

東風平
小学校

女子ミニバスケット 島尻地区で3冠達成!!



島尻地区の新人大会、夏季大会に続き、島尻地区冬季大会で優勝を果たした東風平小学校女子ミニバスケットチームが島尻地区内で3冠を達成し12月5日、選手と学校関係者が役場を訪問。中村信吉町長に成績を報告しました。中村町長は「3本の優勝旗は、まちの誇り。これからも後輩を指導しながら伝統あるチームづくりに励んでください」と激励。主将の新垣ひびきさんは「県大会ではみんなで声を出し合いチームワークをいかしたバスケットをしたい」と、これから行われる県大会の目標を力強く話しました。



八重瀬町地産フェア開催



あんしん農園から竹炭、竹酢、花木



ぐしちゃんも屋より紅いもちなど



デザートよりクッキー各種



(有)みどり食品より紅いもまんじゅうと豚まん(ピーマン入り)



港川海ぶどう合同会社より海ぶどうなど



仲座食品からドラゴンフルーツ
サーターアンダギー



業所などを知ってもら
うと企画しました。フェ
アーには、ぐしちゃん芋
を使った紅いもチップス
や地元でとれた果物を
使ったジャムなど地
域資源を活用した商品
が並べられ多くの人が
訪れにぎわいを見せて
いました。今後とも商工
会では、物産展を定期的
に開催していきます。



桃食品より紅芋あんこ入り
サーターアンダギー、紅芋チップスなど



(有)上地屋よりこだわり黒糖、
尚和三盆など



しらかわファームより果物を
原料にしたジャム



西銘商店より沖縄野菜を使った
手作りキムチ



♪チェアエクササイズ♪

椅子に座って出来る
手軽な運動

八重瀬町保健センター

受付 2:30

運動開始 3:00~4:30

期 間	回 数	定 員	対 象 者
平成21年1月21日~3月25日(毎週水曜日)	9回コース	30人	70歳未満

※2月25日(水)のみ保健センター使用が出来ない為、2月24日(火)に行います。

具志頭老人福祉センター

受付 2:30

運動開始 3:00~4:30

期 間	回 数	定 員	対 象 者
平成21年1月22日~3月26日(毎週木曜日)	10回コース	20人	70歳未満

健康体操

第2回

～転ばぬ杖の先～

最近、足・腰が弱くなった気がする…
転倒に対して不安があり外に出る
回数が減ってしまった…と思っている方、
椅子に座って出来る手軽な
運動から始めてみませんか？

運動の関心はあるけれど
運動はあんまり得意な方では無い…
一人では長続きしない…
運動する仲間が居ない…と思っている方
一緒に簡単な運動から始めてみませんか？



八重瀬町保健センター

運動開始 10:00~11:00

期 間	回 数	定 員	対 象 者
平成21年1月21日~3月25日(毎週水曜日)	9回コース	30人	60歳以上

※2月25日(水)のみ保健センター使用が出来ない為、2月24日(火)に行います。

お問い合わせ

八重瀬町保健センター TEL:998-1149・1144

(担当:與那嶺美穂)※医師からの運動を止められている方はご遠慮をお願いします

ストレッチポール サークル 会員募集中!

♪ゆがみを改善してメリハリボディを作り出す♪

誰でも簡単に、頑張らない
エクササイズです!
お気軽にご参加いただけます。



1. 日 時：毎週金曜日(祝祭日はお休み)
午前10時~11時30分
2. 会 場：八重瀬町保健センター(ホール)
3. 講 師：仲泊 英子 先生
(AFAA認定インストラクター)
4. 申込み：直接会場にて
5. 会 費：¥3,200- / 月
6. お問い合わせ：098-998-2140

受講生募集!

ヨーガ教室

～講 師:葛西史子先生～



初心者向けに誰でもできる簡単なヨ
ーガ教室を行います。簡単なポーズと呼吸法を
とり入れたヨーガで、無理せず体を動かし骨盤
のゆがみを調整し、体のバランスを整えます。

日 程 2月2日~3月23日 毎週月曜日
(2/2.9.16.23 3/2.9.16.23……計8回)

時 間 午前10:00~12:00

場 所 具志頭社会体育館2階(第二体育室)

募集人員 20名程度

参加費 無料

その他 運動できる服装、飲み物は各自で
準備して下さい。

～申し込み・お問い合わせ～

八重瀬町保健センター / TEL.998-1149

※申し込み締め切り:平成21年1月30日(金)

八重瀬町の現役(国民年金・厚生年金) 加入者のみなさまへ

「年金特別便」＝年金記録の確認にご協力ください＝

○緑色の封筒でお届けしています。

・年金記録に「もれ」や「間違い」がないか十分にご確認をお願いします。

○年金記録に関してのご相談は那覇社会保険事務所で行っていますが八重瀬町でも下記の日程で出張相談を行います。

※年金記録が変われば、正しい年金額をお受け取りになり、年金額が増える可能性が高くなります。

出張相談の日 時:平成21年2月25日(水) 10:00～17:00
場所:八重瀬町具志頭改善センター1階大ホール
※年金特別便・年金手帳をご持参ください。

ご質問・お問い合わせは

☆八重瀬町役場・住民環境課・国民年金係
☆那覇社会保険事務所・国民年金係

☎998-2443
☎855-1122

地域密着型サービス

(小規模多機能型居宅介護施設)についてのご案内

地域密着型サービスとは、住み慣れた地域での生活を支えるねらいで、身近な市町村で提供されるサービスの事をいい、その市町村に住む住民の利用が原則になります。今回、小規模多機能型居宅介護施設(ちゅら島小規模多機能型居宅介護事業所)が、平成19年11月よりスタートしています。

小規模多機能型居宅介護施設とは

住み慣れた地域で住み続けるための在宅高齢者の支援施設として、24時間365日、とぎれなく支援するように「通い」を中心に「訪問」「泊まり」の機能を備えた施設です。

利用費用(介護保険利用による自己負担額:1ヵ月あたり)

介護度	利用料金	その他の利用料金
要支援1	4,469円	食 事 500円/1食
要支援2	7,995円	泊まり 2,800円/1泊
要介護1	11,430円	おむつ代別途
要介護2	16,325円	
要介護3	23,286円	
要介護4	25,597円	
要介護5	28,120円	

目 的

「利用者一人ひとりを個人として尊重し、健康障害をもちながらも、自分らしく暮らし続けることの工夫を共に考える。又、地域住民を対象に24時間365日とぎれなく支援するというキーワードを合言葉に、認知症や多様な健康障害を有する高齢者を現実に支援すること

利用者家族の思いを紹介します。

いつも笑顔の対応ありがとうございます。認知症の母ですが、毎朝、迎える職員が来るといそいそと玄関へ向かいます。まるで友達が来たように嬉しそうです。仲間の人も楽しそうに挨拶を交わしています。やんばるから八重瀬町へ引っ越し、とまどう母、介護初体験の私と二人とも不安いっぱいでした。しかし、ちゅら島介護施設へ行くようになり、不安が薄らいできました。それは、同じ施設の仲間同士のふれあいや職員のいつも変わらぬ笑顔の対応のお陰です。小規模施設の良さがみられる素敵な場所です。

お問い合わせ先▶ちゅら島小規模多機能型居宅介護事業所

八重瀬町字東風平1348番地の1 TEL.098-998-9013