



うらそえ

7



こんにちは、 **牧港自治会** のこと知ってるかい？

だんだん気温も上がり、いよいよ夏到来ですね！
 私たち牧港自治会は、7月に牧港緑地ふれあい広場で夏まつり「まちなとフェスタ」を開催しています。サークルによるダンスや二線の披露、そして青年会の大迫力のエイサーには胸が躍ります！また、カレーや焼き鳥、ヤギ汁はどれも絶品です！お腹も心も満たされる祭りですので、一度足を運んでみてくださいね！
 4月開催の歩け歩け大会では、100人を超える参加者で浦添城跡などを回りながら、健康増進や地域コミュニケーションを育んでいます。そして、9月の敬老会では、75歳以上の方への労いの気持ちを込め、踊りやビンゴゲームなどの余興を楽しみながら食卓を囲み、交流を深めています。また、三線サークルやダンスサークルも毎週活動しており、牧港青年会は旧盆に道ジューも行っていきます。他にも、まちなと公園前などで花植えボランティアも行っていて、カラフルな花々は住民の目を楽しませていきます。
 さまざまな行事やイベントを通して積極的に活動している牧港自治会に興味を持った人は、お気軽に問合せください！



まちなとフェスタで舞踊を披露♪



ボランティアで花植え

◆年間行事

4月 歩け歩け大会
 6月 ボウリング大会
 7月 まちなとフェスタ
 9月 敬老会
 11月 クラウドゴルフ大会
 1月 もちつき会



青年会のエイサーにちむどん！

牧港自治会

●住 所: 牧港1-4-6
 ●電話番号: ☎(879) 6373
 ●開館時間: 午前9時～午後5時
 ●休 館 日: 土日祝



敬老会は大盛り上がり！



「歩け歩け大会」ちばりんど～！

URASOE CITY PR MAGAZINE

うらそえ 7 広報

2025 No.787

おめでとう！浦添市市制施行55周年

浦添市は7月1日で市制施行55周年を迎えます。そんなおめでとう7月号の表紙は、市民の皆さんにご協力いただきました！「浦添市をお祝したい！」という気持ちで、市民の皆さん、市内で働く方々、赤ちゃん～高齢者まで、本当に多くの方々がこの企画に参加してくださいました。150件以上の応募の中からほぼ全ての写真を採用して、皆さんの素敵な笑顔を沢山詰め込みました。応募した方は、自分の写真を探してみてくださいね！



市の人口		前月比較	
人 口	115,171 人	(－	6 人)
男	55,834 人	(－	19 人)
女	59,337 人	(＋	13 人)
世帯数	54,604 世帯	(＋	58 世帯)

※令和7年5月末現在

C O N T E N T S

もくじ

- 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1】笑顔あふれる夏休みイベント
- 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 ・ジェイソンひと息カフェトーク
・てだっ子STUDIO
- 10 ちむどんどん施設情報
- 12 【特集2】浦添市市制施行55周年
- 16 話題がいっぱい なかゆくい
- 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/>



▲うらそえナビ



- 一度は口にしたことがある？！商品の数々
- 工場見学にて、分かりやすく説明いたします♪

夏休みの思い出作りに工場見学はいかがですか？
 はいさい♪本格的に暑くなってきましたね！そんな時は冷たいものでクールダウン♪今月ご紹介するのは、沖縄明治乳業株式会社さん。県内で唯一、牛乳・ヨーグルト・アイスクリームなどの乳製品全般を製造している工場が浦添市牧港にあるのです！
 沖縄明治乳業株式会社では、地域社会への貢献、食育活動の一環として、県内の児童・生徒の皆さまをはじめ、企業・団体・一般のお客様を対象に、無料の工場見学を実施しています。見学では、専用の見学室にて製造工程や衛生管理体制について、動画やクイズ形式を交えながら分かりやすくご紹介いたします。そしてなんと！見学の最後には、お土産も用意されています♪食育も学べて、土産ももらえるなんて、心にも身体にも嬉しい事ばかり！
 今年の夏は、身近な食品をきつかけに、健康づくりや食育について考えてみてはいかがでしょうか。工場見学のご予約はお電話にて承っておりますので、以下の連絡先までお問合せください！

住 所／浦添市牧港1丁目65番1号
 営業時間／午前9時～午後5時
 定 休 日／土日祝日・当社休業日
 電話番号／☎098(877)5274



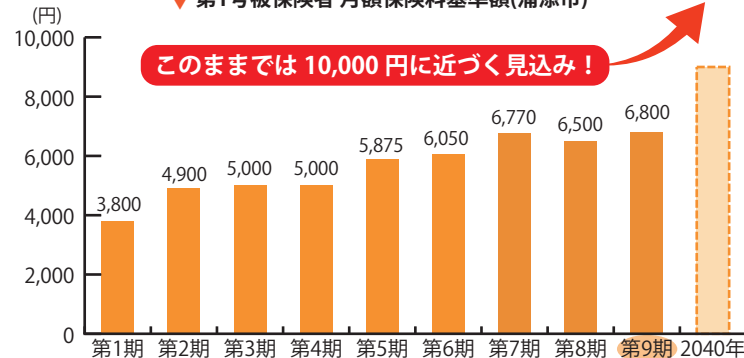
▲ホームページ



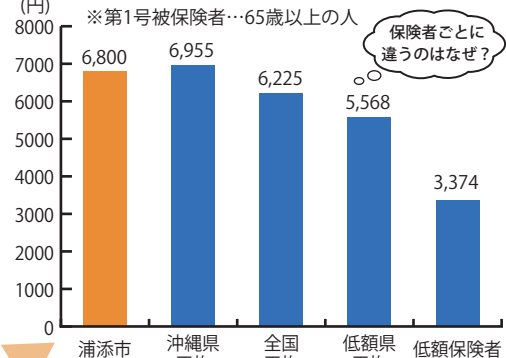
もっと知ろう!! 第1回 介護保険 介護保険料について

介護保険は、公費(国・県・市町村の負担金)と市民のみなさんの介護保険料を財源に運営していて、介護保険料は保険者(介護保険を運営する地方自治体)によって異なります。介護保険料は3年ごとに改正されていて、介護保険サービスが始まった平成12年度を第1期として、現在は第9期期間中です。

▼第1号被保険者 月額保険料基準額(浦添市)



▼第1号被保険者 月額保険料基準額(第9期)



沖縄県は全国で一番高齢化率が低く、全国で二番目に介護保険料が高い県です。
 保険料を上げないためにどうすればよいか、みんなで考えていきましょう！

〔問い合わせ〕いきいき高齢支援課

予防支援係 ☎(876)1292／介護保険料係 ☎(876)6824／介護給付係 ☎(876)1291／介護認定係 ☎(876)1297

7/26
(土)

さんごで遊ぼう！ すごろくとペンダントづくり

- 時 間▶午後2時～4時
- 参加費▶360円
- 定 員▶12人



7/30
(水)

空きびんを使って作ろう スノードーム

- 時 間▶午後1時30分～3時30分
- 参加費▶260円
- 持ち物▶水漏れしない蓋付き瓶、
中に入れたい小物
- 定 員▶10人



8/2
(土)

ミツロウキャンドル作りと みつばちゲーム

- 時 間▶午後2時～4時
- 参加費▶560円
- 定 員▶10人※保護者同伴
- ※動きやすい服装



8/3
(日)

首里城の破損瓦で ミニ漆喰シーサー作り

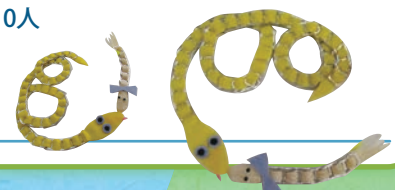
- 時 間▶午前10時半～午後1時半
- 参加費▶940円 ■定 員▶16人
- 持ち物▶エプロン(汚れてもいい服)



8/6
(水)

プラタブへびを作ろう

- 時 間▶午後1時30分～3時30分
- 参加費▶150円
- 持ち物▶プラタブ(20個くらい)、ハサミ、
あればへびにしたいひも
(幅1.5cmを40cmくらい)
- 定 員▶10人



