

浦添市美術館
 ☎(879)32219
 FAX(878)12211
 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

浦添市美術館開館35周年特別展「超リアル!琉球王国の華漆芸「貝摺奉行所展」」
 期間 3月8日(日)まで
 日曜日スペシャルギャラリートーク
 日時 毎週日曜日午後2時〜3時30分(予約不要)
 ◆琉球漆芸研究会議2026「貝摺奉行所展の話しよう!」
 日時 3月7日(土)午後2時〜4時 ※事前予約、当日観覧チケット必要
 場所 浦添市美術館 講堂
 ◆令和7年度 第3期常設展「知って楽しむ琉球漆器の世界ー貝摺奉行所のおしごとー」
 期間 3月15日(日)〜5月17日(日)
 ◆常設展示替えのため閉室
 期間 3月10日(火)〜14日(土)
 ◆わったーアート展2025
 期間 3月13日(金)〜22日(日)
 ※金曜日は午後5時まで
 観覧料 無料
 ◆故仲嶺康輝油絵作品展
 期間 3月25日(水)午前10時〜29日(日)午後3時
 観覧料 無料

浦添市保健相談センター
 ☎(875)2100
 FAX(875)1579

子宮頸がん(HPV)ワクチンのキャッチアップ対象者、高校1年相当の女子の公費接種は3月31日まで!
 ①平成9年度〜平成20年度に生まれた女性で、令和4年4月1日〜令和7年3月31日の間に子宮頸がんワクチンを1回以上接種したことのある人
 ②令和7年4月1日時点で15歳の女子
 ※公費接種が終了する3月末は、医療機関への予約が取りづらくなる可能性があります。お早めの接種をお願いします。

浦添市立図書館
 ☎(876)4946
 休館日：毎週月曜日

蔵書点検・システム入れ替え(長期休館)のお知らせ
 蔵書点検およびシステム入れ替え作業のため、2月25日(水)〜3月31日(火)まで休館します。
 4月1日(水)午前9時30分より開館します。
 ※資料のご返却はブックポストをご利用ください。
 ※休館中、資料の予約・検索はできません。

浦添市消防本部警防課
 ☎(894)9998
 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)
 「助けてほしいをワザに救急法」
 成人・小児・乳児を行う心肺蘇生法(AED含む)、外傷の処置、止血法、異物除去法、患者搬送など。
 日時 3月21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・フォーム受け付け(講習日前日午後4時まで。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、20日(金・春分の日)

◆地産地消 餅もちまき
 日時 3月6日(金)午前10時〜午後1時
 参加費 2060円
 持ち物 エプロン、お手拭き、筆記用具
 定員 10人
 ◆着物からリメイク「ワンピースエプロン」(全2回)
 日時 1回目：3月18日(水)正午〜午後3時
 2回目：3月25日(水)正午〜

小児・MR(麻しん・風しん混合)ワクチン予防接種を推奨しています
 対象者 1期(1歳の間)、2期(小学校入学前の1年間)
 対象者であり未接種の人で、予防票がお手元がない場合はご連絡ください。

市民協働・男女共同参画「ハーモニースター」
 ☎(874)5711

「国際女性デー」パネル展
 毎年3月8日は、国連が定めた「国際女性デー」。女性の権利向上やジェンダー平等を推進する日として、世界中でイベントや啓発活動が行われています。この日にちなみ、パネル展とシンボルカラーの「ミモザ」(黄色)ライトアップを行います。
 日時 3月2日(月)〜13日(金)
 場所 市役所2階 中央階段前スペース
 ※ハーモニースターでも同様の展示を行います。
 「ミモザライトアップ」
 期間 3月2日(月)〜13日(金)
 場所 ハーモニースター外壁

浦添市保健相談センター
 ☎(875)2100
 FAX(875)1579

子宮頸がん(HPV)ワクチンのキャッチアップ対象者、高校1年相当の女子の公費接種は3月31日まで!
 ①平成9年度〜平成20年度に生まれた女性で、令和4年4月1日〜令和7年3月31日の間に子宮頸がんワクチンを1回以上接種したことのある人
 ②令和7年4月1日時点で15歳の女子
 ※公費接種が終了する3月末は、医療機関への予約が取りづらくなる可能性があります。お早めの接種をお願いします。

