

渡嘉敷村健康づくりMAP

人生100年時代!健康寿命を延ばす事が、課題となっています。
心豊かに健康的に過ごすには、各世代での取り組みが大切になります。

2026年3月更新



母子健康手帳
母子健康手帳
交付

乳幼児健診
乳幼児健診

予防接種
予防接種

離乳食実習
離乳食実習

赤ちゃん訪問
赤ちゃん訪問

ティータイム (ひみつきち)
毎月1回
保健指導所
母子推進員

5歳児健診
5歳児健診

子育て相談
保健師(随時)
心理士の面談
(年数回)

認知症セミナー
養成講座
中学生対象に講座実施

歯周疾患検診
歯周疾患
検診

住民健診
住民健診

生活習慣病予防
運動教室
調理実習
禁煙外来紹介

あしびなーウォーキング
毎月10日
(3月~9月)17時30分
(10月~2月)17時
役場前集合!

はつらつシニア
健康体操
(体操・交流)
毎週月・水曜日

デイサービス
(事業対象者認定
or 介護保険認定
が必要)

ゆくい
(体操・リハビリ)
参加基準あり
毎週金曜日

ミニデイサービス
(グラウンドゴルフ)
女性:毎週火曜
男性:毎週木曜

高齢者等
みまもり支援
(やさしみまもり・
おきでんCプラスC)
(設置基準あり)

要支援1・2

要介護1~5

訪問ヘルパー
(事業対象者認定
or 介護保険認定が
必要)

訪問リハビリ
(介護保険
認定が必要)

訪問看護
(介護保険認定が
必要)

配食サービス
(利用基準あり)

福祉用具レンタル
・住宅改修
(介護保険認定
or 自費)

ショートステイ
(短期入所)
(介護保険認定者)

問い合わせ先

子ども~成人担当(保健指導所 ☎098-987-2422)

高齢者担当(渡嘉敷村地域包括支援センター ☎098-896-4720)

「役割り」「たのしみ」「集まり」……これらは、脳や体を自然に鍛えて機能低下予防や、心の安定にもつながると言われています。