浦添市リサイクルプラザ

☎(861) 3196 開館時間: 午前9時～午後5時
休館日: 毎週月曜日、22日(火)海の日振替休日

〈申し込み方法〉

リサイクルプラザ窓口または電話で受け付けます。
※要予約 7月1日(火)～各イベント前日まで。

※小学3年生までは保護者同伴(小学生対象)
各講座について不明な点は電話にてお問い合わせください。

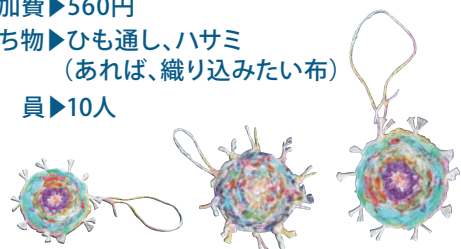
詳しくは
こちらから▼



家族と！友達と！エコ体験 エコチャレンジウィーク

さき織りで作る丸い ブローチやストラップ

- 時 間▶午後1時～3時
- 参加費▶560円
- 持ち物▶ひも通し、ハサミ
(あれば、織り込みたい布)
- 定 員▶10人



布のリメイク 「ベンガラステンシル」

- 時 間▶午前10時～正午
- 参加費▶1,060円
- 持ち物▶エプロン、布製のバックなど
染めたいもの
- 定 員▶10人※保護者参加可



木っ端で作ろうトンテンカン

- 時 間▶午後1時30分～3時30分
- 参加費▶560円
- 定 員▶10人※保護者同伴



夏

なつやすみ イベント

休



笑顔あふれる夏休み♪

今年も市内でさまざまなワークショップやイベントが開催！

8/19
(火)

夏休みボードゲーム体験会



ボードゲームを体験してみよう！
初心者大歓迎！

- 時 間▶午前10時～正午
- 定 員▶先着10人
- 対 象▶小学生
(保護者同伴必須)



8/22
(金)

夏休み一日図書館員

(JICA沖縄図書資料室共同企画)

図書館業務・JICA沖縄図書資料室業務体験

- 時 間▶午前9時30分～午後2時(昼食休憩1時間含む)
- 定 員▶3人※未経験者優先(応募多数の場合は抽選)
- 対 象▶市内在住の小学4～6年生
- 申し込み▶電話、図書館カウンター、移動図書館としよまる
で7月22日(火)～8月5日(火)まで受け付け

※当選者は8月8日(金)に図書館ホームページで発表

特集企画

7/1(火)～8/31(日)

●AV特集企画『アゲアゲ夏休みCD特集』

音楽で夏を盛り上げよう！

●一般特集企画『旅行』



6/28(土)～8/31(日)

児童・YA特集企画

『課題図書・指定図書・自由研究』

読書感想文・感想画の指定図書・
課題図書と自由研究に役立つ資料を特集！

浦添市立図書館

☎(876) 4946 開館時間: 午前9時30分～午後7時
休館日: 毎週月曜日

〈申し込み方法〉電話・カウンターで受け付けます。
7月1日(火)～各イベント前日まで。

詳しくは
こちらから▼



7/25
(金)

としょかんたんけん隊

普段は入れない閉架書庫や
としよまるを探索します！

- 時 間▶午前11時～11時45分
- 対 象▶小学生の親子
- 定 員▶3組(6人程度)※先着順

8/2
(土)

アメリカの図書館司書による スペシャルおはなし会

アメリカの図書館司書による英語での読み聞かせ

- 時 間▶午前11時30分～正午 ■定 員▶先着10組



8/8
(金)

10代・20代に向けた やさしく学ぶ詩入門

詩を書いてみませんか？

- 時 間▶午前10時30分～正午
- 定 員▶20人(先着順)
- 対 象▶YA世代(13歳～22歳)



浦添グスク・ようどれ館

☎(874) 9345 開館時間：午前9時～午後5時
休館日：月曜日(ただし、祝日は開館)

〈申し込み方法〉電話で受け付けます。

7/27 (日) 「浦添グスク・ようどれ探検」参加者募集

みんなで浦添グスクや浦添ようどれを探検してみよう！
夏休みに親子で郷土の歴史や文化にふれてみませんか？
大人同士の参加也大歓迎です。

- 時 間▶受付・出発：午前8時30分～9時
終了：正午予定 ※雨天中止
- 場 所▶浦添グスク・ようどれ館
- 対 象▶小学生以上(小学生は大人の同伴が必要です)
- 費 用▶大人・子ども共に1人500円(保険料など)
- 定 員▶100人(要予約・先着順)※当日申し込み不可
- 申込締切▶7月24日(木)午後5時まで



浦添市美術館

☎(879) 3219 開館時間：午前9時30分～午後5時
休館日：月曜日

〈申し込み方法〉

浦添市美術館HPから申し込みください。
または浦添市美術館窓口より申し込みください。

※申し込みの際は、参加者氏名・保護者氏名・電話番号・学年・年齢・メールアドレス・浦添市内在住かを明記ください。
※応募者多数の場合は、抽選で参加者を決定し当選者へ美術館からご連絡します。
※汚れても良い服装で参加ください。

8/3 (日) キラキラ★沈金体験

沈金技法をつかって、オリジナル漆器を作ろう！
※うるしを使用するのでかぶれる可能性があります。
※保護者同伴の場合は常設展観覧料が別途必要になります。

- 時 間▶[午前の部] 午前9時40分～正午
[午後の部] 午後1時40分～4時
各回 常設展をみんなで見学します

- 講 師▶知花みのり氏
- 対 象▶小学5年生以上
- 定 員▶各回10人
- 参加費▶1,700円
- 持ち物▶作成したい絵柄
※彫刻刀を使います
- 申込期間▶7月3日(木)～
7月21日(月)



8/11 (月) 自分だけのヤンバルクイナのお面をつくろう！

みて・きて・つくって！ヤンバルを楽しく学べる山の日イベント。
ヤンバルの自然を守る「やんばる珍道中」が浦添にやってくる！
かわいいヤンバルクイナのチムの紙芝居(無料)もあるよ。

- 時 間▶①午前10時～
②午後1時～
③午後3時～(各回90分)

- 定 員▶各回10人程度
- 対 象▶3歳以上
※小学生以下は保護者同伴

- 参加費▶事前申込1,000円
(当日は1,100円)

- 講 師▶やんばる珍道中
造形アーティスト 仲宗根浩氏
- 申込期間▶7月11日(金)～8月1日(金)



8/7 (木) しまくとうば講座 8/14 (木) うちなあくちで日記を書こう

夏休みの思い出を、うちなあくちで学び、深めます。
(1回目) おうちで書いてきた日記をうちなあくちにします。
(2回目) うちなあくちで発表会をします。

- 時 間▶午前10時～正午
- 場 所▶中央公民館2階第1研修室
- 講 師▶公民館サークル「語やびら沖縄語会」
- 対 象▶小学生(親子可) ※2回参加できる人
- 持ち物▶筆記用具・日記の下書き・原稿用紙・水筒
- 申込期間▶7月4日(金)～7月25日(金)まで

8/12 (火) 親子で島ぞうりアート (全2回連続講座)

- 時 間▶午前10時～正午
- 場 所▶(1日目) 中央公民館視聴覚室
(2日目) 浦添工業高校
- 講 師▶浦添工業高校生
- 対 象▶小学生(親子)
- 定 員▶5組
- 持ち物▶島ぞうり1組1足、筆記用具、水筒
- 申込期間▶7月22日(火)～7月30日(水)まで

浦添市養蚕絹織物施設 サン・シルク

☎(943) 3469 開館時間：午前9時～午後5時
休館日：月曜日(祝日に当たる場合は翌日)

〈申し込み方法〉電話で受け付けます。

8/2 (土) 蚕の糸でランプシェードづくり 8/3 (日)

- 時 間▶①午前10時 ②午前10時40分
③午前11時20分 ④午後1時30分
⑤午後2時10分 ⑥午後2時50分
- 参加費▶1,800円
- 定 員▶各回6人

常設展 [予約制] 機織り体験

初心者でも簡単！予約制でコースターや
しおりの織り体験ができます。

- 費 用▶コースター1,500円
しおり1,000円

日記は家で
書いてきてね！

中央公民館

☎(879) 5503 開館時間：平日午前9時～午後5時
閉館日：土日・祝日

〈申し込み方法〉

右記の二次元コードから申し込みください。

※各講座の定員を超えた場合は、事務局にて抽選となります。

7/28 (月) 水のふしぎ～知らない世界 をのぞいてみよう～(全2回)

※1回のみ参加もOKです

水の役割や環境などへの影響をゲームや
実験で学びます。

- 時 間▶午前10時～正午
- 場 所▶中央公民館3階 ホール
- 講 師▶照屋孝氏
- 対 象▶小学生(親子可)
- 定 員▶20人
- 持ち物▶筆記用具(えんぴつ)、
クレヨン、水筒
- 申込期間▶7月1日(火)～7月17日(木)まで

7/28 (月) Mr.カガックの科学工作教室

(1日目) 光の実験と工作
(2日目) 電気の実験と工作

- 時 間▶午後2時～4時
- 場 所▶中央公民館3階 ホール
- 講 師▶Mr.カガック金城 靖信氏
- 対 象▶市内在住・在学の小学4年生～
中学3年生
- 定 員▶20人(各回)
- 持ち物▶はさみ、のり、テープ、
筆記用具、水筒
- 申込期間▶7月1日(火)～7月17日(木)まで

7/31 (木) 読書感想文 書き方講座(全2回)

- 時 間▶午前10時～正午
- 場 所▶中央公民館2階 第2研修室
- 講 師▶崎山潤氏
- 対 象▶市内在住・在学の小学4年生
～中学生(2回参加できる人)

- 定 員▶20人
- 持ち物▶水筒、筆記用具、原稿用紙、
感想文の対象書籍
- 申込期間▶7月2日(水)～
7月23日(水)まで

本は事前に読んできてね

ニュージャージー州出身。
2024年8月1日国際交流員
(CIR)として浦添市役所
国際交流課に配属。

ゆくいみそ〜れ〜!

