



うらそえ

8



こんにちは、
浦城自治会



自治会別
マップ▶



夏 休みに入りましたね、皆さんは、今年の夏休みはどこに行きますか？
私たち浦城自治会では、夏休み期間中、浦城公園でラジオ体操を行って、毎日たくさんの子もたちや保護者、近隣住民の皆さんが参加しています。ラジオ体操後には、頑張った子どもたちのために、ご褒美を準備することもありますよ。
8月は納涼カラオケ夏祭りを開催し、みんなで盛り上がりつつあります。他にも年間の行事として、グラウンドゴルフ大会やボウリング大会、バスツアーなどを行い、地域の交流を深めています。
また、集会所では百歳体操やピラティス、男子健康体操などの体操を行い、他にも二線同好会や唱歌合唱、自治公民館講座などもあり、みんなで楽しく活動しています。
浦城自治会では地域の美化活動にも力を入れているので、花木の手入れが好きな人や、自治会の行事や活動に興味のある人は、気軽に問い合わせください。



ピラティスでスッキリ！



かわいい作品を作りました♪

◆年間行事

- 4月 こいのぼり掲揚
- 5月 グラウンドゴルフ大会
- 8月 納涼カラオケ夏祭り
- 9月 敬老会
- 10月 ボウリング大会
- 11月 花壇作業
- 1月 新年会
- 2月 バスツアー

浦城自治会

- 住所: 城間4-9-8
- 電話番号: ☎(878)1696
- 開館時間: 午前10時～午後4時
- 休館日: 土日祝・慰霊の日・お盆・年末年始



みんなでラジオ体操 伸び伸び～

2024 No. 776
うらそえ 8
広報

今月の表紙

右・左・右! 警察官から学ぶ交通ルール♪

「信号が赤の時は?」の質問に「赤は渡っちゃだめー!」と元気に答える子どもたち。沖縄県警が行っている『親子交通安全教室』では、警察官に教わった通り、左右を確認し、手を高く上げ、楽しそうに自信満々で横断歩道を渡る子どもたちの姿が見られました。



今月は子どもの交通事故について特集をしています。皆さんもこの機会にぜひ、交通安全について考えてみませんか?

	市の人口	前月比較
人口	115,266 人	(- 12 人)
男	55,865 人	(- 20 人)
女	59,401 人	(+ 8 人)
世帯数	53,940 世帯	(+ 35 世帯)

※令和6年6月末現在

- 02 もくじ
- 03 ・知ってほしい〇〇自治会 ・うらそえナビ
- 04 【特集】地域で考える 交通安全対策
- 06 話題がいっぱい なかゆくい
- 08 ・ハイサイ!こちら市長室!
・簡単!健康!サッと作れる!サッとごはん
- 09 ・ブレイデンのぶれいくたいむ
・てだっ子STUDIO
- 10 【特集】-人生100年時代に備えて-
その生活習慣見直しませんか?
- 12 ちむどどん施設情報
- 14 お知らせ・募集
- 20 裏表紙

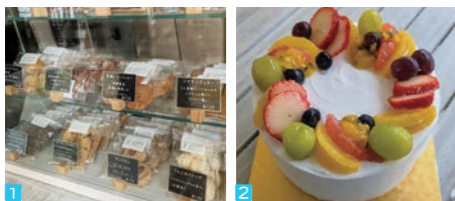
まだ知らない浦添がここに!
うらそえナビ

一般社団法人 浦添市観光協会

- 住所: 浦添市勢理客4-13-1 4F
 - 電話番号: ☎(874) 0145
 - 営業時間: 午前9時～午後6時(土日・祝日定休)
- <http://www.urasoenavi.jp/>



▲うらそえナビ



- 1 かわいいおかしが皆さまをお待ちしています
- 2 【要予約】フルーツたっぷりバースデーケーキ
- 3 お中元は8月12日まで予約受付中!

みんなが幸せな気持ちになれるおかしを届けたい!
はいたい♪まだまだ暑い8月!夏バテしていませんか?元気が出ない!暑すぎて集中できない!そんなときは甘いものでエネルギーチャージ!
今月紹介するのは、小さなおかし屋さん「ルポムのおかし」です。港川の住宅街の建物2階にあるパーラー形式のお店。焼き菓子を中心に販売しており、甘さ控えめで価格もリーズナブル、幅広い年齢層が足を運びます。
特に、マカロンなどの焼き菓子の詰め合わせギフトが人気!「ギフトでいただいた美味しかったからお客さまがお客さまを繋ぎ、食べたみんなを幸せな気持ちにしてくれる素敵なおかし屋さんです。」
一つ一つ心を込めて作られた、可愛い焼き菓子。大切な人への贈り物やリラックスタイムにいかがでしょうか。

住所/浦添市字港川361-3 2F
営業時間/【月・木】午後1時～7時
【火・金・土・日】午前10時～午後7時
定休日/毎週水曜日(祝日の際は翌日休み)
電話番号/☎(975)7640



◀住宅街のすみっこにある小さな青い看板が目印



▲ホームページ

ゲートキーパー

※養成講座のお知らせ
あなたも地域のゲートキーパーになりませんか?

ゲートキーパーとは...
自殺の危険を示すサインに気づき、適切な対応(声をかけ、話を聴いて、必要な支援につなげ、見守る)を図ることができる人のことで、「いのちの門番」とも位置づけられる人のことです。

よくある質問...
Q. 「ゲートキーパーになると何かしないといけないの?」
A. 何か特別な役割や責任を担う必要はありません。
専門職に限らず、ゲートキーパーは誰でもなれるものです。家族や友達など自分の身近な人たちの変化に気づき、相談にのってあげる...1人でも多くの人にゲートキーパーとしての意識を持っていただき、それぞれの立場でできることから進んで行動を起こしていくことが自殺対策につながります。

第1回
日時: 9月19日(木) 午後2時～4時
講師: 仲本 譲氏 (博愛病院 院長)
申込期間: 8月13日(火)～9月13日(金)

第2回
日時: 10月10日(木) 午後2時～4時
講師: 平安 良次氏 (発達相談クリニックそえ〜る 診療支援科長、臨床心理士・公認心理師)
申込期間: 8月13日(火)～10月4日(金)

電話申込 ☎(875)2100
WEB申込 第1回 第2回
こちらから▶ [QR codes]
場所 浦添市保健相談センター2階 (大ホール)

親子や学校の不安を解消する 通学路安全プログラム

事例紹介 宮城小学校前

①学校や保護者からの意見・要望



②関係者が集まって会議や現場確認



通学路安全プログラムとは？

浦添市が行っている「通学路安全推進合同点検」では、浦添警察署、学校の職員、市職員などが集まり、各学校から出された通学路の問題をもとに実際にその場所を見て、安全対策を考え、通学路を改善していく取り組みをしています。

対応策

●横断歩道のカラーリング



カラーリングをすることで、ドライバーの目線を誘導でき、注意を促す効果がある。

●ポストコーンの設置



ポストコーンの設置は、道幅を狭くして、スピードを減少させる効果がある。

Interview

交通安全指導員の取り組み

浦添市では、市民の交通事故防止を目的に、各小学校区で24人の交通安全指導員が活躍しています。

ドライバーや歩行者にお願いしたいことは？

立しよう活動を行っている場所が、地域の抜け道や見通しの悪い上り坂になっており、横断歩道上で立しようしているにも関わらず、スピードを出して横断歩道直前で止まるドライバーがいます。そのようなドライバーに対しては、横断歩道付近ではスピードを弱めるよう意識してほしいです。

今後の目標や抱負など

あと、5・6年は交通安全指導員として頑張っていきたいです。交通安全指導員としての委嘱が終了したとしても、100歳までとはいかないが、足腰が元気に限り続けていきたいです。



1994年から活動している
にしめせいこう
西銘生弘さん

活動を始めたきっかけは？

前田小学校のPTA副会長をやっていたこともあり、浦添市から声掛けがあったことがきっかけです。

やりがいは？

子どもたちが横断歩道を渡ろうとしているにも関わらず、スピードを落とさず横断歩道へ近づいてくる車を見かけることがあります。そのような時に、立しよう旗で注意喚起をしたことで車が停止してくれると、「自分の活動が子どもたちを交通事故から守っている」と実感します。

