14<br>(全10回) | 16人 | 無料  |

- 【内容】 サーキットトレーニング、介護予防運動指導員による運動指導・健康講話
- 【対象者】 町内在住の65歳以上の方で会場まで来られる方、介護保険の認定を受けていない方
- 【申込方法】 電話で仮予約後、保健福祉課窓口(役場2階)にて健康確認を行い、受け付けます。
- 【申込期間】 平成30年6月1日(金)~6月22日(金)
- 【持参する物】 ①室内靴、②飲み物(水分補給用)、③タオル、④運動しやすい服装

【お問い合わせ】 保健福祉課(役場2階) ☎889-4416 担当:末永、赤嶺、金城

一般財団法人 沖縄県健康づくり財団 (旧名称:沖縄県総合保健協会)

特定健診を受診しましょう!  
特定健診を人間ドックに切り替えて受診することが出来ます

受診する際に必要なもの

- 特定健診受診券
- 保険証
- がん検診受診券

お問い合わせ先 098-889-6792

〒901-1192 南風原町字宮平212番地

# 平成30年6月1日から指定ごみ袋の価格(手数料)が変わります。

| ごみの種類   |     |        | ごみ袋の価格                         |
|---------|-----|--------|--------------------------------|
| もやすごみ   | (大) | 10枚/1組 | 200円 → 300円                    |
| もやさないごみ | (大) | 10枚/1組 |                                |
| もやすごみ   | (中) | 10枚/1組 | 150円 → 200円                    |
| もやさないごみ | (中) | 10枚/1組 |                                |
| もやすごみ   | (小) | 10枚/1組 | 100円 → 170円                    |
| もやさないごみ | (小) | 10枚/1組 |                                |
| 有害・危険ごみ | (中) | 10枚/1組 | 150円 → 0円 ※ご家庭にある透明袋を使用してください。 |
| 有害・危険ごみ | (小) | 10枚/1組 | 100円 → 0円 ※ご家庭にある透明袋を使用してください。 |

※取っ手が付き、持ちやすく結びやすい形状に変わります。

※現在ご使用のごみ袋の使用期限は平成30年8月31日までです。

今後のスケジュール 現在ご使用のもやすごみ袋、もやさないごみ袋、有害・危険ごみ袋は、平成30年5月末で販売を終了しますが平成30年8月31日まで使用できます。平成30年9月1日以降は使用できません。

|      | 1月 | 2月         | 3月 | 4月 | 5月 | 6月 | 7月              | 8月 | 9月 | 10月 |   |
|------|----|------------|----|----|----|----|-----------------|----|----|-----|---|
| 販売期間 | 旧  | → 現行の指定ごみ袋 |    |    |    | 新  | ← 平成30年6月1日料金改定 |    |    |     |   |
| 使用期間 | 旧  | → 現行の指定ごみ袋 |    |    |    | 新  | ← 併用期間(3ヵ月)     |    |    |     | 新 |

【お問い合わせ】 住民環境課 ☎889-1797

# 平成30年度 狂犬病予防集合注射のご案内

実施日 6月3日(日)

| 実施場所          | 実施時間        |
|---------------|-------------|
| 与那覇コミュニティセンター | 9:00~9:25   |
| 宮城構造改善センター    | 9:45~10:10  |
| 大名公民館         | 10:30~10:55 |
| 北丘ハイツ集会所      | 11:15~11:40 |
| 兼本ハイツ集会所      | 13:00~13:25 |
| 本部公民館         | 13:45~14:10 |
| 喜屋武集落センター     | 14:30~14:55 |
| 神里構造改善センター    | 15:15~15:40 |
| 山川集落センター      | 16:00~16:25 |

実施日 6月10日(日)

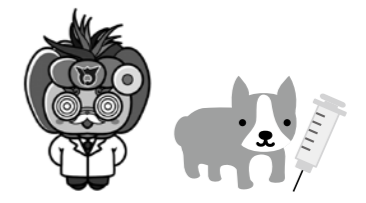
| 実施場所         | 実施時間        |
|--------------|-------------|
| 宮平地域振興資料館    | 9:00~9:50   |
| 北丘幼稚園駐車場     | 10:10~10:45 |
| 新川コミュニティセンター | 11:05~11:40 |
| 照屋コミュニティセンター | 13:00~13:25 |
| 津嘉山地域振興資料館   | 13:45~15:10 |
| 南風原町役場       | 15:30~16:30 |

※東新川で飼われている犬は大名公民館で実施します。  
※兼城、第一団地、第二団地、宮平ハイツ、慶原で飼われている犬は役場で実施します。  
※昨年まで会場として使用していた宮平公民館は「宮平地域振興資料館」、津嘉山公民館は「津嘉山地域振興資料館」が会場となります。

◎手数料

| 手数料の種類    | 新規登録の方 | 登録済の方  | 鑑札をなくした方 |
|-----------|--------|--------|----------|
| 犬の登録手数料   | 3,000円 | 0円     | 0円       |
| 注射済票交付手数料 | 550円   | 550円   | 550円     |
| 狂犬病予防注射代金 | 2,650円 | 2,650円 | 2,650円   |
| 犬鑑札再交付手数料 | 0円     | 0円     | 1,600円   |
| 合計        | 6,200円 | 3,200円 | 4,800円   |

※注射済票再交付手数料 340円



お問い合わせ 南風原町役場 住民環境課 生活環境班 ☎889-1797