ジェイソンと

ひと息カフェトーク

~JASON's Cafe Talk~

Episode 10
smells yummy talk
and journey talk

原文・和訳
ジェイソン チェン
JASON CHENG

アメリカの焼肉

読者の皆さん、米国の7月といえば、やはり7月4日の独立記念日。多くの人が家族や友人と朝から庭でバーベキュー（BBQ）を楽しみながら、テレビを見たり、音楽を聞きながら冷たいビールやコーラを飲んだりして夜の花火まで一日中のんびりとパーティーをして過ごします。

「BBQ」といっても、米国では地域によって味付けや調理方法が大きく異なります。豚の丸焼きが特徴の「カロライナ流」、ドライスパイスとウェットソースが争う「メンフィス流」、トマトソースのこだわりと肉の種類が豊富な「カンザス流」、そして最も親しまれている、燻製とシンプルな味付けが特徴の「テキサス流」と、大きく分けて4つの流派があります。「テキサス流」の中でも、メキシコの風味（スパイス・サルサ）を使ってタコスのように食べる「テクス・メクス流」は、より一層美味しいです。機会があればぜひ一度食べてみてください!

また、中国では広東の叉焼や焼き鴨とクミンのラム串焼き（清真料理）、韓国では肉のほかにパンチャン（小皿料理）も欠かせません。各国の焼肉の形は違っても、本質はみんな一緒。美味しい肉を囲み、人とつながる楽しいひと時であります。

America's Yakiniku

When it comes to July in the US, it has to be the 4th of July—Independence Day. Many spend the whole day with family and friends relaxing and enjoying a BBQ party. Starting in the morning by grilling in the backyard, watching TV, listening to music, drinking cold beer or cola, until nighfall and the fireworks rise.

When we say “BBQ,” the flavorings & cookery varies greatly by region in the U.S. There’s the Carolina-style, known for its whole roasted hog; the Memphis-style, where “dry rub” & “wet rub” factions compete; the Kansas-style, with its devotion to a tomato-based sauce & wide variety of meats; and finally, the most widely loved of them all, the Texas style, characterized by minimal sauce & a focus on smoking. Even within the Texas style, the Tex-Mex style—adding Mexican flavors like spices & salsa, and eating BBQ almost like tacos—is especially delicious. If you ever get the chance, definitely give it a try!

Furthermore, in China, BBQ ranges from Cantonese roast pork & ducks to Halal cumin lamb skewers; in Korea, banchan small dishes are quintessential with the meats. Yakiniku may differ globally, but in essence the same: joyful social gatherings around delicious meats!

浦添市公式
Instagramにも
投稿してるよ!

てだっ子STUDIO

てだこキッズファースト
宣言大使
てだ子

スタジオ

新垣 辰乃丞 ちゃん (1歳)

大城 璃空 ちゃん (3か月)

平良 紀龍 ちゃん (2歳)

【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。
応募はこちら▲

新しく始まる子育て支援制度の一つに「こども誰でも通園制度」というものがあります。略して「だれつつ」とも呼ばれているこの制度は、これまでは基本的に保護者が就労しているなどの理由で「育児ができない方」が対象であったが、この「だれつつ」制度により、就労要件を問わずに「誰でも」保育園やこども園を月10時間程度利用できるようになります。

また、これまでの一時預かり制度では保護者の育児負担の軽減が主な目的でしたが、この「だれつつ」では、子ども自身に主眼を置いて、全ての子どもの育ちを応援し、良質な生育環境を提供することが目的です。つまり、保護者のリフレッシュタイム確保だけではなく、その子自身が、お家とは違う環境で同じ年頃の子どもたちに囲まれた集団生活を通して初めての社会性を身に付けていく体験をすることができるよう



▲市の公式 LINE アカウントのリッチメニュー「こども誰でも通園制度」から簡単にアクセスできます。

私たちは浦添市が子どもたちの笑い声と元気が溢れるキッズ・ファーストの街になるためには、市長や市役所の努力だけでは不可能です。保育や医療、教育などの関係者と、それを理解し応援してくださる市民の皆さんの協力が不可欠です。これからも保育関係者の皆さんへの応援よろしく願います！



はいよいよ「だれつつ」が始まります!

ていく体験をすることができるよう



簡単!健康!サッと作れる!

サッとごはん



いつもの刺身を簡単アレンジ
かつおの磯辺焼き



材料(2人分)

- かつお(刺身用) ……………200g
- 料理酒 ……………小さじ1
- しょうゆ ……………小さじ1
- にんにくチューブ ……………3cm
- 青のり ……………小さじ2
- すりごま ……………大さじ1
- 片栗粉 ……………大さじ1/2
- サラダ油 ……………大さじ1/2

作り方

- ①かつおは1cmの厚さに切る。
- ②ポリ袋に①のかつお、料理酒、しょうゆ、にんにくチューブを入れ、もみ込む。
- ③②に青のり、すりごま、片栗粉を加えて、まぶす。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、③の両面をこんがり焼いたら完成!

栄養成分表示(1人当たり)

エネルギー 177kcal/食塩相当量 0.7g

うめ〜しポイント

刺身やタタキがお馴染みのかつおを簡単アレンジ!
青のりやごまの香りが、かつおのクセをやわらげてくれます。
まぐろやサーモンなど、お好みの魚を使ってもOK!

レシピ提供: 健康づくり課



◆＝要予約・申し込み



ちゅどんどん施設情報

浦添市美術館
☎(879)32119
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7年度 第1期常設展
「戦後80年 沖縄戦前戦後の漆器」令和6年度新収蔵品展」

沖縄戦前後の世替わりを漆器で紹介。また、昨年度に購入した作品と寄贈の漆器を紹介。期間 9月7日(日)まで

「ギャラリートーク」
日時 毎週日曜日午後2時～
座談会「輪島のはなし」

輪島と沖縄の漆芸家が登壇。日時 7月11(金)午後2時～
共催 沖縄県、浦添市美術館



◆夏休みこども体験教室
●「沈金教室」

日時 8月3日(日)
①午前9時40分～正午
②午後1時40分～4時
参加費 1700円

対象 小学校5年生以上
定員 各回10人
●ヤンバルクイナのお面をつくろう！

日時 8月11日(月)山の日

①午前10時～②午後1時～
③午後3時～(各回90分)
参加費 千円(当日申し込みは1100円)
対象 3歳以上
定員 各回10人

浦添市立図書館
☎(876)4946
■休館日：毎週月曜日

7月1日(火)～各イベント前日まで電話・カウンターにて受け付けています。

◆おはなしの部屋
「おはなしの木の家」による語り聞かせや絵本の読み聞かせ。今回は「虫のおはなし」です。

日時 7月12日(土)午前11時30分～正午
場所 図書館1階かたりの部屋
対象 4歳以上

■英語のおはなし会

浦添市国際交流員による英語絵本の読み聞かせ。

日時 7月15日(火)午後3時30分～4時
場所 図書館1階かたりの部屋

◆にこにこあかちゃんおはなし会
絵本と手遊びを中心としたおはなし会。

日時 7月18日(金)午前10時30分～11時
場所 図書館1階かたりの部屋

対象 0～2歳児とその保護者
定員 10組(先着順)
■アメリカンシネマ上映会
『ハイスクール・ミュージカル』

日時 7月20日(日)午後2時

対象 本人、家族、友人などを問わず、どなたでも相談できます。
費用 無料
電話相談専用ダイヤル ☎070(5491)3228
※相談員は1人のため、1回の相談時間は30分以内でお願いします。



▲詳しくはこちら

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
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など、心配なこと、気になることがありますら、気軽に相談ください。

日時 【平日】午前8時30分～午後5時(正午～午後1時を除く)
場所 保健相談センター

浦添市消防本部
☎(875)0119
■午前9時～午後5時
電話・窓口対応は土日・祝日除く

◆救急法講習会(上級)
「助けたい思いをワザに救急法」
成人・小児・乳児に行う心肺蘇生法(AED含む)、外傷の処

置、止血法、異物除去法、患者搬送など
日時 7月19日(土) 午前9時～午後6時(1時間の休憩あり)
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)
申し込み 電話受け付け(講習日前日まで。定員に達し次第締め切り)

(97分)

場所 図書館2階 視聴覚室
※英語音声・日本語字幕付き。
(途中入退室自由)

