

各項目の詳細を二次元コードより確認できます

講座

認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人と家族を応援する認知症サポーターになりましょう。**日**11月29日(金)14時～16時(受付13時半)**場**市役所本庁舎1階市民会議室**対**市内在住・在勤・在学の18歳以上 **定**20人**費**無料**申**11月1日(金)～11月22日(金)電話・ウェブにて
問ちゃーがんじゅう課 **☎**862-9010

認知症市民講演会

認知症に関する正しい知識を専門科医の先生がわかりやすく講話します。**日**11月27日(水)14時～16時**場**沖縄県立博物館3階講堂**対**市在住・在勤の人**定**先着200人**費**無料
問ちゃーがんじゅう課 **☎**862-9010

介護予防講演会

高齢期を自分らしくいきいきと過ごすために、介護予防について医療の専門職がくわしく・わかりやすく講話します。**日**11月20日(水)14時～16時**場**沖縄県立博物館3階講堂**対**市在住・在勤の人**定**先着200人**費**無料
問ちゃーがんじゅう課 **☎**862-9010

冬に向けての腸活・薬膳・発酵パワー

腸活や薬膳、発酵など漢方の知識を学び健康な体作りを目指します。**日**12月7日(土)10時～13時 **場**市保健所**対**市在住、在勤、在学の18歳以上の人 **定**20人 申込多数は抽選**費**3,000円(材料費など)**申**11月1日(金)～8日(金)電話・窓口・ウェブにて
問中央公民館 **☎**917-3442(平日9時～17時)

ギターでうたごえ

ギターの音色に合わせ、懐かしい歌をみんなで歌います。みんなで歌って「ごっくん筋」を鍛えましょう♪**日**11月19日、26日、12月3日10時～12時全3回各火曜**場**中央公民館ホール**対**市在住・在勤の60歳以上の人**定**20人**費**保険料200円**申**11月1日(金)～11月11日(月)電話・窓口・ウェブにて
問中央公民館 **☎**917-3442

リトミック&クリスマスコンサート

親子で音脳Englishリトミックの体験。ピアノとフルートの演奏を親子で聴きます。**日**12月11日(水)10時～12時**場**中央公民館ホール**対**市在住・在勤で小学校入学前の子を持つ保護者と

その子ども。リトミックは首すわりから1歳まで**定**30組(リトミック&コンサート15組、コンサート15組)**費**1家族100円(保険料)**申**11月1日(金)～22日(金)電話・窓口・ウェブにて**問**中央公民館 **☎**917-3442

ニュースポーツ体験♪

ドッチビー、ピロポロ、ラダーゲッターなど、誰でもできるニュースポーツで楽しく体を動かそう!**日**11月23日(土)、24日(日)14時～16時**場**天久小学校体育館(駐車場なし)**対**運動制限を受けていない方(未就学児は保護者同伴) **費**100円(保険料)**持**ち物 室内シューズ・飲み物・タオル
問市民スポーツ課 **☎**917-3504

Discoダンス&コンディショニングでリフレッシュ!

70～90年代の洋楽に合わせ楽しく踊れる有酸素運動と筋肉を緩め整えるセルフコンディショニングを学びます。**日**全2回①11月17日(日)10時～12時、②11月24日(日)9時半～11時半**場**小禄南公民館**対**医師から運動制限を受けていない市在住・在勤・在学の人**定**20人**費**100円(保険料)**申**10月24日(木)～11月6日(水)電話・窓口・ウェブにて
問小禄南公民館 **☎**917-3444

「かぎやで風」を弾こう♪
初級三線講座

日全2回①11月18日(月)②11月25日(月)14時～16時**場**小禄南公民館視聴覚室**対**市在住・在勤・在学の人**定**8人(抽選)**費**無料**申**10月24日(木)～11月6日(水)電話・窓口・ウェブにて
問小禄南公民館 **☎**917-3444

