

こんにちは、  
**安波茶自治会**



自治会区別  
マップ▶



**皆**さん、暑い沖縄で、秋は植物が育ちやすい季節だと知ってますか？11月の涼やかな気候の中、安波茶自治会では毎年花植えをしています。今年は、11月24日に花壇の花植えを予定していますので、花木の手入れが好きな人は、お気軽にご参加ください！また、花植えの後は、緊急時に備えて、地域のつながりを強めるため、防災訓練を予定しています。消火訓練等を通して、万が一の時に備える心構えをします。

他にも、2月・7月には「カラーリング大会」を開催しています。「カラーリング」って聞き慣れない言葉です。カーリングと「カラーリング」をかけていて、氷上で行うカラーリングを床の上で行うスポーツです。大会を通して自治会員の交流を深め、白熱した盛り上がりを見せたいです。

また、サークル活動も盛んで、毎月のふれあいサロンでは季節のおいしい料理を作ったり、琉舞サークルやレクサークル、カラオケクラブや健康クラブなどもあります。他にも盆踊りや敬老会など、季節のイベントも企画していますよ。

興味のある人は、お気軽に安波茶自治会まで問い合わせください！



知ってる貝くん  
Communities Good informations



- ◆年間行事
- 5月 花植え
  - 6月 慰霊祭
  - 7月 カラーリング大会
  - 8月 盆踊り
  - 9月 敬老会
  - 11月 花植え・防災訓練
  - 2月 カラーリング大会



**安波茶自治会**

- 住所: 安波茶2-7-1
- 電話番号: ☎(879)5692
- 開館時間: 問い合わせがあれば随時
- 休館日: 土日祝・慰霊の日・年末年始

▲ホームページ



かわいいお花がお出迎え

広報 **うらそえ11**

今月の表紙  
**地域のお祭りが目白押し! 南米研修生らも参加**

今月の表紙は、城間松明大綱引きでの1枚。参加者は力一杯綱を引き、2回勝負のいずれも後村渠に軍配が上がりました。「五穀豊穡、無病息災を引き寄せる幸せの綱」と言われているように、幸せと活気に溢れた祭りとなりました。また、右の写真は伊祖の英祖まつりに南米研修生と国際交流員が参加し、地域の皆さんと一緒に踊っている様子です。この後の英祖王行列にも出演し大役を務めるなど、伊祖地域の人や文化に触れる機会となりました。



市の人口		前月比較	
人口	115,317人	(- 8人)	
男	55,888人	(- 8人)	
女	59,429人	(± 0人)	
世帯数	54,161世帯	(+ 27世帯)	

※令和6年9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】いつまでも自分らしく暮らすために 考えよう介護の未来
- 08 話題がいっぱい なかゆくい
- 10 ちむどんどん施設情報
- 12 【特集】アメリカ情報コーナー設置20周年
- 14 ・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
- 15 ・ジェysonとひと息カフェトーク ・てだっ子STUDIO
- 16 うらそえWORKER
- 18 お知らせ・募集
- 24 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/>



- 1 新車・中古車取り揃えています!
- 2 親切なスタッフがお出迎え!
- 3 58号線沿いの大きな看板が目印!

**皆さまに支えられて74年。地域に根差す車屋さん**

はいたい♪お出かけしなくなる気持ちの悪い季節がやってきましたね!

今月紹介するのは、1950年に創業し、今年で創業74年を迎える株式会社 仲西自動車サービスステーションさん。ドルから円へ、右側通行から左側通行へと、劇的な時代の流れに乗り、その時代に合った商品の販売および整備をさせていただきました。

新車・中古車販売をはじめ、車検整備・点検整備、保険手続きなども行っており、レンタカー事業にも取り組んでいます。定期点検の案内等も、とても親切・丁寧な対応で相談しやすく、車に詳しくない人にもわかりやすく説明してくれます。

秋の行楽シーズン! 遠出の前に点検整備、気分を変えて新しい車でドライブなんていかがでしょうか?

他にも: 民間車検場、故障整備、板金塗装、自動車保険販売もしています!

**店舗情報**

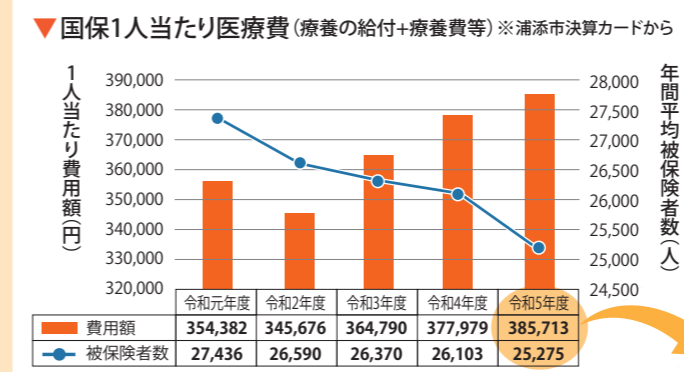
株式会社  
仲西自動車サービスステーション

住所/浦添市宮城1-26-6  
営業時間/午前9時~午後6時  
定休日/ゴールデンウィーク、旧盆、年末年始  
電話番号/代表番号 ☎(877)2646  
FAX (877)1346

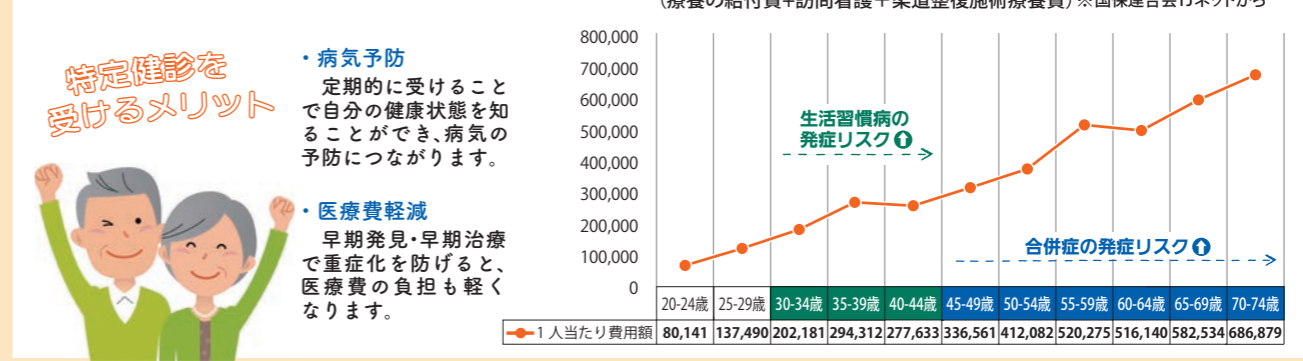
▲ホームページ

国民健康保険一人当たりの  
**医療費がでーじなと〜ん!**

問い合わせ  
国民健康保険課 給付係  
☎内線3715・3716



浦添市では、国民健康保険の被保険者数は年々減少していますが、被保険者一人当たりの医療費は増加傾向です。また、5歳ごとの一人当たり医療費は0歳~24歳は減少傾向ですが、25歳以降は増加に転じます。これは、生活習慣病やその重症化に伴う疾病が増えるためです。生活習慣病は、特定健診を受けることで、早期発見・治療ができます。元気に働き、年齢とともにかさむ医療費を抑えるためにも、ぜひ特定健診を受けましょう!



**特定健診を受けるメリット**

- ・病気の予防  
定期的に受けることで自分の健康状態を知ることができ、病気の予防につながります。
- ・医療費軽減  
早期発見・早期治療で重症化を防げると、医療費の負担も軽くなります。