■第16回暮らしに役立つ図書館講座「詩の教室」詩を書いてみませんか？

日時 8月30日(土)午後2時～4時(質疑応答・休憩含む)
場所 図書館2階 視聴覚室
対象 18歳以上で詩に興味のある人

定員 14人(先着順)
※8月10日(日)までに「日々の楽しみ」懐かしいものの「のどちらかをテーマに詩を提出ください。

市民協働・男女共同参画
ハモニースセンター
☎(874)5711

◆令和7年度 共働き・子育て応援講座「夫婦会議」のすすめ
●第1回講座
「子育てとお金の不安を解消！お金の『夫婦会議』はじめませんか？」

子育て世帯が知っておきたい「お金に関する知識を学べます。日時 7月27日(日)午前10時～11時30分
申込期限 7月21日(月)
●第2回講座
「心理学×空間デザインで家族の絆を深める『夫婦会議』でつくる『幸せな住まい』実践講座」

家族の幸せ度や自己肯定感がアップする間取り、家具の配

置、止血法、異物除去法、患者搬送など
日時 7月19日(土) 午前9時～午後6時(1時間の休憩あり)
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)
申し込み 電話受け付け(講習日前日まで。定員に達し次第締め切り)

浦添リサイクルプラザ
☎(861)3196
■休館日：毎週月曜日、22日(火)海の日
振替休

◆各イベント電話受け付け。
◆ダンボールコンポスト熟成の仕方と堆肥の使い方
日時 7月27日(日)午後1時30分～3時
参加費 100円
持ち物 筆記用具、投入中のコンポスト
定員 10人

■不用品提供のお願い

衣類、中高生の制服、本(マンガや週刊誌は除く)、台所用品、ベビー用品その他雑貨(電池・電気用品は除く)など誰かに使ってほしい物がありましたら、衣類や食器は洗って次の方が気持ち良く使える状態での持ち込みをお願いします。

※持ち込みの際は、住所を確認できる運転免許証などをご持参ください。

※持ち出しの際はマイバッグをご利用ください。

サマージャンボ宝くじ

1等・前後賞合わせて
1等……………5億円×23本
前後賞各……………1億円×46本
(発売総額690億円・23ユニットの場合)

7億円

同時発売
サマージャンボミニ

1等・前後賞合わせて
1等……………3千万円×70本
前後賞各……………1千万円×140本
(発売総額210億円・7ユニットの場合)

5千万円

発売期間 7/11(金)～8/11(月) 8/21(木)
抽せん日

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。宝くじは宝くじ売り場等で購入してください。インターネットでも宝くじが購入できます！詳しくは宝くじ公式サイトをご確認ください。

【問い合わせ】財政課 ☎(876)1202

「沖縄県動物の愛護及び管理に関する条例」

が令和6年12月に制定されました！

県内で、多数の動物の不適切な飼養管理や飼い主のいない猫への不適切な給餌などの問題があることから、人と動物が共生する社会の実現を目的として制定され、令和7年7月1日から施行されます。

沖縄県環境部自然保護課 ☎(866)2243

詳しくはこちら▲

乳幼児・ママさん健診

☎こども家庭課 ☎(876)6825

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 【後期】 9～10か月児	7月20日(日) 午後0時45分～2時45分 午前8時45分～10時45分	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。
幼児健診(集団健診) 要予約	1歳6か月児(全回木曜日) 3歳児(全回水曜日)	7月10日、17日、31日 7月2日、9日、16日、30日	午後1時15分～2時30分 ▲アプリダウンロードはこちら

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。

歯科健診(個別健診)

対象 2歳児 妊 婦

・日程、受付時間、場所については市と契約している歯科医療機関に問い合わせください。

産婦健診(産後8週以内)

・日程、受付時間、場所については市と契約している医療機関に問い合わせください。

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。

日 時	対 象
7月11日(金) 午後1時～3時	4～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住者)
場 所	申し込み
保健相談センター	7月8日(火)まで

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。

日 時	場 所	対 象	申し込み
8月10日(日) 午前9時～正午	保健相談センター	妊婦さんとそのパートナー(市内在住者)	7月10日(木)～24日(木)まで

産後ケア事業

助産師さんが家庭訪問等を行い、心身ケアや育児相談などをを行います。

詳しくはこちら▶

※委託施設の変更があります。

※ベビースクール(離乳食教室)とマタニティスクールは「母子モ」アプリでの事前予約が必要です。

1988

中国泉州市と友好都市締結



1990

美術館開館



1998

人口 10 万人突破！



2002

第一回でだこウォーク



2018

祝！西海岸道路開通！



夢のかけはしリレーマラソン・ウォーク



2019

モノレール延長開業



西海岸サンエーパルコシティオープン



浦添市は、 今年で 55 周年です。

かつては田畑が広がっていたここ浦添も、市民とともに少しずつ変化を重ね、いまでは賑わいあふれる町並みへと生まれ変わりました。

本特集では、懐かしい当時の写真や人々の語りを通じて浦添市の「あの頃」「いま」「これから」の歩みを振り返ります。市民の皆さまも、これからの浦添市について一緒に想いを巡らせてみませんか？



浦添市市制施行 55 周年を迎えるにあたり、市民の皆様方とともに喜びを分かち合える幸運に浴し、深く感謝申し上げます。

本市は村から市に昇格した昭和 45 年以来、今日に至るまで「太陽とみどりにあふれた国際性ゆたかな文化都市」の実現

を目指し、まちづくりに取り組んでまいりました。

また、今年は戦後 80 年という節目の年にあたります。沖縄戦の中でも、浦添の前田高地は激戦地の一つに挙げられており、尊い命だけではなく、これまで育まれてきた伝統や営みの多くが破壊されました。そのような状況から、たくましく立ち上がり、戦後復興の歴史を本市の輝かしい発展の歴史に重ねてられました先人たちに心から感謝と敬意を表します。

このような歴史を背景とし、市民並びに各種団体や各企業の皆様と一緒にまちづくりを展開し、各分野において時代に即した快適な環境を整え、今日の魅力溢れる浦添へと発展しております。

そして、これまで先人が築いてきた市内各地の魅力を十分に活かしながら、更に輝く「でだこの都市」となるよう全力で市政運営に取り組んでまいりますので、市民の皆様をはじめ、関係団体並びに企業の皆様には、引き続きお力添えを賜りますよう、お願い申し上げます。

バトン繋いで 55 年
これからも全力浦添！

浦添市長 松本哲治

浦添市誕生

1970

市昇格パレード



1973

若夏国体



木・ホルトノキ



花木・オオゴトウヨシ



1974

市の木・花木・花制定



花・オオバナアリアケカズ



1978

第一回でだこまつり



1981

愛知県蒲郡市と友好都市提携



1985

図書館開館





ひとりひとりが映す浦添のかたち

浦添市で暮らす中学生、浦添村時代から住み続ける高齢者、そして子育て真っ最中の家族、それぞれの視点で感じた「このまち」について聞いてみました！



浦添歴
87年
新垣
竹子さん

Q 「村」時代の思い出を教えてください。

小学生の頃は外遊びばかりで、お手玉やおはじき、けんけんぱ一、石なご、陣取りなどいろんな遊びをしていました。浦添小学校に歩いて通っていて、道も悪くとても大変でした。中学卒業後から働き始めて、私は会社に務めていたけど、本土復帰前の当時はアメリカ人宅で働くメイドや軍の寮のハウスポイなどいろんな仕事があったね。

Q まちが発展して一番驚いたことは？

昔は、全部さとうきび畑で空き地と小さな家があるだけだったのに、今では大きい道ができて、アパート・マンションなど家もたくさんで全然違う。病院も、昔は小さな診療所しかなかったけど、今では浦添総合病院みたいな大きな病院もできているから発展したなあ、と思います。また、本土復帰後は右車線から左車線に、左ハンドルから右ハンドルになってみんな道がわからなくなって大混乱でしたよ。

Q 若い頃と比べて、まちの“いいところ”は何ですか？

スーパーや病院が増えたことはいいことだね。それと、道が広がって、どこにでも車でいけるようになったね。昔は、車があっても道が舗装されていないから通れない道がたくさんありました。私も、いつのまにか細くて泥道になっているところに入ってしまった、四苦八苦した記憶があります。

また、今は年寄りが集まって習い事をしたり遊んだりして過ごせる場所があって、みんなで楽しく健康でいられるようになったと思います。



Q 55歳を迎えた浦添市にひとこと！

私は、生まれてからずっと浦添に住んでいて、一度も他の地域へ移りたいと思ったことはありません。民生員をやったり民謡や踊りを地域のみんなに教えたりして、友達もたくさん作ってとても楽しく過ごしています。これからも、子どもたちが健やかに元気で過ごせるようなまちであってほしいですね。



仲地さん
ご夫婦
浦添歴18年
れん
廉さん
浦添歴22年
るな
瑠奈さん

Q ご家族と一緒に行く「お気に入りの場所」は？

家の近くにある浦西団地周辺の公園をよく巡っています。このエリアには公園が数多くあり、天気の良い日には散歩を兼ねていくつかの公園をはしごするのが楽しみのひとつです。雨の日や天候が優れない日には、サンエー経塚シティやバルコシティなどの商業施設内の遊びパークを訪れることが多いです。屋内でも子どもたちが元気に遊べる場所があるのは、とてもありがたいと感じています。(廉さん)