シニアのためのチャレンジ講座

①11月20日健康ヨガ②11月27日ボイストレーニング③12月4日脳トレ④12月11日シニア英会話**日**全4回各水曜14時～16時**場**小禄南公民館ホール**対**医師から運動制限を受けていない市在住・在勤・在学の60歳以上の人**定**15人(抽選)**費**100円(保険料ほか)**申**10月24日(木)～11月6日(水)電話・窓口・ウェブにて**問**小禄南公民館 **☎**917-3444

南の島の南極教室2024

各地より集結した南極観測隊OBの皆さんのお話やクイズで南極について楽しく学ぼう♪**日**12月8日(日)13時～15時**場**若狭公民館ホール**対**市在住・在勤・在学で南極に興味がある方**定**50人**費**無料**申**11月1日～12月6

日電話にて
問若狭公民館 **☎**917-3446

スマホデビューからもう一歩

スマホで電話・メール程度しか使用したことがないという方へ、貸出機を使用し、使えると便利な機能(LINEや防災アプリ)の体験学習を行います。**日**11月12日(火)10時～12時 **場**石嶺公民館**対**市在住・在勤の60歳以上の人**定**先着20人**費**無料**申**11月5日(火)～定員に達するまで。電話・来館にて
問石嶺公民館 **☎**917-3447

あなたの魅力を引き出す
パーソナルカラー

あなたの肌や目、唇の色に合ったパーソナルカラーのグループ色を知ることによって自分自身の魅力を引き出し、日々の生活をより明るく、楽しむための学習です。**日**12月7日(土)10時～12時**場**石嶺公民館**対**市在住・在勤・在学の人**定**15人**費**無料**申**11月5日(火)～定員に達するまで。ウェブにて
問石嶺公民館 **☎**917-3447

Bistrot 首里 2024

お酒に合う料理と一緒に作ってみませんか。素敵な味と人に出会えるかも?!**場**第一牧志公設市場3階 調理実習室 **日**11月30日、12月21日、1月11日(各土曜13時～16時)全3回**申**10月29日(火)9時～11月17日(日)専用フォームから**対**市在住・在勤・在学の20歳から39歳までの人で全3回参加出来る人**定**12人(定員超えた場合は抽選)**費**5千円(材料費・保険)
問首里公民館 **☎**917-3445

かみかみ講演会

授乳期から離乳食後期までのこどものお口の動きや発達についてわかりやすくお話します。**日**11月21日(木)10時30分～12時(10時15分受付)**場**市保健所3階大会議室 **対**妊婦、乳幼児をもつ保護者**費**無料 **申**11月1日(金)～20日(水)ウェブにて
問那覇市口腔保健支援センター **☎**917-5066

南米料理講座ーブラジル編

バラエティー豊かな食品を使ったブラジル料理と一緒に作ってみませんか。**日**11月16日(土)10時半～13時半**場**繁多川公民館 調理室(駐車場なし)**対**興味のある方**定**10人 **費**市民の会会員1000円、非会員2000円**申**11月6日(水)正午までにウェブにて
問那覇市国際交流市民の会事務局 **☎**861-5195

【市民向け】ひきこもり講演会

あなたの近くに、ひきこもりで悩んでいる方はいませんか？ ひきこもりは誰にでも起こりえます。地域でできることを一緒に学び考えてみませんか。**日**11月14日(木)14時～16時(受付13時半)**場**市保健所3階大会議室**対**市在住・在勤の人**定**先着30人 **費**無料**申**定員に達するまで。電話・ウェブにて※詳細は市HPを参照。
問地域保健課 **☎**853-7973

那覇市生活支援訪問型サービス(訪問A)従事者養成研修

那覇市生活支援訪問型サービス(訪問A)に従事する人材の養成を目的に、訪問介護についての基本的知識を学びます。**日**12月18日(水)～20日(金)9時半～17時**場**ともかぜ振興会館、那覇市総合福祉センター**定**先着15人**費**無料**申**12月11日(水)17時
問那覇市社会福祉協議会 **☎**857-7766