また、立しよう活動中の子どもたちへのあいさつを通して、パワーを貰うことにもやりがいを感じています。

今、あなたにできること

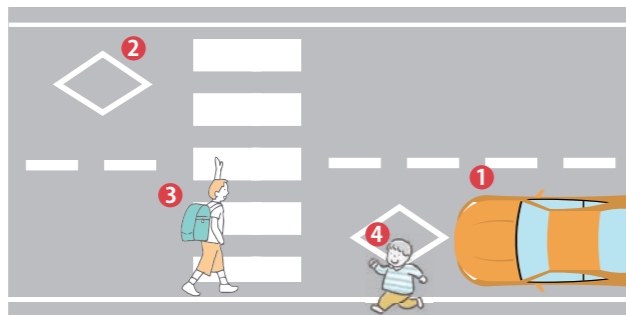
🚗 ドライバーの皆さんへ

①横断歩道は歩行者優先です

横断歩道では一時停止が義務付けられています。横断している人や横断しようとしている人がいるときは、手前で一時停止をしましょう。

②◇マークに注意！

この先に横断歩道または自転車横断歩道があります。



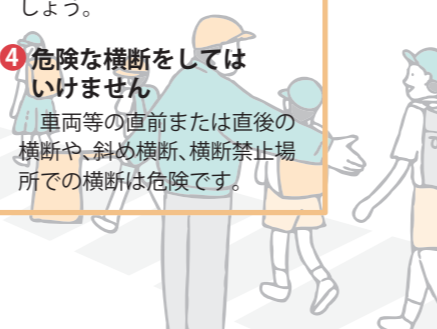
🚶 歩行者の皆さんへ

③横断歩道を渡りましょう

近くの横断歩道を必ず利用し、渡る前に左右を確認しましょう。

④危険な横断をしてはいけません

車両等の直前または直後の横断や、斜め横断、横断禁止場所での横断は危険です。



地域で考える 交通安全対策

近年、県内の子どもたちの交通事故が増えています。子どもたちの交通事故は皆さんの日頃の習慣を見直すことで対策できます。一人一人の行動が子どもたちを交通事故から守ります。

増えています！

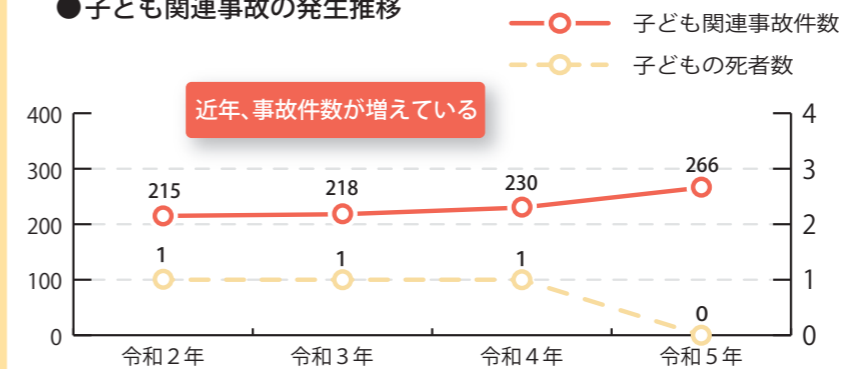
子どもたちの交通事故状況

県内の子どもに関連する交通事故件数は、令和2年から令和5年の間でおよそ50件増え、266件となっています。

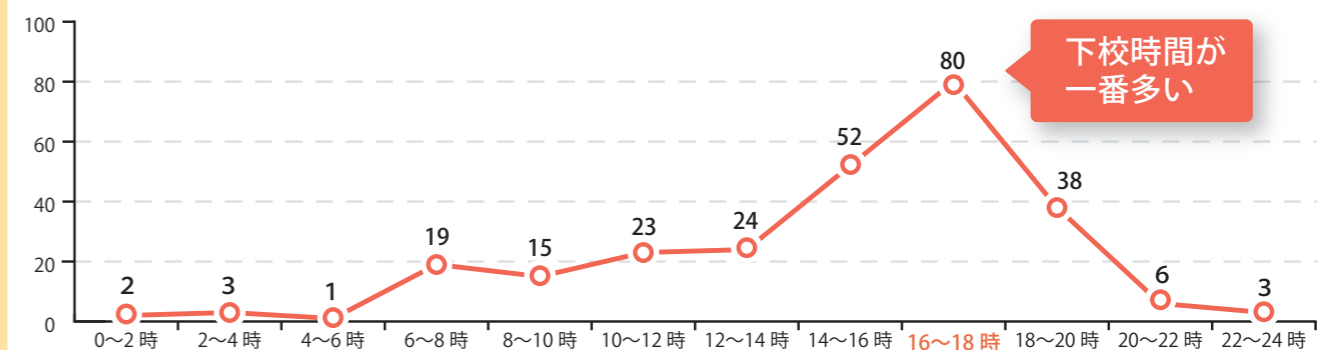
子どもに関する交通事故では、幼児は車の乗車中が最も多く、小学生は歩行中が最も多いです。中学生は他の学齢と比べて自転車での事故の割合が高くなっています。

交通事故を防止することは、子どもたちだけではなく、大人も子どもも安心して生活できる環境を作ることに繋がります。

●子ども関連事故の発生推移



●時間帯別の子ども関連事故発生状況



話題がいっぱい /
なかゆくい

市内各地で行われたイベントや、
まちの話題をお届けします。
ここで“なかゆくい”しませんか。
(なかゆくい=ひと休み)



市ホームページ「うらそえボックス」
にも市内のできごとを紹介しています。



7/3 “人生達人クラブ”でチャーガンじゅう!

中央公民館で、浦添市老人クラブ連合会による「生きがいと健康づくり健康講演会」が開催されました。講師に東哲徳先生(医療法人陽心会メディカルプラザ大道中央病院訪問診療部長)を招いた講演会には、総勢117人が参加し、いつまでも元気で長生きするための生活習慣について学びました。

東先生は「普段の生活から思いやりを持って人と接する“思いやりスト”になれば、自然と人との関わりが増えて、健康寿命をのばすことにつながる。老人クラブではなく“人生達人クラブ”を目指して、生き生きと活動していくことが大切だ」と話しました。



7/2 平和講演会 “命どう宝”を胸に刻む

中央公民館講座 平和キャラバンの一環として、市内8校で平和学習が行われ、そのうち神森小学校では、銘苅教育長による「いくさゆーぬ ゆっかぬひー」が行われました。

「ゆっかぬひー」とは、旧暦5月4日を指し、子どもたちがおもちゃをもらうことのできる日です。ある一つの家族に焦点を当て、戦争の迫る当時の「ゆっかぬひー」の様子や戦争の悲惨さ・残酷さ、そして「命どう宝」の想いが、銘苅教育長の一人芝居によって語られました。

児童らは熱心に芝居を鑑賞した後、恒久平和を願い「沖縄から平和のうたを」を歌いました。児童を代表して、佐久川航さんは「二度と戦争を繰り返してはいけません。この講演を通して、改めて平和の尊さを感じた」とお礼の言葉を述べました。



6/20 能登半島地震災害義援金贈呈式

令和6年能登半島地震によって被災された石川県輪島市を支援するため、市自治会長から義援金が贈呈されました。

宜野座富夫会長は目録を手渡し、「能登半島は地震発生から半年が経とうとしているが、現地はまだ落ち着いていないと聞く。少しでも復興に役立てていただきたい」とあいさつしました。松本市長は「この義援金が、能登半島への応援の証になればと思います。また、日本は災害の多い国であり、沖縄も人ごとではないので、何かあったときには助け合っていきたい」と謝辞を述べました。



7/10 全国高校総体出場に向け意気込み

7月末から8月にかけて行われる全国高等学校総合体育大会(インターハイ)に出場する、陽明高等支援学校でボクシング部の根間空志さん(3年)と陽明高等学校で体操部の知念美空さん(3年)が市長を表敬訪問しました。

6月に行われた九州大会で優勝し、全国出場を決めた根間さんは「バンタム級で初めて九州大会で優勝できて嬉しかったが、決勝の相手が幼少期の練習仲間だったこともあり感情が入ってしまった。全国ではどんな相手でも向かっていけるように頑張りたい」と述べ、県大会で個人総合2位に入賞した知念さんは「今までの練習の成果を発揮して、自己ベストを目指し、いい演技ができるように頑張りたい」と意気込みを語りました。