Q 家族と暮らす中であったら嬉しいサービスは？

安心して子どもを連れて行ける場所やサービスがもっと身近に、気軽に利用できるようになったら嬉しいです！例えば、公園におむつ替えスペースや授乳室が整備されていたり、商業施設や病院の近くに一時預かりの託児所が併設されていると、急な用事や通院の際にもとても助かります。(瑠奈さん)



Q お子さんに将来どんなまちで育ってほしい？

子どもには、自然とふれあいながらのびのびと育ち、地域の人たちとのつながりを感じられるような温かいまちで育ってほしいと思っています。安心して遊べる場所や子育て家庭を支えてくれる環境が整ったまちだと嬉しいです。(廉さん)

Q 55歳を迎えた浦添市にひとこと！

浦添市、55周年おめでとうございます！私は3歳の頃からずっと浦添で育ち、結婚して子どもが生まれた今も変わらずこのまちで暮らしています。浦添市は、私にとって安心して過ごせる場所であり、子どもを育てるにもあたたかくて住みやすいまちです。これからもずっと、家族とともにこの大好きな浦添で日々を重ねていけたら嬉しいです。いつまでも笑顔あふれる、素敵なおまちであり続けてください！(瑠奈さん)

浦添歴
13年
るか
山城 瑠々華さん
浦西中学校 2年

Q このまちで好きな場所は？

経塚シティとかパークレー。お姉ちゃんによく行くのは(経塚の)コメダ珈琲とか！友達とご褒美でたまーにスタバも行ったります！友達と夜ご飯食べる時はスシローとかかな！



Q 放課後はなにをして過ごしてる？

部活したり、休みの日は友達と家で遊んだりお菓子パーティーとかしてる！あと、部活終わりに友達と保育園の下に停まってるバンドラっていう移動販売のパン屋さんでパンを買って帰りながら食べたりする時間も好きです！



Q 将来、どんなまちになってほしい？

将来は、老若男女楽しめる飲食店があったり、今の中学生が楽しめるようなイベントやお祭りとかがあれば嬉しいし、そこで買いやすい値段の商品が、屋台で売ってくれたりしたら嬉しい！！

Q 55歳を迎えた浦添市にひとこと！

55歳おめでとう！いつも安心安全で家族とも友達とも楽しめるまちでめっちゃ大好き！これからも悪いことが起きて浦添市が汚れたりしないようにみんな仲良くしたい！

浦添歴
13年
相原 あおさん
浦西中学校 2年

Q このまちで好きな場所は？

最近できたてだこ浦西駅前のイオンです。ミスタードーナツやマクドナルドなど飲食店があり、友達と歩いて行ける場所なのでとてもお気に入りです！！

Q 放課後はなにをして過ごしてる？

放課後は部活や習い事をしています。部活の帰りに友達としゃべりながら帰るのが楽しいです！

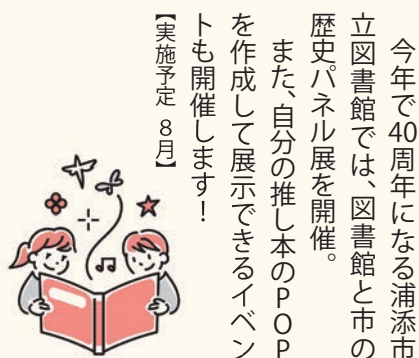


Q 将来、どんなまちになってほしい？

みんなが、もっとやりたいことを学べる環境になってほしい。例えば、スポーツや勉強など家庭の事情で、学べない子どももいるから、みんなが平等に取り組めるまちになってほしいです。

Q 55歳を迎えた浦添市にひとこと！

浦添市55周年おめでとうございます！今後の浦添市の子どものためにできることを考え市民が満足できるまちを作ってください！！



今年で40周年になる浦添市立図書館では、図書館と市の歴史パネル展を開催。また、自分の推し本のPOPを作成して展示できるイベントも開催します！
【実施予定 8月】

浦添市立図書館は
40周年！



● 尚寧王の道を訪ねる
うらおそい歴史ガイドの案内で、浦添グスクから首里城まで文化財を巡りながら、歴史の道を歩きます。
【開催予定日】
11月3日(月)
※雨天中止

● 浦添グスク・ようどれ探検
NPO法人うらおそい歴史ガイド友の会の案内で、浦添グスクや浦添ようどれを探検！詳しくは、本誌掲載「夏休み特集(ページ)」をチェック！

浦添の歴史を知る

▼ラッピングデザイン



市制施行55周年にかけて、路線バスの系統番号55番牧港線が55周年特別バージョンに！普段バスを利用しない人も、ぜひこの機会にバスを利用してみてください。なお、系統番号55番牧港線以外の系統でも本ラッピングバスが運行している場合があります。乗車時には十分注意してください。

系統番号55番牧港線
バスラッピング

少しだけご紹介！
市制施行55周年
記念イベント

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。



5/27 学卒者の就活支援協力を呼びかけ

市内の新規学卒者の就職活動を支援するため、那覇公共職業安定所の山城所長と松本市長が、浦添商工会議所の又吉康多郎会頭を訪ね、学卒求人の確保と求人票の早期提出を企業に働きかけるよう要請しました。山城所長は、「県内企業の求人票の提出時期が全国に比べると遅いため、学生に情報が届くのが遅れ、就職活動の動き出しが遅くなる。その分、企業とのミスマッチを引き起こし早期退職につながってしまうので、企業の協力が不可欠だ」と話しました。その後の意見交換で、又吉会頭は「依然として人手不足感はある。企業と連携して求人票の早期提出を進めることで、ミスマッチを減らし、課題解決に向けて取り組んでいきたい」と応じました。



5/26 第62号 輝くてだこ市民賞

今年2月に神奈川県で開催されたハワイアンフラの日本大会「Hula`Ōni`E Japan2025」の古典フラ部門で優勝した砂川みなみさん(仲西在)、神谷杏奈さん・亜莉珠さん親子(仲間在)が第62号となる輝くてだこ市民賞を受賞しました。

3人は「ハーウフラ・マーナイヤカラニイヤーパナ」というマウイ島に本校を持つフラグループに所属しており、今回日本で上位レベルのフラ大会で見事な成績を収めました。

受賞について砂川さんは「多くの人の関わりのもと、大会に出場できたことに感謝します」と話し、神谷杏奈さんは「子どもがいながら、働きながらも趣味に挑戦できることやフラの良さを広げていきたい」と感謝と抱負を話しました。3人は8月末にハワイのオアフ島で開催される世界大会にチームで挑みます。



5/18 突然の警報にも自分の身を守る行動を

弾道ミサイルを想定した住民避難訓練が実施されました。訓練は、警報が鳴った際に施設等管理者の誘導により、てだこ広場から施設内に入って頭を守る姿勢を取るというもので、関係者56人、市民ら32人の総勢88人の参加がありました。参加者からは「今後も訓練は実施してほしい」、「もっと広く市民に呼び掛けた方がよい」などの声がありました。

午後からは、(一社)まちづくりうらそえの大城喜江子氏による勢理客地域防災の取り組み紹介などの6つの講演やカレーの炊き出しでのアルファ化米の試食、足湯体験などの防災フェアも開催され、延べ250人がフェアを楽しみました。

副市長が決まりました

第213回浦添市議会定例会において、比嘉氏の副市長就任が決定しました。



比嘉 克也氏

(昭和41年生)

令和元年 浦添市市民部経済観光局長
令和2年 浦添市財務部長
令和5年 浦添市総務部長



5/29 「語りあい・笑いあい・助けあい」を合言葉に

第59回浦添市老人クラブ大会がアイム・ユニバースてだこホールで開催され、25の老人クラブの会員や来賓など、約420人が集結しました。大会では、誰一人取り残すことなく支えあう地域社会を築き、「語りあい、笑いあい、助けあい」の活動を広げ、老人福祉の一層の向上に寄与することを目的とした大会宣言を採択しました。また、特別な功労を認められた2つの老人クラブ、27個人に対する表彰も行われました。浦添市老人クラブ連合会の比嘉愛子会長は、「人生百歳時代と言われている今日、高齢者の役割はますます大きくなっています。高齢者自身の人権のためにも、誰一人取り残さない活動を広げていくことが求められています」とあいさつしました。



5/27 55周年記念キャッチフレーズ決まる

7月1日に浦添市市制施行55周年を迎えるにあたり、公募をしていたキャッチフレーズが決定しました。

多数の応募作品の中から最優秀作品として選ばれたのは、屋富祖在住の池田菜々さん作『パトン繫いで55年 これからも全力浦添!』です。作品の経緯について池田さんは「私自身は生まれも育ちも東京ですが、浦添出身の主人や主人の家族と浦添で過ごすことができていること、浦添に住んでいる方だけでなく市に関わっている方々が、この55年を繋げてきてくれて今があるんだという思いを込めました」と話しました。松本市長は「すばらしいキャッチフレーズを考えたいただきありがとうございます。多くの人、場所にこの言葉が届いてほしい」と感謝状と記念品を贈呈しました。