サービス介助セミナー

高齢者・障がい者の疑似体験をとおり、その人にとって必要なコミュニケーション(対話)や応対の基本について学びます。**日**11月27日(水)14時～16時**場**那覇文化芸術劇場なは一と**対**市在住・在勤の人**定**先着20人**費**無料**申**11月1日(金)～11月20日(水)※定員に達し次第終了。詳細は市HPより**問**福祉政策課 **☎**862-9002

弁護士直伝!「トラブルを未然に防ぐための終活講座」

「もしも、の時のために」「終活って?」「生前に色々整理したい」興味がある方は参加してみませんか。※手話通訳希望者は申込時に連絡ください。**日**11月27日(水)10時～12時**場**市役所本庁舎**対**市在住の60歳以上(昨年受講者は不可)**定**先着50人**費**無料**申**11月5日(火)～11月20日(水)電話・FAX861-3769・ウェブにて
問市民生活安全課 **☎**862-9955

ビジネスプランを磨きあげよう!はじめての事業計画書作成セミナー

事業計画書の必要性和基本的な作成方法や外せないポイントをわかりやすく解説し、ワークショップを通して事業計画書を作成してもらいます。**日**11月7日(木)、12月5日(木)13時～16時**場**那覇市IT創造館2階大会議室**費**無料**定**20人**申**電話または市HPにて
問なはし創業・就職サポートセンター **☎**988-3163

沖縄県でも大好評!

全国で
2,100万件*が
加入!

総合保障2型

お申し込みは

満18歳～満64歳の健康な方

月掛金2,000円で入院も死亡も保障!

手頃な掛金で充実した保障が備えられると評判の県民共済。「総合保障2型」は月掛金2,000円で入院にも死亡にも備えられる県民共済で1番人気の保障です。

*すべての共済事業の合計2,166万9,336件／2024年8月末現在

これなら安心ね!

都道府県民共済グループ

沖縄県民共済

☎098(901)4333(代)

【営業時間】9:00～17:00 【定休日】土・日・祝日

共済取扱団体
沖縄県認可
沖縄県民共済生活協同組合
〒900-0015 那覇市久茂地2-8-1 JEI那覇ビル7F

共済元受団体
厚生労働省認可
全国生活協同組合連合会
https://www.kyosai-cc.or.jp/

保障内容については
ホームページを
ご覧ください。

沖縄県民共済 検索

情報パック



日 日時 期 期間 場 場所 内 内容 対 対象 定 定員 費 費用 申 申込み 問 問合わせ
申込み表記のないものは申込み不要で、場所表記のないものは問い合わせ先が開催場所です。
那覇市の市外局番は ☎ 098 【那覇市役所】 ☎ 900-8585 那覇市泉崎1-1-1

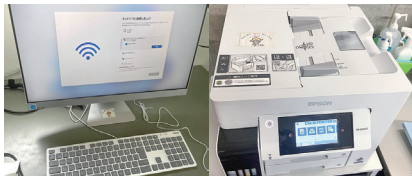
各項目の詳細を二次元コードより確認できます

お知らせ



宝くじ社会貢献広報事業を活用し、自治会の備品・設備を整備しました

(一財)自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源に実施する「宝くじ社会貢献広報事業(コミュニティ助成事業)」による助成金を活用し、那覇市自治会長会連合会や首里崎山ハイッ自治会など10団体の活動に必要な設備・備品を整備しました。問 まちづくり協働推進課 ☎861-3846



ハッピーアイランド特別番組

メッセージ募集

アンケート募集

FM Kinawa

FM 沖縄 87.3MHz

人生会議スペシャル

令和6年 **11月27日(水)** 11:30~13:55

「人生会議」とは、もしもの時のためにご自身が望む医療やケアについて、身近な人と前もって話し合い共有することです。元気な今だからこそ命や将来と向き合い、目の前の暮らしについて、ラジオを通して掘り下げてみませんか。問 ちゅういしーじー那覇(那覇市医師会) ☎860-5666

