

那覇文化芸術劇場なはーと

久茂地3丁目26-27 ☎ 861-7810

開館時間 9時～22時(受付19時まで)

休館日 第1・第3月曜日(祝日・慰霊の日)は開館、祝日が重なった場合は翌日休館)、年末年始(12/29～1/3)

情報は10月18日現在のものです。催事内容など変更になる場合があります。

▶▶ほかの催事はこちらで確認！

日時	ジャンル	タイトル	会場	料金
11月3日(日) ①10時30分～12時 ②14時～15時半	音楽	バリアフリーなコンサート♪琉球フィル ハーモニックによる 美らサ운ズコンサートin なはーと	小劇場	全席自由 一般:1,000 円 障がいのある方:800 円 介助者[1名まで]:800 円 小学生以下:500 円 [3才未満膝上無料] ※当日券は500円増/チケットご購入は、一般は窓口・WEBにて、障がいのある方、介助者の方は電話・メール・窓口にて承ります。
11月8日(金) ①9時40分～10時半 ②11時～11時50分	ワークショップ	なはーとベビーシアタープロジェクト お部屋いっぱいの新聞をよんであそぼう♪【問】NPO法人1万人井戸端会議 ☎917-3448(平日9時～17時)	子育て支援センター すまいる	無料 ※要予約 対象年齢:0才～2才12か月
11月15日(金) 19時～20時	ワークショップ	すぐに打てる!楽しめる! 三板(さんぱ)ワークショップ	小スタジオ	満席御礼
11月24日(日) 14時～16時	トーク	なはーとダイアログ2024-25「未来のアーティストはどんなまちに住みたいのか?」	小スタジオ	無料・要予約(定員80名)

PICK UP!

組踊の世界を
現代演劇の新たな視点から楽しもう!

田

◆出会いシリーズ②白神ももこ×兼島拓也『花壳の緑オン(ザ)ライン』
時代が大きく変化した現代、振付家・演出家の白神ももこと劇作家の兼島拓也が沖縄の今昔を通して『花壳の緑』を読み解き、現代演劇として再構築します。

日 11月30日(土)開演14時、19時
12月1日(日)開演14時

場 小劇場
※チケットなどの詳細は右記 QR よりご確認ください。



原作：組踊『花壳の緑』(高宮城親雲上・作)
作・演出：兼島拓也 振付・演出：白神ももこ 音楽：jujumo
出演：山内千草、大山瑠紗、井上あすか、北川結、垣花拓俊、安和学治

予告

うちなーぐち講座・成果発表

田



うちなーぐちの魅力と価値を再認識し、その普及啓発と市民文化活動の活性化を目的に毎年開催しているうちなーぐち講座。本格的な演出のもと、約2ヶ月間学んだ成果をオリジナル劇「はちをうらん」で披露します!

日 12月8日(日) 14時開演 場 小劇場

費 無料/事前申込不要 問 那覇市文化協会 ☎861-1909



壺屋焼物博物館

壺屋1丁目9番32号 ☎ 862-3761
開館▶10時～18時(入館は17時30分まで) 月曜休館
常設展観覧料▶一般350円 ※休日の場合は開館

那覇市歴史博物館

パレットくもじ4階 ☎ 869-5266
開館▶10時～19時 木曜休館
観覧料▶一般350円(大学生以下無料)

11月3日は文化の日は識名園・玉陵・那覇市歴史博物館・壺屋焼物博物館を無料で見学できます。

学芸員と展示を見よう
～常設展ギャラリートーク～

11月のテーマは「沖縄あの窯この窯～広がる沖縄の窯場～」です。湧田窯から始まった陶器生産が沖縄全島に広がる様子と、その歴史の変遷を紹介します。

日 11月17日(日) 10時～約1時間
費 常設展観覧料(大学生以下無料)
申 不要※開始10分前から1階入口で受付

企画展 國吉清尚

沖縄の陶芸家・國吉清尚の没後25年を機に、その作陶に迫る展示会を開催します。

期 前期 10月25日(金)～11月5日(火)
後期 11月8日(金)～11月24日(日)
場 3階企画展示室 費 無料

臨時休館のお知らせ 11月26日(火)～来年3月31日(月)