7/2 犯罪や非行のない地域社会のために

犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生への理解を深め、犯罪のない明るい社会を築こうとする全国的な運動の一環として、第74回「社会を明るくする大会」がてだこホール小ホールで開催されました。

大会では、市内の小中学生から応募された社会を明るくする作文の中から15人が表彰され、同作品から3人が意見発表を行い、浦添中3年の崎原未来さんは「更生しようとしている人たちが、二度と同じような過ちをしないよう支え合える、明るい社会を作っていきたい」と語りました。また、絆愛こころクリニック理事長の杜由樹さんは、アルコールや薬物依存症だった過去の体験談をもとに、多様化する依存症とその回復支援について講演しました。



6/25 プロ直伝!個性溢れるティッシュケース作成

仲西小学校の4年生を対象に「お家について知って、大工の匠の技術を体験しよう!!~木造キットを組み立てよう~」をテーマに住宅メーカーの一建設株式会社の特別授業が行われました。児童らは、家の種類や特徴、沖縄の家、大工の仕事について学んだ後、実際に大工が使うノコギリを使って木材のカットや、木造キットを使ってオリジナルのティッシュケースを作る体験をしました。窓や煙突などの部品を使ったり、クレヨンで模様を描いたりして、それぞれの個性が溢れるティッシュケースを作りました。1組の比嘉優心さんは「最初は完成できるか不安だったけど、大工さんや友達が教えてくれたので、上手にできた。ハイビスカスやシーサーのステッカーを貼って、沖縄っぽく仕上げた」と、工夫して作ったティッシュケースを笑顔で見せてくれました。



7/9 你好! 泉州市と20回目の青少年交流会


友好都市である中国福建省泉州市内の小学校から派遣された児童生徒との交流会が港川小学校で行われました。港川小学校の児童らは拍手で泉州市の子どもたちを出迎えた後、2年生によるダンスと6年生による平和の歌を披露し歓迎しました。泉州市の子どもたちも扇を使ったカンフーや中国伝統の京劇を踊りで披露し、出し物を通じた文化交流となりました。歓迎会後の6年生との給食・清掃体験では、タブレットの翻訳機能を使って会話をし、交流を深める様子も見られました。泉州師範小学校5年生の王心咏さんは「中国では、家で昼食を食べるけど、日本では給食を配膳して、みんなで食べることがわかった」と中国と日本の給食の違いについて教えてくれました。

原文・和訳
**ブレイデン・ベナイト
 Braden Bennight**
 ワシントン州フェデラルウェイ市出身。2021年11月から国際交流員として、浦添市役所国際交流課に配属。

Breaktime with Braden
 ブレイデンのおれいしたいむ
 最終回



ハイサイ
 こちら市長室！
 「教職員を応援しよう！」



浦添市長
 松本 哲治

学校の先生には楽しく元気に生き生きと仕事をしていただかないと良い子どもたちが育たないことは当たり前ですね。先生に笑顔がなければ子どもたちも元気をなくし、学校がつまらない場所になってしまうことでしょうか。しかし、今、学校現場は大変です。先生たちが忙しすぎて子どもたちと向き合う時間も少なくなり、時間的にも体力的にも余裕がなくなっているのが現状です。

そこで、まずはできることからというところで、浦添市教育委員会では『だっこ+プラス』の運用を始めています。これは学校と家庭間の「コミュニケーション」をサポートするサービスで、手持ちの携帯電話からLINEアプリを利用することで、より簡単に使えるようになっています。「なあんだLINEのことか」と嘆くことなかれ。この『だっこ+』をたくさんさんの保護者が利用できるようにすればなるほど、学校業務を大きく効率化することが可能になるのです。

例え、急な欠席・遅刻連絡が時間帯を問わずに学校に連絡することができ、受け手となる学校側も電話対応などの手間が省けて、ミスも少なくなり、もちろん台風などの災害時の緊急連絡や、学校便りなどの全体的な連絡を学校から配信することも可能です。今後、学級便りなどをクラス単位で細かく情報配信することも考えており、これまで紙媒体に頼ってきた「お便り」や「お知らせ」を段階に削減できるように、保護者と教職員両方への負担軽減につながります。

しかしながら、これをより多くの保護者に使ってもらわないと意味がありません。私の感覚で言えば、現在の小中学生の保護者世代ならほとんどの人がスマホ&LINEを利用していると思いますので、あなたの周りにも登録を勧めてもらえませんか。教職員を応援する活動のひとつだと捉えて、みんなで声を掛け合って全員登録を目指しませんか？

『だっこ+』を通して、保護者と教職員の間で「ありがとう」を交換し合える優しい学校を、浦添からみんなで一緒に作っていきましょう！



▲浦添市LINE登録はこちら



▲だっこ+（プラス）などリニューアル内容についてはこちら

にふえーでーびたん

皆さん、こんにちは！この暑い夏を無事に乗り切っていますか？水分補給をしっかりと、必要な時はエアコンを使いましょう！

以前のコラムで、浦添を離れた後は日本に残るつもりだと書きました。しかし、家族で考え直し、今年アメリカに帰国することにしました。私たち家族は、ここでの生活でたくさんのご縁をいただくことができ、たくさんの方々に感謝しています。

私の子どもたちが日本語を学ぶのを助けてくれた浦添小学校の先生たちに感謝しています。私が訪問したこども園や児童センターが私を歓迎してくれたことに感謝しています。助けてくれた市役所の同僚たちに感謝しています。最後に、私と私たち家族と友達になってくれたみんなに本当に感謝しています。そして、その関係がずっと続くことを願っています。

9月号からは私の後任の人が来沖し、このコラムを引き継ぐことになるので、皆さんも引き続き読んでたくさん応援してあげてください！またやーさい！

Thank You

Hello everyone! Are you safely getting through this hot summer? Make sure you're drinking water and using your air conditioning when you need to!

I mentioned in a past column that after leaving Urasoe I was going to stay in Japan. However, my family and I have reconsidered and decided to return home to America this year. My family and I have gained a lot during our time here and we have many people to thank.

I'm thankful for the teachers at Urasoe Elementary School who helped my children learn Japanese. I'm thankful for everyone at the kindergartens and children centers I visited for welcoming me. I'm thankful for my coworkers at the city hall for all of their help. Finally, I'm thankful for everyone who befriended my family and I and we hope that those relationships will continue to last forever.

My successor will be coming to Okinawa and take over this column from September, so I hope you all continue reading and support them as well!

てだっ子STUDIO

次回9月号は1ページの拡大版！
 たくさんのご応募お待ちしております！

てだこキッズファースト
 宣言大使
てだ子

牧港在

おめでとう♡
 ハーフバースデー



2023
 12.19
 1
 2
 7
 10
 11

沢岨在

仲良し兄弟♡



大平在

100日記念♡




比嘉 千尋 ちゃん(6か月) 嘉数 柚菜ちゃん(5歳) 廉ちゃん(1歳) 末吉 櫻桃 ちゃん(3か月)

【募集対象】 市内在住の0～9歳のお子さん
 【応募方法】 右記の二次元コードから①お子さんお名前②ふりがな③年齢または月齢④居住区⑤一言コメントと、画像データ(JPEG等)を添付し送信してください。

写真募集！

●写真は、たて撮り写真を推奨しています(頭や顔の一部が切れていないもの)
 ●応募者多数の場合は、抽選の上、掲載します。掲載の可否については連絡いたしませんのでご了承ください。

応募はこちら▲



簡単！健康！サッと作れる！
サッとごはん



お出汁と野菜でいただくからにやさしい琉球料理
セーフアン(菜飯)