5/23 中国・泉州市の伝統文化を感じて

5月23日から6月23日までの間、「中国・泉州市文化交流展」が浦添市美術館で開催されました。

展覧会の開会式では市教育委員会の銘苅健教育長が挨拶を行い、「泉州市との新たな文化交流になるものだと大変嬉しく思っております。非常に貴重な機会であり、多くの市民県民にご覧いただき国際交流の発展に寄与したい」と期待を寄せました。また泉州市人民政府副秘書長の洪永佳氏は「展覧会にご尽力いただいた方々に深く感謝申し上げます。浦添市民に泉州市の魅力を知っていただきたい」と感謝と友好の意を述べました。

また、開催期間中の金曜の夜には泉州市提供のランタンが美術館を照らしました。



5/18 「クリーンデーINうらそえ」できれいな都市へ

美化意識の向上と住みよい都市づくりを目指すため、市内41自治会を中心に「クリーンデーINうらそえ」が行われました。

浦添市民憲章推進協議会では、市民憲章にある「わたしたちは、自然を愛し、みどり豊かなまちをつくります」を実施するため、毎年5月の第3日曜日を活動の日と定めて一斉清掃を実施しています。

活動に参加した親子は「子どもといっしょに街をきれいにできるいい機会になった」と話し、家族で地域の美化活動に積極的に取り組みました。地域の多くの人に参加し、中には市内企業が参加する自治会もあり、活動が地域交流のきっかけにもなりました。



お知らせ・募集



くわしくは
浦添市
ホームページへ

税金・保険・年金

後期高齢者医療制度資格 確認書について

国民健康保険課

☎ 内線 3712

●8月から資格確認書が切り替わります。

後期高齢者医療制度においては、暫定運用の継続によりマイナ保険証の有無にかかわらず、申請無しで「資格確認書」をお届けします。

※令和8年8月の年次更新までの間の暫定的な運用です。

●資格確認書の発送について

資格確認書は7月下旬までに郵送または窓口等で交付します。8月からは、医療機関の窓口にて、今回届いた資格確認書またはマイナ保険証を提示してください。資格確認書が届いたら、住所・氏名・一部負担金の割合を確認してください。



▲詳しくはこちら

令和7年度国民健康保険 資格確認書の更新について

国民健康保険課

☎ 内線 3723

「資格確認書」をすでにお持

ちの人または「資格情報のお知らせ」をすでにお持ちの70歳以上の人を対象に、8月1日から有効の、新しい「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を7月上旬ごろから郵送します。

令和7年12月1日有効期限の保険証(青色の紙の保険証)をお持ちの人は、11月上旬ごろに「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を郵送します。

ただし、修学特例(マル学)または遠隔地特例(マル遠)の被保険者については、国民健康保険課窓口での更新が必要です。

更新に必要なものは、7月上旬ごろに通知する案内文書にてご確認ください。

受付時間 午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分



▲詳しくはこちら

令和7年度国民健康保険 税納税通知書の発送

国民健康保険課

☎ 内線 3717、3723、3725

令和7年度納税通知書の発送は7月初旬ごろを予定しています。発送開始から2週間ほどで全世帯へ到達する予定です。なお、7月以降に国民健康保

しなないと未納となり、年金の受給に必要な期間には含まれません。

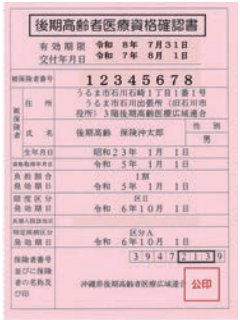
後期高齢者医療制度に加入している皆様へ

国民健康保険課

☎ (876)1717

●8月1日(金)から資格確認書が切り替わります。

新しい資格確認書は7月下旬までに簡易書留で郵送します。



●医療費が高額になったとき

1つの医療機関で月の限度額を超える医療費自己負担が発生した場合は、限度額を超える分の支払いは無くなります。2つ以上の医療機関の合計で月の限度額を超える場合は、合算後の差額を高額療養費として後日支給します。手続きの流れについては、「後期高齢者医療制度のご案内」をご覧ください。

●医療機関窓口での自己負担額を限度額までとする制度があります。

限度額適用(標準負担額減額)認定証は、マイナ保険証へ

喪失等の届出をした世帯は、7月にお送りする納税通知書に反映されない場合があります。対象世帯には、翌月を目安に変更後の通知(税変更通知)を郵送します。税変更通知が届く前に納期が過ぎる場合は、7月にお送りした納付書にて期限内に納付するようお願いします。

国民健康保険税の所得に応じた軽減措置に係る判定基準所得額の改正

国民健康保険課

☎ 内線 3717、3723、3725

令和7年度より国民健康保険税の軽減判定基準所得額が次のとおり改正されます。ただし、所得申告をしていない場合、軽減の適用はされませんのでご注意ください。

軽減割合	令和7年度判定基準所得額
7割	43万円+10万円 ×(給与所得者等の数-1)以下
5割	43万円+30万5千円 ×(被保険者数)+10万円 ×(給与所得者等の数-1)以下
2割	43万円+56万 ×(被保険者数)+10万円 ×(給与所得者等の数-1)以下

任意記載事項記載の申請 申請場所 国民健康保険課窓口 申請に必要な物

①資格確認書
②申請者の本人確認ができるもの(運転免許証等)
●保険料に関する通知書が届きます
通知時期 7月中旬
特別徴収の人
年金支給の際に、年金から保険料が天引きされます。申し込みににより口座振替に変更できる場合があります。
●普通徴収の人
口座振替または納付書で納期限内に納める必要があります。納付書は「後期高齢者医療保険料額決定通知書」に同封されています。納付場所については、納付書の裏に記載されています。

の移行により令和6年12月2日に廃止されました。医療機関の窓口でマイナ保険証を提示すれば、一部負担金の支払いが月の自己負担限度額までとなります。

また、資格確認書の「限度区分」「特定疾病区分」の欄(任意記載事項という)が空欄で記載が無い人は、申請により「限度区分」「特定疾病区分」が記載された資格確認書を交付します。

医療機関の窓口にて任意記載事項が記載された資格確認書を提示すると、支払い(自己負担額)を高額医療費の自己負担限度額にとどめることができます。

●任意記載事項記載の申請
申請場所 国民健康保険課窓口
申請に必要な物

①資格確認書
②申請者の本人確認ができるもの(運転免許証等)
●保険料に関する通知書が届きます
通知時期 7月中旬
特別徴収の人
年金支給の際に、年金から保険料が天引きされます。申し込みににより口座振替に変更できる場合があります。

●普通徴収の人
口座振替または納付書で納期限内に納める必要があります。納付書は「後期高齢者医療保険料額決定通知書」に同封されています。納付場所については、納付書の裏に記載されています。

国民健康保険税の賦課限度額の改正

国民健康保険課

☎ 内線 3717、3723、3725

令和7年度より国民健康保険税の医療分および支援分の賦課限度額が次のとおり改正されます。

●賦課限度額改正後

医療分賦課限度額 66万円
(+11万円)
支援分賦課限度額 26万円
(+2万円)

※介護分の賦課限度額に変更はありません。

国民健康保険の給付に関する各種証の切り替え

国民健康保険課

☎ 内線 3714

●「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日です。

8月1日以降も継続して証が必要な人のうち、長期入院該当による食事代の減額を受ける人は国民健康保険課窓口で更新手続きが必要です。

▼手続きに必要なもの

①申請者の本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカード等)
②世帯外の人が申請する場合は世帯主直筆の委任状
③過去12カ月の入院日数が90日を超えることがわかる領収書や証明書

※長期入院該当ではない「限度額適用認定証」をお持ちの人は、

ます。口座振替で納めたい場合には、最寄りの取扱金融機関や浦添市ホームページの「浦添市Web口座振替受付サービス」で申し込みができます。

※普通徴収の保険料の納付は7月からです。

●入院したときの食事代が令和7年4月1日から改正されました。

所得区分	1食分当たりの食事代
現役並み所得者	510円
一般Ⅰ・Ⅱ	510円
区分Ⅱ(過去1年間の入院期間が90日以内)	240円
区分Ⅱ(過去1年間の入院期間が91日以上)※	190円
区分Ⅰ	110円

※長期入院該当になる人は、申請が必要になりますので、入院日数が分かる書類などを持参し、国民健康保険課窓口で申請してください。

後期高齢者医療制度医療費の自己負担割合について

国民健康保険課

☎ 内線 3731

同一世帯に住民税課税所得が145万円以上の後期高齢者医療制度の被保険者がいる場合の所得区分を「現役並み所

原則窓口での更新手続きが不要です。しかし、オンライン資格確認できない医療機関を受診する場合や国保税に滞納がある場合等は、国民健康保険課給付係まで問い合わせください。