協働によるまちづくりin壺屋

壺屋やちむん通りまつり2024

割引販売の他、出店や演舞、博物館職員が壺屋のまちをガイドする壺屋まいいなどを開催!まつり期間中、博物館の観覧料は無料です。

日 11月2日(土)・3日(日) 10時～18時
場 壺屋やちむん通り、すーじ小通り

壺屋陶器まつり

名物カーミスープや割引販売・博物館の出前展示などを実施します。

日 11月22日(金)～24日(日) 10時～17時
場 壺屋小学校
問 壺屋陶器事業協同組合 ☎866-3284

企画展「新収蔵品展－皆の記憶Ⅲ－」

那覇市歴史博物館では、博物館活動を通じてこれまでに家譜資料などの古文書や染織品などの美術工芸品、戦後の暮らしが分かる資料といった多種多様な資料をご寄贈・ご寄託いただきました。これらの資料は、先人たちから今を生きる私たちへ伝えられた大切な「贈り物」であると同時に、私たちが次世代へ歴史・文化を語り継ぐための貴重な資料でもあります。こうした貴重な資料は、いわば過去・現在・未来の私たち「皆の記憶」です。

今回は平成 29 年度から令和5年度にかけて収蔵された資料を展示します。

展示期間

令和6年11月1日(金)～12月25日(水)

「黄色地龍文緞子裂」(部分) 令和2年川島やす子氏寄贈

あなたの健康をサポートする店舗紹介

生ラムジンギスカンや
ラム肉で作るジンギスカンは臭みも少なく、特製タレとたっぷりの野菜でおいしくいただけます。火曜定休。

住 前島2-14-28 ☎917-5651
営 17時半～24時

食の健康づくり応援団 なはべじ協力店で使える

店舗共通 **クーポン** 11月号
令和6年11月末日まで有効

クーポン内容と利用店舗一覧▶

口腔保健支援センター
歯科医師 嘉手納さん

問 健康増進課
☎ 853-7961

みなさんは、自分の歯やお口に自信がありますか? 食べ物を噛むと歯茎から出血したり、歯がグラグラしたり、硬いものが食べにくいということはありませんか? 市が実施している歯周病検診では、受けた人の約4割で歯周病などの口腔内トラブルが見つかっています。お口の健康は全身の病気とも深く関係しており、いくつになっても美味しく食べるためには、歯とお口のケアが重要です。日々の咀嚼・歯みがきをしっかりと行うことに加えて定期健診も忘れずに受けましょう。

11月8日は「いい歯の日」!

教えて! Q&A

始める 健好ライフ

4 歯の本数が少ないと、転びやすい?

歯の本数が少ないと、噛み合わせの状態が悪くなり、全身のバランスが取りづらくなるため転倒しやすくなります。

歯についてもっと知りたい方はHP▶

3 よく噛むと、認知症になりにくい?

咀嚼により脳の中にある記憶を司る「海馬」への血流が増え、脳が活性化し刺激されるため、よく噛む人は認知症の発症リスクを4割抑制できます。

チャットによる個別相談も対応しています。口腔保健支援センター公式LINE 友だち追加▶

2 歯みがき後のうがいは1回でいい?

市販の歯みがき剤の9割に、歯をコーティングしてむし歯から歯を守る働きがあるフッ素が含まれています。何回もうがいをするとコーティングがはがれてしまうので、歯みがき後のうがいは少量の水で1回をお勧めします。

1 歯みがき剤はたっぷりつけるのが良い?

歯みがき剤をたっぷりつけると泡立ち過ぎるため、すぐに口をゆすぎたくなります。また香料が強く感じるため、きちんと磨けていないのに磨けた気分になってしまいます。