

はじめてでも大丈夫

スマホ講座

みんなで楽しく、安心して学べます

本講座は
「触って覚える体験」
を目的としています

開催日	時間	講座内容	申込み期間
10月19日(月)	10:30-12:00	③ LINEを使ってみよう	9月1日(火)～10月9日(金)
11月24日(火)	10:30-12:00	④ ネットやアプリを使ってみよう	10月1日(木)～11月14日(土)



対象者

町内在住の方



定員

各回 **20人**



会場

中央公民館
2階 研修室



受講料

無料

講座のポイント

- 1 講座から申込みできます
- 2 全員に貸出用スマホをご用意します
- 3 体験中心の講座のため、テキスト配布はありません
- 4 講師のほか、サポーターもお手伝いします
- 5 熱中症予防のため、飲み物は各自でご準備ください

申込み先



企画財政課

TEL **889-3792**



WEB申込み ▶▶▶



泉とオーバーのよんな～笑って介GO!

シーズン3

「認知症を知る」からはじめよう

昨年も大盛況

認知症について、笑って学べる講演会を開催します。
第1部では認知症の母を介護している喜舎場 泉さん
(タレント) の実体験を基にしたコント、第2部では認
知症に関する疑問について出演者などがお答えします。

介護にお悩みの方、ご家族、関心がある方どなたで
も大歓迎です。皆さんのご参加をお待ちしています。

日にち：令和8年12月2日(水)

時 間：14:00～16:00(開場 13:30)

場 所：中央公民館 黄金ホール

申込方法：QR または問い合わせ先まで

問合せ先



福祉課

地域包括支援センター

TEL **889-3534**



喜舎場 泉
山田 力也 (オーバー)



なごこころのクリニック
徳 和子 院長



沖縄県認知症介護指導者
主任介護支援専門員
羽鳥 訓秀 氏

- ・駐車場には限りがありますので、ご来場の際はできるだけ乗り合わせの上お越しください。
 - ・天候の状況により講演会を中止または変更する場合があります。
- 最新情報は町ホームページでご確認ください。

町体力テスト開催

町スポーツ推進委員協議会主催による体力テストを
実施します。どなたでも無料で体力年齢の測定ができ
ますので、ぜひご参加ください。

日 時：10月12日(月・祝) 9:30～12:00

場 所：南風原中学校体育館

料 金：無料

対 象：町民

申込方法：QR、または電話・窓口にて申込み



実施
種
目

小学生～64歳

- ① 握力
- ② 上体起こし
- ③ 長座体前屈
- ④ 反復横飛び
- ⑤ 20m シャトルラン
- ⑥ 立ち幅跳び

65歳～79歳

- ① 握力
- ② 上体起こし
- ③ 長座体前屈
- ④ 開眼片足立ち
- ⑤ 10m 障害物歩行
- ⑥ 6分間歩行

問 教育総務課 ☎ 889-2620