83品目

食文化 低脂質

- 材料(4人分)
 ・ご飯(一人150g) … 600g
 ・椎茸(水に戻し石づきを取って薄く切る) …… 2個
 ・島菜(または小松菜など) …… 40g
 ・人参(6cmの長さで千切り) …… 40g
 ・油揚げ(油抜きをして6cmの長さで千切り) … 1/2枚
 ・卵(錦糸卵にする) … 2個
- 【煮汁】 出汁(200ml)、醤油(小さじ1)、砂糖(小さじ1)、塩(1.5g)
 【かけ汁】 出汁(640ml)、醤油(小さじ1)、砂糖(小さじ1)、塩(2g)、生姜汁(適量)
- 作り方
 ①島菜をお湯で根本から茹で、冷水につけ、水気をしっかりと切り6cmの長さに切る。
 ②【煮汁】の材料を合わせ、椎茸と人参を入れ火にかける。沸騰したら中火にする。椎茸と人参に火が通ったら、油揚げと島菜も入れて火を止める。粗熱をとって、食材に味を煮含ませておく。
 ③器にご飯を盛り、②の食材の煮汁を切り、錦糸卵も一緒に彩りよく盛り付ける。
 ④【かけ汁】の材料を鍋に入れ、沸騰したら味を調べて、③の器に上から優しくかけて完成。
- 栄養成分表示(1人当たり)
 エネルギー 323kcal/食塩相当量1.2g

レシピ提供: 健康づくり課 安谷屋 優子

健康のカギ① 食事

ゆっくりよく噛んで食べよう

一口の量を少なくしたり、噛む回数を増やして早食いを防止しましょう。よく噛んで食べると、食べすぎや食後の高血糖が抑えられて太りにくくなります。



野菜を食べよう

野菜は、生活習慣病の予防のために必要なビタミンやミネラル、食物繊維を多く含みます。



1日350g以上の野菜を食べるようにしましょう。

栄養バランスの良い食事を

主食、主菜、副菜をそろえると、色々な栄養素を偏りなく摂取することができます。



また、朝食を抜かずに1日3食きちんととりましょう！

間食や脂質の多いメニューは控えめに

夜遅い時間の飲食は、脂肪がたまりやすい原因になります。

小袋タイプやミニサイズにしたり、1回分の量を決めて食べましょう。



健康のカギ② 運動

座りっぱなしを減らす

座っている時間が長いほど、生活習慣病になりやすいといわれています。

30分に1度は立ち上がったたり、少し身体を動かすようにしましょう。



生活の中で身体を動かそう

手軽に運動を始めるなら、ウォーキングがおすすめです。

まずは歩くことから始めて、少しずつ強度を強くしましょう。無理せず、できることから始めるのが継続のコツです。



健康のカギ③ 体重管理

体重計に乗ろう

体重の増減は、食事が適量かどうかの目安になります。また、肥満だけでなく痩せすぎも良くありません。

健康的な体重を保ちましょう。



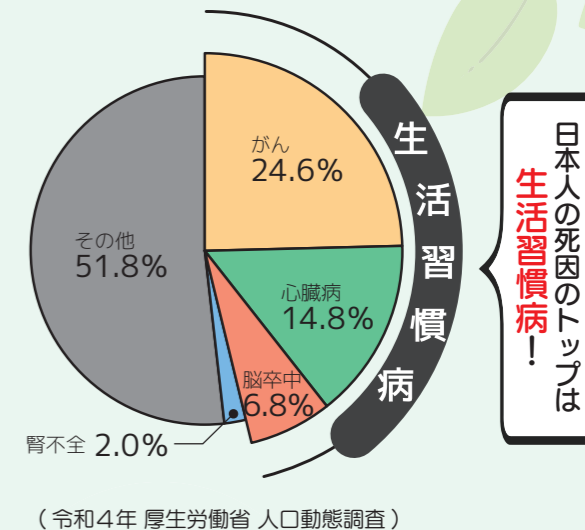
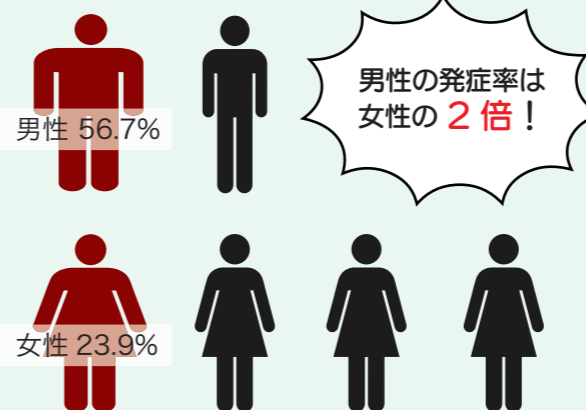
—人生100年時代に備えて—

その生活習慣見直しませんか？

生活習慣の乱れは健康に影響を及ぼします

食事や運動、休養・睡眠、喫煙などの生活習慣が病気の発症や進行に大きく関わる病気のことを、「生活習慣病」と呼びます。なかでも、偏った食事や運動不足、過度な飲酒などによる肥満は高血圧や高血糖、脂質異常などを引き起こします。こうした状態を「メタボリックシンドローム」と呼びます。不規則な生活習慣を続けていると、本人も気付かないうちに病気が進行してしまい、心臓病や脳卒中を発症して寝たきりや突然死をまねてしまいます。病気を予防するには、食事や運動などの生活習慣を整えていくことが重要です。

男性の2人に1人、女性の4人に1人がメタボ該当・予備軍（令和4年度 浦添市特定健診）

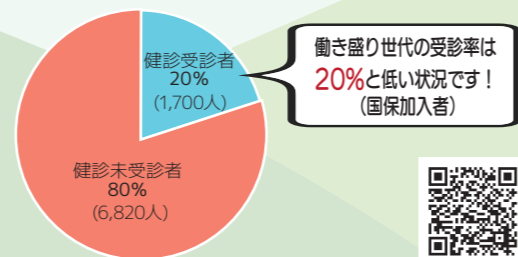


健診を受けて自分の身体を知ろう！

健診を受けることで、自分の健康状態を確認し、病気の予防や早期改善につなげることができます。定期的に医療機関を受診している人でも、普段の通院では見つけにくい身体の異常が健診で見つかることもあります。

ぜひ、年に1回は健診を受けましょう！

（※社会保険に加入している人は、各社会保険組合へお問い合わせください）



令和4年度 浦添市特定健診 40歳～64歳受診率

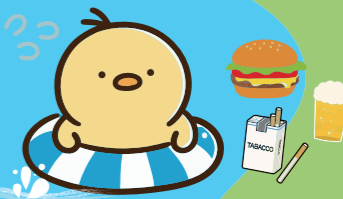
▲詳しくはこちら

健康的な生活習慣



不健康な生活習慣による生活習慣病の発症

- 肥満症 ● 糖尿病
- 高血圧症 ● 脂質異常症 など



生活習慣病が重症化！通常の生活が困難に...

- 心臓病 ● 脳卒中
- 半身麻痺 ● 認知症 など



健診や健康に関するお問い合わせ
浦添市健康づくり課（保健相談センター内）
☎(875)2100

ホームページ
Instagram

◆=要予約・申し込み

浦添市美術館
 ☎(879)3219
 FAX(878)1221
 休館日：毎週月曜日(祝日は開館)
 ▲浦添市 ホームページ
 ▲美術館 ホームページ

令和6年度第1期常設展「あつまれ！龍」
 期間 9月8日(日)まで
 「ギャラリートーク」
 日時 毎週日曜日午後2時～
 「音声ガイド無料貸し出し」
 常設展の見どころをガイドします。英語版も用意しています。

◆第25回浦添市小中学校美術作品展「個人作品展募集」
 昨年度と同様に、個人で応募ができます。美術館長賞のほか、優秀な作品は、各学校代表作品とともに審査を行い、市長賞・教育長賞・PTA連合会長賞の候補となります。ぜひ応募ください。
 表彰式 12月21日(土)
 応募資格 市内小中学校に在学中の児童生徒、または市内在住の児童生徒
 作品 絵画や立体作品等(書道や植物など有機物の使用を除く)個人作品一人一点
 応募期間 7月25日(木)～9月27日(金)
 応募方法 電話またはメール、美術館で受け付け。名前・学年・学校名・保護者名・連絡先・作品について確認します。
 作品受付 9月27日(金)～10月6日(日)