小児慢性特定疾病児童日常生活用具の給付

那覇市に住民登録のある在宅の小児慢性特定疾病児童(受給者証をお持ちの児童)に対し、疾病の内容および程度に応じ、ネブライザー(吸入器)、電気式たん吸引器、パルスオキシメーターなどの日常生活用具の給付をします。世帯の収入状況に応じ、費用の一部自己負担があります。詳しくは担当までお問い合わせください。

問 障がい福祉課 ☎862-3275

那覇市障がい者運動会

日 11月17日(日)10時~15時 ※受付9時半~ 場 開南小学校グラウンド(雨天中止) 対 市在住の障がいのある

方(身体・知的・精神)およびその家族
参加方法 案内ハガキやチラシ、もしくは所持している障害者手帳を持参し、来場してください。

問 那覇市身体障害者福祉協会 ☎885-9444

ツルヒヨドリ防除にご協力ください

特定外来生物のツルヒヨドリは、繁殖力が旺盛で、他の植物や生態系へ影響を及ぼしています。外来種の防除対策は侵入初期の対応が重要です。身近な場所でツルヒヨドリらしき植物を見つけたら環境保全課までご連絡ください。※ツルヒヨドリの栽培、拡散は法律で禁じられています。

問 環境保全課 ☎951-3229

那覇市物品購入等入札参加資格審査申請(追加申請)の受付

令和7年度の物品購入に係る入札参加資格審査申請を受け付けます。

申 郵送のみ 11月15日(金)~11月29日(金) 当日消印有効 ※申請書は市HPからダウンロード【11月1日(金)~29日(金)】 問・郵送先 法制契約課 物品契約グループ ☎951-3253

建設工事等に係る競争入札参加資格審査申請の受付

令和7・8年度に市が発注する「建設工事」「業務委託(建設コンサルタント等)」に係る競争入札参加資格審査申請を受け付けます。申 郵送のみ (CD-Rを用いたデータ提出あり)【県内業者】12月2日(月)~17日(火) ※必着【県外業者】12月17日(火)~24日(火) ※必着 ※申請書および要領は市HPからダウンロード(11月初旬に掲載予定)

問・郵送先 法制契約課

工事契約グループ ☎951-3253

那覇市庁舎等清掃・警備業務委託入札参加資格審査申請の受付

令和7・8年度の制限付一般競争入札参加に必要な資格審査申請を受け付けます。申 郵送のみ 11月15日(金)~11月29日(金) 当日消印有効 ※申請書は市HPからダウンロード【11月1日(金)~29日(金)】 問・郵送先 管財課 庁舎管理グループ ☎862-9904

水道施設工事等に係る競争入札参加資格取得申請の受付

令和7・8年度に上下水道局が発注する「水道施設工事」、「上下水道材料購

入」[漏水調査業務]に係る競争入札参加資格取得申請を受け付けます。

申 郵送のみ (CD-Rを用いたデータ提出あり)【県内業者】12月2日(月)~17日(火) ※必着【県外業者】12月17日(火)~24日(火) ※必着 申請書・要領は局ホームページからダウンロード(11月中旬に掲載予定)

問・郵送先 上下水道局

総務課 契約検査室 ☎941-7809

新型コロナワクチン予防接種

接種できる医療機関やワクチンの情報を市HPに掲載していますのでご確認ください。対 65歳以上、または60~64歳で内部疾患による身体障がい者手帳1級をお持ちの方

期 10月1日~1月31日

問 健康増進課 ☎853-7961

各項目の詳細を二次元コードより確認できます



募 集



令和7年1月開講 沖縄県障がい者職業訓練生

コース名: パソコンビジネス科(知識・技能) 対象可能な障がい者区分: 上肢・下肢(車椅子不可)、聴覚障がい(口話ができる方)、内部障がい、精神障がい、発達障がい、高次脳障がい、難病 期 令和7年1月6日~3月31日 場 旭町114-4おきでん那覇ビル3F 申 11月1日~11月25日 住所地の管轄ハローワークへ 費 テキスト代