●特定疾病療養受療証の更新 手続きは不要です。

新しい受療証を7月中に簡易書留で郵送します。

国民健康保険税の減免申請

国民健康保険課

☎ 内線 3717、3723、3725

災害または被保険者の失業等により、国民健康保険税を納めるのが困難なときは、申請により減免を受けられる場合があります。

申請には期限があります。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▲詳しくはこちら

令和7年度「国民健康保険税」および「後期高齢者医療保険料」第1期納期限

国民健康保険課

☎ 内線 3717、3722

令和7年度「国民健康保険税」および「後期高齢者医療保険料」第1期納期限は7月31日(木)です。納め忘れにご注意ください。

得者」といい、医療費の自己負担割合は3割となります。

ただし、次の①②③のいずれかの要件に該当する場合、申請すると、「一般Ⅱ」または「一般Ⅰ」の区分と同様になり、自己負担割合が2割または1割になります。

①同じ世帯に被保険者が一人の場合、その人の年収が383万円未満であるとき。

②同じ世帯に被保険者が複数いる場合、その全員の年収が合計で520万円未満であるとき。

③同じ世帯の被保険者が一人、同じ世帯の70歳から74歳の人も含めた年収が520万円未満であるとき。



▲詳しくはこちら

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の徴収猶予

国民健康保険課

☎ 内線 3717、3721

災害・病気等により、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の納付が困難な場合は、法令等に基づき徴収の猶予を受けられる場合があります。市ホームページまたは電話でご確認ください。



▲詳しくはこちら

暮らし・環境・福祉

台風対策はしっかりと
上下水道部

☎(877)4869

台風が接近してから対策を行うのは非常に危険です。台風接近前に次の点を確認してください。

- 台風対策について**
- ①高架タンクに水を溜めておきましょう。
 - ②高架タンクのふたをしっかり閉めましょう。

水の使用について

台風接近時には、万一の断水に備えて各自で飲料水を容器に確保し、また生活用水(トイレ・その他)を浴槽等に溜めて水の確保をお願いします。

電力が復旧しても水が出ないときは、建物管理者(管理不動産会社等)へ連絡、確認するようお願いいたします。



▲詳しくはこちら

介護予防教室に参加し元氣な高齢者を目指しましょう

☎(876)1292

「生きている貯筋くらぶ(筋トレ・アクアトレーニングくらぶ(水中運動))」

8月から介護予防教室を開催します。教室により開催日時

実施内容が異なります。

子育て・教育

児童扶養手当の現況届

☎(876)1730

児童扶養手当の受給資格認定者は、受給資格確認のため「現況届」が必要です。今年度から届け出がオンラインによる方法へ変わります。対象者には、案内通知を送付しますので、案内通知に記載の二次元コードから回答をお願いします。詳細は通知またはホームページでご確認ください。不明な点がございましたら、こどもえがお課までお問い合わせください。

オンライン回答期限

8月1日(金)～29日(金)
※回答内容によってはオンラインで完結せず、窓口での手続きが必要となる場合がありますので、ご了承ください。

※所得の申告がまだの人は、オンライン回答前に申告をお願いします。



▲詳しくはこちら

母子及び父子家庭等医療費助成の現況届

☎(876)1730

母子及び父子家庭等医療費

その他

市役所内「若年者ジョブトレーニング出張就活相談会」のお知らせ

☎(866)3611

何がしたいか、何が向いているのかわからないキミのためのジョブトレ就活プログラム始動！

まずは、浦添市役所内での出張就活相談会へお気軽にお越しください。

日時 7月2日(水)
①午後2時～3時
②午後3時～4時
③午後4時～5時

物価高騰に伴う支援給付金

問い合わせ

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、3月上旬に確認書を送付しました。内容を確認し、返信が必要な人は、**令和7年7月31日(木)まで(※必着)**に返信ください。

- ※令和6年12月13日時点で浦添市に住民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:3万円/世帯 非課税世帯給付金

住民税非課税世帯に対し、1世帯あたり3万円の支給を行います。※支給要件あり

支給対象者

①令和6年度の住民税が非課税世帯

※基準日(令和6年12月13日)時点で浦添市に住民登録があり、**世帯全員**が令和6年度住民税非課税となる世帯の世帯主。

※以下に該当する場合は対象外です。

住民税課税者(均等割課税者または所得割課税者)の扶養親族等のみからなる世帯。

B:2万円/児童 こども加算給付金

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2万円の支給を行います。

※支給要件あり

支給対象者

上記Aの対象世帯の児童

※基準日(令和6年12月13日)以降に生まれた新生児も申請期限日(令和7年7月31日)までに申請できる場合は対象です。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。

(実践訓練)
訓練場所 (株)那覇ミート大里工場(南城市大里字大城1927食肉センター)
訓練期間 9月1日(月)～11月28日(金)
対象者 知的障がい、発達障がい、高次脳機能障がい、難病
受講料 無料(作業着・長靴などは訓練実施先が準備します)
定員 各1名
募集期間 7月1日(火)～25日(金)※状況により開講しないことがあります。

ワーク・ライフ・バランス推進パネル展の開催
問 産業界振興課
☎(876)1298

仕事と私生活を両立すること(ワーク・ライフ・バランス)の実現は、豊かな人生を送るためには必要不可欠です。パネル展では、働き方改革等の視点から、市内で働きやすい職場環境づくりを進めている企業の取組等を紹介いたします。この機会にワーク・ライフ・バランスについて考えてみませんか？

日時 7月14日(月)～25日(金)
場所 市役所1階ATM前



介護補助スタッフ講習
期 間：8月6日(水)～8月8日(金)
開催地：那覇市内 / 受講料：無料
浦添市在住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！**
高齢者活躍人材確保育成事業
(公社) 沖縄県シルバー人材センター連合
TEL (098) 871-0330

工事内容 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] アルミ格子 手すり テラス カーポート
水道工事 瓦葺き工事
リフォームの図書館は3社見積りをオススメします
今! リフォーム工事をご検討の皆さまへ
☎0800-919-0114
ゆいまーる浦添 ※土日・祭日のご来店の際は事前にお問い合わせください
浦添市安波茶2丁目10-1 103号 営業時間【月～土】9:00～17:00
※ 急な台風被害や雨漏り等に備えて切り取って保管ください ※

あかげさまで50周年
50th ANNIVERSARY
マイクマン
浦添本店 浦添市城間 2008番地 ☎098-878-2777

そらうみ法律事務所 SORAUMILAW OFFICE
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番地グランドツール・グスク3号室
tel. 098-988-0217 fax. 098-988-0219
「浦添 弁護士」で検索

シルバー会員募集中！

入会説明会
7月～9月

健康で働く意欲のある、60歳以上の皆さまの
社会参加を応援します！まずは入会説明会へ！

日程

7/7(月)・10(木)
8/5(火)・12(火)
9/5(金)・10(水)

時間

午前10時～11時

場所

浦添市シルバー人材センター 会議室
(浦添市仲間1-10-7 浦添市社会福祉センター2階)

☎ 公益社団法人 浦添市シルバー人材センター ☎(875)1701

海上保安官という選択

- ・責任感
- ・チームワーク
- ・冒険心

学生採用試験
はじまる！

 詳細はこちら

 受験申し込み
はこちら

 説明会申し込
みはこちら





▲詳しくは
こちら

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 歳の人は、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(火) ～9月2日(火) ②9月16日(火) ～11月21日(金)	受け付け時にお知らせします。 ①9月14日(日)～19日(金) ②11月29日(土) ～12月2日(火) ※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)	18 歳以上 23歳未満 (高卒者または高専 3年次修了者)※見込み含む	7月1日(火) ～8月29日(金)	①9月20日(土) ②9月27日(土)
航空学生(航空要員)	18 歳以上 24歳未満 (高卒者または高専 3年次修了者)※見込み含む		