◆「篆刻教室(全6回)」
 講師 比嘉南生氏(書家)
 日時 9月7日～10月12日(全回土曜)午後2時～4時
 参加費 4500円
 申し込み 8月1日(木)～17日(土)までに美術館窓口、メールまたはホームページで申し込み。
 ◆「変わり塗教室(全7回)」
 講師 大見謝恒雄氏(漆芸家)
 日時 9月8日～10月20日(全回日曜)午後2時～4時(初回は午後1時40分から)
 参加費 3500円+常設展観覧料
 申し込み 8月1日(木)～25日(日)までに美術館窓口、メールまたはホームページで申し込み。
 ◆「第三期さんしん教室」
 途中参加も受け付けます。
 講師 玉城和樹氏(沖縄県立

展覧会 12月20日(金)～1月15日(水)
 ◆「タミヤ展 IN OKINAWA」
 期間 8月29日(木)まで
 料金 一般1500円/中・高校生800円/小学生300円
 ◆「ミニ四駆レース大会」
 日時 8月11日(日)午前11時～午後5時
 参加費 中学生以下500円/高校生以上千円
 /ミニ四駆工作教室(参加費1400円)や、ミニ四駆体験走行(無料)も同時開催します。(午前11時～午後2時)
 申し込み 事前または当日受け付け※詳しくはホームページをご覧ください。

浦添市立図書館
 ☎(876)4946
 休館日：毎週月曜日、11日(日)山の日
 ▲浦添市 ホームページ

8月1日(木)～各イベント前日まで電話・カウンターで受け付け。
 ◆やさしい本から読み始める英語多読講座
 講師 新川智清氏(元沖縄工業高等専門学校教授)
 日時 9月1日(日)午前11時～正午
 対象 英語学習に興味のある人(中学生くらい以上の英語力から)
 定員 先着15人
 場所 2階視聴覚室
 ◆「アメリカ情報コーナー」設置
 20周年記念セレモニー
 沖縄米国総領事と浦添市長の絵本の読み聞かせや、マスコットのワシんたんと記念撮影などイベント盛りだくさん。子どもから大人まで、どなたでも参加できます。
 日時 9月7日(土)午前10時～正午
 定員 20人程度(事前申し込み優先・当日参加可能)

芸術大学 琉球芸能専攻OB会長)
 日時 8月6日・20日・27日(全回火曜)午後6時～7時30分
 参加費 月6千円

浦添市立中央公民館
 ☎(879)5503
 午前9時～午後5時
 電話・窓口対応は土日・祝日除く

◆「わくわくスマホ講座」
 グーグルレンズによる検索、LINEでのビデオ通話、二次元コードの利用などスマホの便利なカメラ機能について学びます。
 講師 スマホアドバイザー認定講師
 日時 9月5日(木)午前10時～11時30分
 場所 城間公民館研修室
 対象 市内在住・在勤のスマホの操作にお困りの人
 参加費 無料
 定員 先着20人
 受付期間 8月8日(木)～28日(水)
 申込方法 中央公民館窓口または電話

浦添市消防本部
 ☎(875)0119

◆「救急法講習会(入門)」
 「助けたい思いをワザに救急法」成人への救命処置を目的としたコース
 日時 8月17日(土)午前9時30分～11時
 場所 消防本部2階 講堂
 参加費 無料
 定員 30人(市内在住・在勤の人優先)

◆「頑張らない家事育児のススメ」
 ◆自分も家族も大切に生きる子ども誕生は、家族にとつて大きな喜びがある一方、女性のココロとカラダに大きな負担がかかり、一緒に家事育児をする家族も頑張りが過ぎて負担を感じてしまうという声を聞きます。どうしたら睡眠やリフレッシュを上手く取り、自分も

市民協働・男女共同参画ハートセンター
 ☎(874)5711

◆浦添市でだこ市民大学・まちづくりアカデミー受講者募集
 わがまち「うらそえ」を知り、まちづくりの知識や手法、実践について一緒に学んでみませんか。地域の課題に気づき、共有する方法を学び、楽しみながら、周りとのゆるやかにつながる「市民協働のまちづくりを担う人材育成」を目指します。
 日程 9月から12月まで、計5回※予定
 対象 本市のまちづくり生涯学習および市民協働に関心のある人
 参加費 5千円
 定員 15人

◆「産後ケア事業」
 助産師が家庭訪問などで、心身ケアや育児などの相談を行います。
 対象 産後1年未満の母親と乳児
 利用料 5回まで一部減免制度あり(市町村民税非課税世帯、生活保護世帯は無料)

子ども家庭センター
 ☎(876)6825

◆「産後ケア事業」
 助産師が家庭訪問などで、心身ケアや育児などの相談を行います。
 対象 産後1年未満の母親と乳児
 利用料 5回まで一部減免制度あり(市町村民税非課税世帯、生活保護世帯は無料)

ベビースクール(離乳食教室)
 離乳食についての講話やデモンストレーションなど。
 対象 ▶4～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住者)
 日時 ▶8月9日(金)午後1時～3時30分
 場所 ▶保健相談センター
 申し込み ▶8月6日(火)まで
 ※「母子モ」アプリでの事前予約です。

マタニティスクール
 食事の選び方・妊婦ジャケットの装着体験・赤ちゃん人形やフードモデル展など、妊娠初期の妊婦さん向け。
 対象 ▶妊婦さんとそのパートナー(市内在住者)
 日時 ▶9月8日(日)午前9時～正午
 場所 ▶保健相談センター
 申し込み ▶8月8日(木)～23日(金)まで
 ※「母子モ」アプリでの事前予約です。

乳幼児・ママさん健診【無料】
 ☎子ども家庭課 ☎(876)6825
 各健診の対象者には通知書を送付しています。1歳6か月児健診は1歳7～9か月頃、3歳児健診は3歳7～9か月頃の案内になります。最新の情報は市ホームページをご確認ください。

内容	日程	受付時間	場所
乳児健診(集団健診) 要予約	【前期】3～4か月児	8月25日(日)	保健相談センター うらそえ子育て応援アプリ「母子モ」または電話で事前予約してください。
	【後期】9～10か月児		
幼児健診(集団健診) 要予約	1歳6か月児(全回水曜日)	8月1日、8日、22日、29日	午後1時15分～2時15分
	3歳児(全回水曜日)	8月7日、21日、28日	
2歳児歯科健診(個別健診)	歯科医療機関に		市と契約している歯科医療機関
妊婦歯科健診(個別健診)	問い合わせください		
産婦健診(産後8週以内)	医療機関に		市と契約している医療機関

●乳児健診では薬剤師会によるお薬相談コーナー(午前のみ)もあります。希望する人はお薬手帳を持参してください。
 ●産婦健診は、産後2週目と1か月頃の健診2回分が助成対象(上限額1回あたり5千円)。
 ●産婦健診、妊婦歯科健診の受診票は親子健康手帳交付時にお渡ししています。

浦添市保健相談センター
 ☎(875)2100
 FAX(875)1579

健康相談・栄養相談のお知らせ
 浦添市保健相談センターでは、保健師・栄養士が、さまざまな健康に関する相談を受けています。健診結果や生活習慣病についての相談を含め、心配なことや気になることがありましたら、気軽に相談ください。
 日時 平日午前8時30分～午後5時
 場所 浦添市保健相談センター
 ◆「シニアのための健康講話」
 浦添市保健相談センターでは、管理栄養士が地域の通いの場などに伺い、骨粗しょう症や高血圧、物忘れなどをテーマに病气や介護を予防するための食事や生活習慣についての講話を行っています。地域の皆さま

浦添市リサイクルプラザ
 ☎(861)3196
 休館日：毎週月曜日、11日(日)山の日

◆「布のリメイク・ベンガラستنシル」
 日時 8月22日(木)午前9時30分～正午
 参加費 1060円
 持ち物 染めるためのバックや衣類など(素材は木綿または麻)
 定員 10人

◆「はじめてみよう！ダンボールコンポストで生ごみ堆肥作り」
 日時 8月31日(土)午前10時～11時30分
 参加費 100円
 持ち物 筆記用具
 定員 10人

宝くじが地域のために
 消防本部では宝くじ助成金を利用して、鼓笛隊セット(エイサー太鼓・メロディオン・メロディオンのほん・DVD)を整備しました。整備物品は、消防機関が開催する催し等で「浦添市幼年消防クラブ」による演奏で使用し地域の防火推進に役立ちます。

