



ハイサイ歯科健診のお知らせ

沖縄県後期高齢者医療広域連合では、ハイサイ歯科健診を実施しています。

ハイサイ歯科健診の案内が届いた方は、受診券に記載された歯科医院に電話予約の上、受診いただきますようお願いいたします。

期 間：9月1日から令和8年1月31日

対象者：久米島町にお住まいで令和7年4月1日時点で

75歳から79歳の後期高齢者医療被保険者

(ただし、要介護1から5の方、施設に入所中の方、長期入院者を除く)

費 用：無料(受診期間内1回限り)



お問い合わせ 沖縄県後期高齢者医療広域連合 事業課 TEL:963-8013

認知症になっても、安心して暮らせる島へ

9月21日は「世界アルツハイマーデー(認知症の日)」です。

9月21日は「世界アルツハイマーデー(認知症の日)」です。

この日は、認知症について正しく理解し、本人や家族への支援の大切さを考えるため、世界中でさまざまな啓発活動が行われています。

かつて子どもだった私たちを支えてくれた人生の先輩たち。今度は、私たちが支える番です。認知症は、誰にでも起こりうること。人は誰も一人では生きていけません。

助け合いは「お互いさま」。認知症になっても安心して暮らせる思いやりの島をみんなで作っていきましょう



展示会のお知らせ

今年は、ほんのもりで「認知症の日」にあわせた展示会を開催します。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

期 日：9月1日～9月30日

場 所：ほんのもり

いきいき100歳体操

『さてと、元気に歳でもとりますか!』

～鳥島・仲泊にお邪魔しました☆～

介護にならずに、元気に人生を謳歌するための秘訣をお知らせしています♪
当日は下記のようなプログラムで会を進めています

- ① 生活習慣病と介護って関係していたのか! (健康づくり班)
- ② どうして今体操が必要なの? (地域包括支援センター)
- ③ みんなで「いきいき100歳体操」を実践! (福志土会)

意外ときつ
かった～!
(笑)



続けてやってみ
て立ち上がり
が楽になった!



◎9月の予定

9月9日(火) 老人福祉センター(兼城・大田)

◎持参するもの タオル、水筒

★いきいき100歳体操は継続することで効果を実感することができます!
自宅や公民館で友人やご家族と集まって復習してみましょう!★

毎月対象の字にはチラシを入れています! 友人やご家族を誘ってお気軽にお越しください!

お問い合わせ 福祉課 健康づくり班 TEL:985-7124