自衛官等募集のご案内
☎(866)5457
自衛官等を募集しています。

保留地販売のお知らせ

《浦添南第一土地区画整理事業地内》

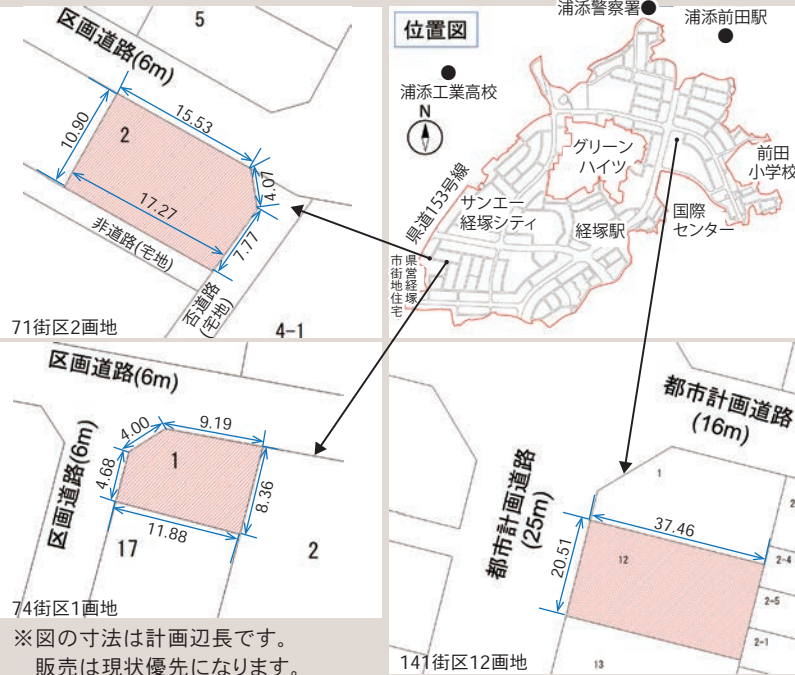
☎問い合わせ 区画整理課 換地清算係 ☎(876)1242

浦添南第一土地区画整理事業地内にある保留地を、競争入札により販売します。今回販売する保留地の概要は以下のとおりです。詳しくは浦添市ホームページまたは区画整理課窓口でご確認ください。

街区	画地	地積	最低制限価格
71	2	190㎡(約58坪)	34,563,816円
74	1	90㎡(約27坪)	15,894,000円
141	12	769㎡(約233坪)	154,265,412円

■受付期間／7月1日(火)～31日(木)
窓口での申し込みは平日午前9時～午後5時
(正午～午後1時を除く)
※メール・FAX・電話受け付け不可

■入札予定日／8月12日(火)
時間や場所については申込者に後日連絡します。
入札日は変更となる場合があります。



※図の寸法は計画辺長です。
販売は現状優先になります。

都市計画マスタープラン (素案・立地適正化計画 (素案)に関するパブリック コメント、および市民説明 会について

☎(876)1244

浦添市都市計画マスタープラン(素案・浦添市立地適正化計画(素案)について、パブリックコメントの実施、および市民説明会を開催します。

【パブリックコメント】

募集期間 7月23日(水)午後5時15分必着回覧場所 ①市ホームページ、②都市計画課(6階)、③市政情報センター

提出場所 所定の様式に記入の上、都市計画課まで提出してください。(メール、郵送、FAX可)

【市民説明会】

開催日 7月17日(木)

開催時間 午後7時

場所 中央公民3階ホール

市役所内「地域若者サポートステーション相談窓口」のお知らせ

☎(917)2086

働きたいけど…「どうしていいのかわからない」「自信がない」「そんな人のために、自分に

Time with Hope

がんばれるのは、どんなときだろう。
隠れるのは、どんなときだろう。

自分を認めてくれるひとを。
肩をたくす手の温かき。
遠くから見守るそのまなざし。

待っている人の存在に気づいたとき。
立ち直れると信じられる。

たとえ時間が経っても。

進む、希望とともに。

主催 / 法務省

「社会を明るくする運動」は、犯罪や非行から立ち直る力を育てる人々を支え、新たな希望も生まれる「希望」の社会を実現する活動です。

社情 しゃめい

検索

犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ

第75回 社会を明るくする運動

福祉総務課 ☎(876)1266	中部南保護区保護司会浦添支部 ☎(876)6017	浦添市更生保護女性会 (ハーモニーセンター内)
---------------------	------------------------------	----------------------------

あったベースで、一歩ずつ前に進むことを丁寧にサポートします。

日時 7月22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(市民相談室向かい側)

対象 15歳～49歳
※保護者や学校関係者、支援機関関係者からの相談にも応じます。

費用 無料

編集後記

皆さんこんにちは。夏休みの宿題は最後は大急ぎでやるタイプの大城です。今も私生活や仕事のことでも期限ギリギリに終わらせることが多くなりがちです。目標体重にするのは異動前ギリギリにならないよう頑張ります！(今日の体重87・8kg)(和輝)

今月は55周年特集と表紙を担当しました。いつか、市民参加型の企画をしたいと思っていたので、皆さんと一緒に表紙を作れて大満足です！嬉しいことに私が想定していたよりも応募が多くて作るのが大変でしたが、素敵な表紙に仕上がったんじゃないでしょうか。いや～楽しかったけど疲れた!!頑張った!!自分えらい!!(新垣)

★一年に一度短冊に願いを込めるセタ。今年は何を願いますか？セタでは一般的に織姫の織り糸や天の川を連想させるそつめんをよく食べるそつです。私もお願い事をしつつ、皆さんのセタの願いが一つでも叶いますように☆(上原)

浦添市55周年おめでとうございませう！先月の民生委員の特集で取材した時に生まれ故郷と家族の話で盛り上がった場面を思い出して、これからは誰もが語り合える優しいまち(浦添)であり続けてほしいなと思いました。(伊志緒)

7月といえば、暑い、湿気、腸炎、そして夏休み！今月号は夏休み特集を担当させていただきます。お子さんと家族とパートナーと相棒と一緒に浦添各所のイベントをお楽しみください。(和貴)

文学賞作品をラジオシアターでよく聴くおじさんですが、へつとあるんだと思えてくる。この世界に立場も考え方も違ったくさんの人が集い笑顔で語り合えるそんな未来が…ふとこんなセリフが頭に浮かんだ。市制55年、60年、この先の未来もずっとステキな浦添があるんだ。メロテン(憲)



浦添総合病院健診センター

午後ドック・健診(火～金)

受付時間 12:30～13:00 所要時間2～3時間(人間ドックの場合)

午前11時に仕事を済ませて午後から健診

- ・ゆったりとスムーズに受診出来ます。
- ・夜遅い方・午前中忙しい方にお勧めです。
- ・離島の方々も当日入り(一便)での受診が可能です。

ご予約はAI電話で受け付けます

050-1725-5077

※受付後、担当者から折り返しご連絡いたします。



Instagram
はじめてませう。



LINE
はじめてませう。

現地調査お見積り無料!!

取扱いメーカー

TOTO LIXIL

タカラスタンダード Takara standard

水まわりと外壁塗装のお店

☎098-987-6305

浦添市伊祖 2-15-8-1





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

夏休みに
てだ子とGO!GO!

浦添市市制施行55周年記念
社会教育施設スタンプラリー事業

2025
7/1(火)▶8/31(日)

参加賞
オリジナル
缶バッジ+シール
先着 1,000 人まで

記念賞
スタンプラリー
オリジナルTシャツ
抽選 150 人まで

その1
5※館を
まわって
スタンプを
すべて集める

その2
5つの
クイズに
答えて
申し込もう!

オリジナル
缶バッジ+シール
先着 1,000 人まで

スタンプラリー
オリジナルTシャツ
抽選 150 人まで

※5館(開催場所)は以下の施設です

浦添市美術館 浦添市歴史にふれる館
浦添市立図書館 浦添グスク・ようどれ館
浦添市立中央公民館

問い合わせ
社会教育推進課 ☎(876) 1305 詳しくは
こちら▶

QRコード

働きやすい職場づくりを推進し、すべての人がいきいきと輝く浦添市へ!

職場づくりの取り組みを紹介しています

DIVERSITY & INCLUSION

働きやすい職場づくりの
魅力を共有したい!

市内事業所の
働きやすい職場づくりの
取り組みを市のホームページで紹介
しています。

柔軟な働き方を推進し、働きやすい
職場づくりに取り組むことは、働き手
のモチベーションや事業所の魅力を高
めることにも繋がります。誰もがいき
いきと働くことができる浦添市に
向けて、職場環境改善に取り組
んでみませんか?

ここに職場改善のヒントがあるかも?

QRコード
詳しくは
こちら

現在の取り組み紹介事業所

- ① 株式会社沖縄ダイケン
- ② 株式会社あんしん
- ③ 株式会社チエリオ沖縄
- ④ 有限会社沖縄紙業
- ⑤ 株式会社国際ビル産業
- ⑥ 株式会社 office 双葉

多様な働き方を導入し
社員のワークライフバランスを推進

年齢や性別に関わらず
挑戦できる環境整備

長時間労働の是正や
社員の健康管理の徹底

独自の福利厚生
制度の創設 など

お問い合わせ・・・市民協働・男女共同参画課 ☎(874) 5711

てるまさリースバック
売っても住むーず

自宅を「売ってもそのまま住める」資産活用法です。

- ✓ お支払いは最短で5営業日
- ✓ 売却後もそのまま住めます
- ✓ 仲介手数料はかかりません
- ✓ 住宅ローンが未完済でも相談可

てるまさリース 沖縄県那覇市泉崎1丁目12-15 3F
(9:00～17:00、土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)

お気軽にお問合せ下さい TEL 098-943-4355

スマホは
コチラ▶

QRコード