※(財)自治総合センターでは宝くじの普及広報活動の一環としてコミュニティ助成事業を行っています。

消防本部予防課 ☎(878)3982

税金・保険・年金

令和6年度「国民健康保険税」および「後期高齢者医療保険料」第2期納期限

国民健康保険課 徴収係
☎内線 3717173722

令和6年度「国民健康保険税」および「後期高齢者医療保険料」第2期納期限は9月2日(月)です。納め忘れにご注意ください。

健康診受で3千円相当の市の特産品・商品券をゲット

浦添市保健相談センター
☎(875)2100

対象 国民健康保険に加入している19歳〜74歳(応募日時点) 応募の流れ

①ポイントカードをゲット
配布場所 浦添市保健相談センター、浦添市役所(総合案内窓口)

②100ポイントためよう
【70P】特定健診を受ける(40歳〜74歳)

【80P】健康診査を受ける(19歳〜39歳)

(右記いずれかは必須項目)
【各20P】健診結果に基づく保健指導を受ける、歯周病検診または歯科検診を受ける

【各10P】各がん検診受診(胃・肺・大腸・子宮・乳がん)

③応募しよう

お知らせ・募集



くわしくは浦添市ホームページへ

国民健康保険証等(資格確認ができるもの)、受診確認ができる(健)診結果等、ポイントカード(お持ちの人のみを持参の上、保健相談センター窓口で応募) 前期応募 9月30日(月)まで ④特典をゲット 抽選で80人に3千円相当の市の特産品・商品券が当たる。

前期当選発表日 10月10日(木) 前期特典引換期間 10月10日(木)〜31日(木)

暮らし・環境・福祉

台風時のごみ収集について

環境保全課 ☎(876)1250

台風が発生している時は、台風に関する情報をこまめに入手し、事前に台風対策を行うようにしましょう。台風接近に伴い天候が荒れた場合は危険です。次回の収集日にごみを出すようご協力をお願いします。なお、暴風時におけるごみの収集業務は、次のとおりです。

- ①午前8時時点で、バスが運行停止している場合は、運行開始までごみ収集はありません。
- ②バスが午前8時から正午までの間に運行を開始した場合、運行開始時刻より、ごみ収集を行います。

- ③正午以降にバスが運行開始しても、その日の収集はありません。
- ④午前8時以降にバスの運行が停止した場合は、運行停止時刻をもって、ごみ収集を中止します。
- ※ごみ収集が中止となった場合は、臨時収集はありませんので、次の収集日にごみを出してください。

浦添市重度心身障害者(児)医療費助成について

障がい福祉課 ☎(876)1709

医療費助成の対象者

市内に住所がある人(ただし他市町村から市内施設に入所している人は除く)、もしくは本市から他市町村の施設に入所している人で、健康保険に加入している人のうち左記のいずれかに該当する人

- ・身体障害者手帳1級・2級・療育手帳A1・A2
- ※一定の所得制限あり

助成金の受給方法

- ①自動償還払い 県内の協力医療機関で受給資格者証を提示して受診した医療費は、市役所窓口での申請は不要です。
- ②市役所窓口での申請 自動償還に対応していない医療機関で受診した場合や、入院時の居住費、訪問看護、はり、きゅう、あんま、整骨院を利用した場合等は、市役所窓口での

子育て・教育

保育所・子ども園保育料等の集金代行業務委託のお知らせ

子ども未来課 ☎(876)1281

市では、現年度と前年度を除く滞納保育料等の徴収率向上と事務の効率化を目指し、集金代行業務委託を行っています。今年度も市立保育所、市立子ども園および法人保育園の保育料等が対象になります。今後とも、安定運営のため保育料等の期限内納付にご協力をお願いします。

委託先 株式会社 沖縄債権回収サービス

申請が必要です。 ※領収書は診療月の翌月から1年以内のものが有効です。 受給資格者証の更新について 現在、受給中の皆さまには、新しい受給資格者証(そらいろ)を郵送しています。まだ届いていない人はご連絡ください。

「水道の用途確認」について

上下水道部 営業課 ☎(877)8460 ☎(877)8476

水道料金の単価等は、水道の使用目的(用途)によって異なります。 【家事用】主に家庭用として水道を使用する場合 【営業用】営業または営業に付随する目的で水道を使用する場合(会社・店舗・畑・工場等) 【臨時用】工事等(解体含む)、興行、売店等短期間臨時で水道を使用する場合

【連合用】1個の市水道メーターを2世帯以上で使用する場合(店舗等は含まない)。適用基準を満たす場合は、申請により適用を受けることができます。 ※用途は、検針時に配布する「検針のお知らせ」に記載されています。住宅の改築、増築等を行う場合は用途の確認をお願いします。

お問い合わせ ☎(876)1243

令和6年「緑の募金」の報告とお礼

美らまち推進課 ☎(876)1243

令和6年「緑の募金運動」は市民の皆さまのご理解とご協力のもとに実施され、111万1699円の募金が集まりました。本当にありがとうございます。市民の皆さまから寄せられましたこの募金は、公益社団法人沖縄県緑化推進委員会にて取りまとめられ、さらに緑化の国際協力等の事業を推進するために活用されます。今後とも緑の募金運動へのご理解とご協力をお願いします。



詳しくはこちら

第64回「下水道の日」

上下水道部 水道総務課 ☎(877)0420

毎年9月10日は「下水道の日」です。私たちの生活に欠かせない「下水道」について、今一度考えてみませんか? 8月26日(月)〜30日(金)の期間、市役所1階ATM前市民ホールで「下水道パネル展」や「下水道クイズ」を行います。クイズに全問正解した人の中から抽選で2人に下水道グッズを差し上げます!ぜひご参加ください!



詳しくはこちら

令和6年「緑の募金」の報告とお礼 美らまち推進課 ☎(876)1243 令和6年「緑の募金運動」は市民の皆さまのご理解とご協力のもとに実施され、111万1699円の募金が集まりました。本当にありがとうございます。市民の皆さまから寄せられましたこの募金は、公益社団法人沖縄県緑化推進委員会にて取りまとめられ、さらに緑化の国際協力等の事業を推進するために活用されます。今後とも緑の募金運動へのご理解とご協力をお願いします。

物価高騰に伴う支援給付金

浦添市臨時給付金コールセンター ☎0120(098)115



詳しくはこちら

対象者には、7月16日(火)に確認書を送付しています。内容を確認し、必要な場合は令和6年10月18日(金)※必着までに返信ください。

- ※令和6年6月3日時点で浦添市に住居登録がある人が対象
- ※住民税が課税されている人の扶養親族のみからなる世帯を除く

A: 10万円/世帯 支給対象者※支給要件あり

住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯に対し、1世帯あたり10万円の支給を行います。

支給対象者

- ①令和6年度の住民税が非課税世帯の世帯主
- ②令和6年度の住民税が均等割のみ課税世帯(均等割のみ課税の人で構成される世帯、または均等割のみ課税の人および非課税の人で構成される世帯)の世帯主

※以下に該当する場合は対象外です。

- (a)令和5年度に実施した非課税世帯への7万円給付対象、または均等割のみ課税世帯への10万円給付対象となった世帯
- (b)(a)の対象世帯の世帯主であった者を含む世帯

B: 5万円/児童 支給対象者※支給要件あり

18歳以下(平成18年4月2日生まれ以降)の児童がいる子育て世帯に対し、児童1人あたり5万円の支給を行います。

支給対象者

上記Aの対象世帯の児童

※基準日(令和6年6月3日)以降に生まれた新生児も対象です。また、別世帯で扶養している児童がいる場合も対象となる場合があります。

※離婚やDV等で市内に避難されている人は対象になる場合があります。詳しくはコールセンターまでお問い合わせください。

那覇市西一丁目一九番七号

児童扶養手当の現況届

子ども家庭課 ☎(876)1730

児童扶養手当の受給者は、受給資格確認のため「現況届」が必要です。届け出がない場合、11月分以降の手当が受けられなくなります。

【受付期間①】8月1日(木)〜25日(日) ※8月25日(日)以外の土日祝日を除く

【受付場所】市役所9階

【予約開始】7月18日(木)

※届け出は原則事前予約受け付けとなります。対象者には現況届の案内通知と併せて二次元コードを送付しています。予約の締切は各予約日の2日前までとなりますので、ご注意ください。当日受け付けも行いますが、待ち時間が長くなる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【受付期間②】8月26日(月)〜30日(金)