午後4時
 参加費 1620円
 持ち物 着物(ほどこいてアイロン)、ミシン(動作確認必須)、裁縫セット、着物の色に合わせたミシン糸、ハサミ
 定員 6人
 ◆ダンボールコンポスト熟成の仕方と堆肥の使い方
 日時 3月21日(土)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
 ◆革の端材でポシェットづくり
 日時 3月28日(土)午後1時〜4時
 参加費 1560円

浦添市立図書館
 ☎(876)4946
 休館日：毎週月曜日

蔵書点検・システム入れ替え(長期休館)のお知らせ
 蔵書点検およびシステム入れ替え作業のため、2月25日(水)〜3月31日(火)まで休館します。
 4月1日(水)午前9時30分より開館します。
 ※資料のご返却はブックポストをご利用ください。
 ※休館中、資料の予約・検索はできません。

老人福祉センター 利用停止のお知らせ

老人福祉センターは開館から46年を迎え、建物の劣化や設備の不具合等、老朽化によって円滑な利用に支障が生じている状態です。これまでも国の財源補助等を受けるなどして修繕を重ねてまいりましたが、昨年度行った建物耐力度調査では建物の老朽化が総合的に基準値を下回る結果となりました。

このことから利用者の安全確保が第一と判断し、令和8年3月末日をもって供用を停止することとなりました。

利用者の皆さまには多大なるご迷惑をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願いします。

問い合わせ
 浦添市老人福祉センター ☎(879)5501
 いきいき高齢支援課(老人福祉センター所管) ☎(876)1292

健康シリーズ 浦添市こころの健康サポーター

大切に未来へつなぐ命!

3月は自殺対策強化月間です ☎健康づくり課 ☎(875)2100

「一人で悩まないで、まずは話を聞かせてください」

自殺は、その多くが「追い込まれた末の死」であり、生活・経済苦、育児や介護疲れ、過労、健康問題、孤独等さまざまな要因が絡み合っていることが知られています。こころやからだの不調に早く気づき、寄り添い、支えることで、かけがえのない命を救うことができます。一人で悩まず、相談機関や医療機関等に相談しましょう。

“自殺予防”と“こころ”の悩みの相談先

浦添市保健相談センター ☎(875)2100
 午前9時〜11時、午後1時〜4時 /土日祝日・年末年始除く

沖縄いのちの電話 ☎(888)4343
 午前10時〜午後11時 /年中無休

日本いのちの電話連盟 ☎0120(783)556
 午後4時〜9時まで /年中無休 ※毎月10日のみ 午前8時〜翌日午前8時

こころの健康パネル展
 3月の自殺対策強化月間に合わせて、こころの健康パネル展を開催します。
 期間 3月16日(月)〜27日(金)
 場所 市役所1階 市民ホール ATM前

ひとりで悩まず相談しよう

こんな悩みありませんか?
 ・相談したいけど、どこに相談したらいいかわからない。
 ・地域にどういった相談窓口があるのかわからない。
 ・どう相談していいかわからない。

困りごとの内容によって、相談窓口が異なります。困りごとに当てはまるものがあれば、ひとりで悩まず、まずは相談してみませんか?

まずは話してみませんか?

無料 乳幼児・ママさん健診

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 【後期】9〜10か月児	3月22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(木曜日実施) 3歳児(水曜日実施)	3月5日、19日 3月4日、18日	午後1時15分〜2時30分 ▲アプリダウンロードはこちら

●乳児健診では東葉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。

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 3月13日(金) 午後1時〜3時
 場所 保健相談センター
 対象 4〜8か月の乳児を持つ保護者(市内在住者)
 申し込み 3月10日(火)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行います。
 利用料 一部減免制度あり
 詳細はこちら▲