問 沖縄県立浦添職業能力開発校

☎879-2560

各項目の詳細を二次元コードより確認できます



催 し 物



世界遺産解説会

識名園、玉陵について管理指導員及びボランティアガイドが解説します。日 11月17日(日) 場 識名園9時~10時、玉陵11時~12時 ※5分前までに集合 問 文化財課 ☎917-3501

琉球王朝祭り首里

日 11月3日(日) ①古式行列12時50分~(首里城公園~鳥堀交差点) ②祝賀パレード13時半~(池端三叉路~鳥堀交差点) ③各町旗頭ガーエー18時~(首里中学校グラウンド)

問 観光課 ☎862-3276

特選沖縄の伝統芸能

沖縄各地に伝わる伝統芸能などを一堂に集め舞台上演します。出演団体: 首里クエーナ、七福神、仲西の獅子舞、東風平の棒術、角皿スヌザラパーシィ 日 11月24日(日)18時~20時半 場 国立劇場おきなわ(大劇場) 費 無料(全席指定 ※要整理券) 問 沖縄県文化協会 ☎867-4746/ 平日10時~16時

国場川水あしび

たのしく漫湖をきれいにしてみませんか。詳細は市HPで。日 11月16日(土)10時~12時半 ※悪天候の場合は12月14日(土)に順延。延期の判断は前日に市HPにて案内。場 漫湖水鳥・湿地センター 申 当日9時半受付(団体での参加、観察会は事前申込み) 費 無料 問 環境保全課 ☎951-3229

琉球びんがた組合展

『布(ぬぬ)に藍(あい)をこめて』

着尺、帯、小物類の展示販売やびんがたと藍の染め体験のほか、うちくい(風呂敷)の限定商品の販売もあります。場 首里染織館 suikara2階 日 11月15日(金)~17日(日)10時半~18時 費 無料 問 琉球びんがた事業協同組合 ☎894-3363

首里織展

首里風(すいかじ)~いまむかし~

組合員の作品・展示販売・新作かりゆしウェア、着尺、帯地、小物他・後継者育成事業終了生の作品展示・しおりの機織り体験コーナー 場 首里染織館 suikara2階 日 11月22日(金)~25日(月)10時半~18時 費 無料 問 那覇伝統織物事業協同組合 ☎887-2746

エコドライブ体験会

エコドライブとは、燃料消費量やCO2排出量を減らす環境に優しい運転技術や心がけのことで、燃料代の節約だけでなく、安全運転にもつながります。ドライブシュミレーターでエコドライブ体験をしてみませんか。日 11月6日(水)~8日(金)10時~15時 場 市役所本庁舎1階売店側展示コーナー 対 運転免許所有者 所要時間 1人20分程度 費 無料 問 環境政策課 ☎951-3392

こどもの権利を考えるシンポジウム

「那覇市こどもの権利に関する条例」の制定に向けて、市内での機運を高めることを目的に開催します。日 11月20日(水) 開場 17時半、開演 18時 予定 場 那覇文化芸術劇場なはーと 小劇場 問 こども政策課 ☎861-2110

広告

自宅を「売ってもそのまま住める」資産活用法です。

8つの特徴

てるまさリースバック

売っても住む-ず

軍用地等の不動産も直接買い取ります!

その①

お支払いは最短5営業日です



その②

売却後もそのまま住めます



その③

買戻し(再購入)も可能です



その④

資金の使いみちは自由です



その⑤

住宅ローンが残っていても大丈夫です



その⑥

年齢や同居人の制約はありません



その⑦

固定資産税などが不要です



その⑧

相続対策になります



査定無料!お問い合わせはこちら



てるまさリース

那覇市泉崎1丁目12番15号

TEL.098-943-4355

平日9:00~17:00(土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)

こまちは