【受付場所】市役所2階 子ども家庭課

※届け出は当日受け付けのみとなります(事前予約はできません)。

※夜間受け付けは完全予約制のため、当日受け付けはありません。

※夜間受け付けは完全予約制のため、当日受け付けはありません。

※夜間受け付けは完全予約制のため、当日受け付けはありません。

※夜間受け付けは完全予約制のため、当日受け付けはありません。

※夜間受け付けは完全予約制のため、当日受け付けはありません。

※夜間受け付けは完全予約制のため、当日受け付けはありません。

せんのので、ご注意ください。

【郵送受付】令和6年度の児童扶養手当が全部支給停止となる見込みの対象者は、現況届を郵送で行うことができます。郵送受け付けが可能な人は、事前通知に返信用封筒を同封しますので、郵送での提出をご検討ください。

※8月31日までの消印有効(切手代はご負担ください)。

児童手当制度が改正されます 子ども家庭課 ☎(876)1280

児童手当制度の改正により、令和6年10月分(令和6年12月支給分)から新たに支給対象となる人がいます。



予約はこちら

【例】 高校生年代の児童のみを養育している人

・所得上限額超過により児童手当(特例給付)の対象外である人など

新たに支給対象となる人には、8月中に本市よりお知らせを送付します。お知らせが届いた人は、早めの申請をお願いします。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

※すでに児童手当を受給している人は、原則手続きは不要です。

特別児童扶養手当の所得状況届

特別児童扶養手当の受給者は、資格確認のために「所得状況届」の提出が必要です。届が出ない場合は、8月分以降の手当が受けられなくなります。

受付期間 8月9日(金)～9月11日(水) ※8月25日(日)以外の土日祝日を除く
受付場所 市役所2階(子ども家庭課)
受付時間 午前9時～11時、午後1時～4時
※来庁時は混雑が予想されるため、時間にゆとりを持ってお越しください。

試験会場

試験会場 沖縄県庁13階第2会議室
受験案内配布期間 8月30日(金)まで
市役所7階学校教育課および県内各教育事務所で配布します。

願書受付期間 8月30日(金)まで
出願方法 受験案内に添付している封筒を使用し、文部科学省宛てに簡易書留で郵送(8月30日の消印有効)。

※詳しくは、市または文部科学省のホームページをご覧ください。

税更正に伴う幼児教育・保育無償化の新規申請受付

非課税世帯かつ保育の必要性があるお子さんの、保育料無償化の申請を受け付けます。
対象者 次の対象施設・事業を利用する0～2歳児クラスの住民税非課税世帯の子ども
対象施設・事業
○私立幼稚園(新制度未移行幼稚園)
○預かり保育事業(私立幼稚園・認定こども園)
○認可外保育施設
○一時預かり事業

○病児保育事業○ファミリーサポート事業
受付期間 8月19日(月)まで
※9月2日以降に申請された場合は原則申請日からの認定となりますので、お早めに手続きください。
※必要書類は担当課窓口または市ホームページからダウンロードしてください。

文化・スポーツ

第24回浦添市自治会対抗ゴルフ大会の開催
浦添市スポーツ協会
☎(877)4923

参加費 1万2990円
申込期限 8月28日(水)
主催 浦添市スポーツ協会
主管 浦添市ゴルフ協会
※当日は沖縄県大会の浦添代表予選会を兼ねています。

Table with 5 columns: 訓練校, 訓練科目, 定員, 訓練期間, 募集期間. Rows include 浦添職業能力開発校 and 具志川職業能力開発校.

その他

令和6年度後期職業訓練生募集(10月開講)
※授業料無料(ただしテキスト代、検定代、教材などは自己負担)
※詳しくは、各訓練校へお問い合わせください。

第4回 JICAおきなわ SDGsフォトコンテスト作品募集!
募集締切 9月30日(月)まで
テーマ・・・「あなたなりのSDGsでワンアクション!」
「SDGsってよく聞けどなんだろう」と思っている人から、すでに活動している人まで、自分なりに始めた一歩を発信しませんか。

SDGsフォトコンテスト作品募集
JICAおきなわ
4回
私たちが平和に感じる瞬間ってなんだろう?
私たちが平和に感じる瞬間ってなんだろう?

募集 令和6年度 浦添市職員採用候補者選定試験
職種・試験区分
・一般行政職(上級・初級)8人程度
・消防職(上級・初級・経験者)若干名
・土木技術職(上級・初級)若干名
・土木技術職(任期付)若干名
・建築技術職(上級)若干名
・設備職(機械・電気)(上級)若干名
・化学技術職(上級)若干名
・保健師職(上級)若干名
・保育士・保育教諭職(中級)若干名
・管理栄養士職 若干名
・心理職(任期付)若干名

令和6年度 校内自立支援員の募集について
不登校児童生徒等への学習支援や学級復帰支援を行う校内自立支援員を募集します。
対象者 ①教員免許保持者②学校教育法に基づく大学において、児童学、心理学、教育学を専修する学科または、これらに相当する過程を修めて卒業した人(見込み可)③児童生徒に対する学習支援の勤務経験があり、校内自立支援員に必要な経験を有する人

リフォーム工事全般 店舗改装 増築工事
防音工事 エクステリア工事
防水・塗装工事 電気工事 玄関ドア取替え [1DAY]
水道工事 瓦葺き工事 アルミ格子 手すり テラス カーポート

相続無料相談会
8月3日(土)24日(土) 1日限定 10名まで
事前予約制 10:00～16:30
会場 沖縄県那覇市牧志2-16-46
タカラマンションマキシー1 201号室

お持ちの不動産を 弊社が直接買取致します!!
お支払い最短 5日 仲介手数料 不要
早めに売却したい
調査から売却まで すべてお任せしたい
周りに知られたくない
お気軽にご連絡ください!

学童補助スタッフ講習
期間:9月12日(木)～9月13日(金)
開催地:浦添市内/受講料:無料
浦添市内にお住いでシルバーセンターで就業を希望する60歳以上の方 お問合せ下さい!

広告掲載に関するお問い合わせは、株式会社 尚生堂 ☎ (876) 2232

広告掲載に関するお問い合わせは、株式会社 尚生堂 ☎ (876) 2232

種 目	受験資格	受付期間	試験日(1次)
自衛官候補生	18歳以上 33歳未満 (32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)	年間を通じて行っています。 ①7月1日(月)~9月3日(火) ②10月1日(火)~11月28日(木)	受け付け時にお知らせします。 ①9月14日(土)~22日(日) ②12月7日(土)~12日(木) いずれか1日を指定されます。
一般曹候補生			
航空学生(海上要員) 航空学生(航空要員)	18歳以上 23歳未満 (高卒者または高専3年次修了者) ※どちらも見込み含む	7月1日(月)~9月5日(木)	9月16日(月)

▲詳しくはこちら

自衛官等募集のご案内
 自衛隊沖繩地方協力本部
 那覇分駐所
 ☎(866)54547
 自衛官等を募集しています。

在日米軍従業員募集
 駐留米軍等労働者労務管理機構 沖縄支部
 ☎(921)5532
 米軍基地でチャレンジ！あなたの実力・可能性を試してみませんか？
 対象 沖縄県在住の満18歳以上
 勤務場所 県内米軍施設
 応募方法 インターネットまたは窓口
 応募受付時間
 「インターネット」24時間
 「窓口」午前9時~午後5時(土日祝日および年末年始を除く)

▲詳しくはこちら

参加者募集！
 都市計画マスタープラン改定・立地適正化計画策定に関する「市民ワークショップ」の開催
 都市計画課 都市計画係
 ☎(876)1244
 市では現在「都市計画マスタープラン」改定と「立地適正化計画」策定に取り組んでいます。浦添市のまちづくりについて参加者の皆さんと一緒に考える「市民ワークショップ」を昨年度に引き続き開催します。今回は、お住まいの地域のまちづくりに関する方針と取り組み方を話し合います。皆さんのご参加をお待ちしています。

にほんごで話す 友だちをつくろう!
 ~やさしいにほんごでやさしいコミュニケーション 2024~

参加無料
日本人、外国人、親子での参加OK!

国際交流課 ☎(876)6827
kokusai@city.urasoe.lg.jp

外国人にもわかりやすいにほんご(やさしいにほんご)を使っておしゃべりしませんか?

日時 (全6回 すべて金曜日)
①7/12 ②7/26
③8/9 ④8/23
⑤9/13 ⑥9/27
午後7時~8時30分

場所 JICA 沖縄 ニライホール3階 多目的ルーム (前田 1143-1)

ファシリテーター 沖縄国際大学 非常勤教員 (Umiにほんごオフィス) 川野 さちよ 氏

申し込みはこちら

わったらバス利用促進乗車体験事業のご案内
 沖縄県企画部交通政策課
 ☎(866)2045
 この事業は、県民に無料で路線バスを利用してもらうことで、バスならではの良さを体験してもらい、過度な自家用車依存から適度なバス利用への転換を促進することを目的としています。
 費用 無料
 期間 9月4(水)~29日(日)までの毎週水曜日と日曜日の計8日(終日)を予定

場所 一部地域を除く沖縄県全土(離島含む)
対象 沖縄県内(離島含む)の一部を除くほぼすべての路線バスおよびコミュニティバス ※リムジンバス、定期観光バス、高速道路を走行するバス(系統番号111番や117番等)などは対象外
 ※対象路線等の詳しい情報は、県のホームページなどで随時発表予定です。



▲詳しくはこちら

市役所内「地域若者サポートステーション」相談窓口
 地域若者サポートステーション 琉球
 ☎(917)2086
 働きたいけど...どうしているのかわからない「自信がない」「そんな人のために、自分にあつたペースで、一歩ずつ前に進むことを丁寧にサポートします」
 日時 8月27日(火)午後2時~5時 ※毎月第4火曜日
 場所 市役所1階ロビー(市民)

市民ワークショップ
 テーマ 「地域別の方針と取り組み」
 市域をAとB、2つのブロックに分けて開催します。
 「Aブロック」勢理客、内間、屋富祖、仲西、宮城、城間、伊祖、港川、牧港
 「Bブロック」沢岬、経塚、大平、安波茶、仲間、前田、当山、西原
 開催日 「Aブロック」8月26日(月)または27日(火)
 「Bブロック」8月28日(水)または29日(木)
 開催時間 午後7時~9時
 場所 市役所9階 講堂
 募集人数 各会50人程度
 申込方法 都市計画課に電話、またはメール等で申し込み

沖縄の米軍関連施設で 石綿(アスベスト)にさらされる仕事をしていた人 とそのご家族・ご遺族のみなさんへ

沖縄米軍関連施設での仕事中に石綿にさらされたことにより次のような疾病にかかった場合、労災保険制度または石綿健康被害救済制度に基づく給付を受けられる可能性があります。

■対象となる疾病
 中皮腫、石綿肺、肺がん、良性石綿胸水、びまん性胸膜肥厚

■ご相談は...

那覇監督署	☎098(868)8040
沖縄監督署	☎098(916)6335
名護監督署	☎0980(52)2691
宮古監督署	☎0980(72)2303
八重山監督署	☎0980(82)2344
沖縄労働局	☎098(868)3559

石綿を扱う仕事や症状などの情報は、厚生労働省ホームページの「アスベスト(石綿)情報」をご覧ください。

厚生労働省 アスベスト 検索

編集後記

猛 暑日が続いていますね。梅雨があがるまでは過ごしやすさが続いているなと感じていました。7月が36度を計測し、嬉しくはない記録を更新しましたが、沖縄はまだ暑い日が続くので、気を付けながら夏を楽しみましょう。(大城)

特 集でご紹介している通学路の立派な活動ですが、私が小学生の時、父もよく立派な活動をしていました。仕事に行く前、スーツ姿で旗を持って立っている父に会えるのが実は少し嬉しかったりして...。(愛)そんな懐かしい気持ちで作った特集、ぜひ読んでください！(新垣)

今 月は100年時代の特集ページを担当させていただきました！可愛いひよこたちがポイントですが、ぜひご覧ください！編集をしたから、生活習慣病は私にとっても他人事ではない身近なことだなぁとしみじみ。日々の生活を改めねば...目指せ100歳！(黒島)

中 国泉州市の小学生と港川小学校の交流会の取材に行きました。子どもたちがタブレットを使って会話をしたり、メモを取ったり、写真を撮ったりと、自分の時代との違いに驚きながらも、人と人が交流できることの楽しさや大切さは変わらなずかな。(伊志)

今 食べているものは10年後の体に出ていると聞いたことがありますが、長生きのために生活習慣だけでなく、食生活も見直したいですね。そして、年々暑くなる夏に負けないよう、健康的な体づくりをしたいですね...。特集をきっかけに自分を見つめ直す回だ...。(倉里)

家 族特に子供達との思い出で、沖縄人イチャイチャバチャボーディーがまた発令され実行中...。普遍的な魂世界で時折出会う人にも感謝の気持ち深く人生を重けています。不思議なだけと縁のある人にはまた出会う事がこの人生面白いだけ。(屋部)

サンレー 紫雲閣

中央紫雲閣
〒901-2102 沖縄県浦添市前田2丁目15番1号
Tel. 873-3000

那覇北紫雲閣
〒900-0004 沖縄県那覇市銘苅3丁目22番地
Tel. 865-3030

会館葬、お寺葬、自宅葬、互助会会員、宗派に関わらずご利用いただけます。

広告掲載に関するお問い合わせは、株式会社 尚生堂 ☎(876) 2232

2023.12 NEW OPEN

浦添市前田の地に移りました

浦添総合病院
看護師・病院介護士 募集中!

☎ 080-6489-0745 (採用担当: 上原) ※無資格者でも応募可

レンタル 工具 大好評!

メイクマン 検索

楽しいイベントやお得なキャンペーンをチェック!

浦添本店 浦添市城間 2008番地
☎ 098-878-2777

募集 集中

おいしい弁当で健康に!
うらそえ健康づくり
協力店

おいしいヘルシーな弁当惣菜で、市民の健康を応援するお店です

登録すると

たとえば

＊のほり・ステッカーの交付
＊健康づくり課のイベントや、市ホームページ・SNS上で
お店の情報を紹介

＊野菜たっぷり弁当やカロリーひかえめ弁当を販売
＊野菜のおかずを単品販売
＊主食に玄米を選べる

【対象】 浦添市内で営業している弁当・惣菜店、スーパー、コンビニなど

**申請窓口
問い合わせ**

浦添市 健康づくり課(保健相談センター)
☎(875) 2100 (平日 午前8時30分～午後5時)

制度の詳細・登録店の紹介
WEB申請はこちら▶




令和6年 8/1^木～31^土

※台風襲来時は中止となります。

問い合わせ

浦添市教育委員会
社会教育推進課
浦添市立中央公民館
☎(879) 5503



詳しくはこちら▶

8/7^水
業膳弁当販売
午前11時～午後2時

8/1^木～31^土
作品展示

8/31^土
ダンス交流会
午後3時～5時

8/20^火～27^火
放課後子ども教室
活動紹介パネル展

8/24^土
ボードゲーム会
としまる公開
午前10時～正午

8/24^土
舞台発表
物販 陶芸・飾り花・袋物
午後1時～4時
(開場12時30分)

場所
浦添市立中央公民館

場所
浦添市立図書館

場所
アイム・ユニバース
てだこホール(小)

学びの成果大集合! みんなアツまれ アツくなれ!

うらそえ
社会教育
いそいそいそいそ
'24

入場無料

参加団体
放課後子ども教室
中央公民館活動団体
中央公民館講座受講者

現地調査お見積り無料!!

取り扱いメーカー

TOTO LIXIL


リフオった Takara standard

水まわりと外壁塗装のお店

リフオった

☎098-987-6305

浦添市伊祖 2-15-8-1





そらうみ法律事務所
SORAUMI LAW OFFICE

相談料
30分
5,500円

西原ICから車で8分
サンエー経塚シティ
すぐ近く

離婚・相続・不動産・借金等、
お気軽にご相談ください

沖縄弁護士会所属
弁護士 鈴木 穂人・弁護士 長尾 大輔

浦添事務所 〒901-2102 沖縄県浦添市前田1061番地グランドウォール・グスク3号室
tel. 098-988-0217 fax. 098-988-0219

🔍「浦添 弁護士」で検索

この印刷物は、環境にやさしい再生紙を使用しています。