

ひゅう

橋本 飛佑 ちゃん

令和4年3月<銘苅在住>

せいらゆう

仲宗根 聖竜 ちゃん

令和2年12月<仲井真在住>

あんな

桑江 杏来 ちゃん

令和4年1月<首里石嶺町在住>

さくと

石川 朔都 ちゃん

令和4年3月<上之屋在住>

かえで

津嘉山 楓 ちゃん

令和3年12月<首里久場川1町在住>

けい

高江洲 圭 ちゃん

令和3年12月<首里汀良町在住>

りこ

新垣 琳子 ちゃん

令和3年6月<楚辺在住>

きこ

津波 希子 ちゃん

令和4年9月<山下町在住>

るい

黒島 琉生 ちゃん

令和4年5月<牧志在住>

ゆづき

山下 悠月 ちゃん

令和3年1月<安謝在住>

なおり

浦崎 風織 ちゃん

令和4年3月<首里平良町在住>

しょうき

仲村 彰起 ちゃん

令和3年9月<銘苅在住>

めい

仲田 芽以 ちゃん

令和3年5月<安謝在住>

うちの宝

なはの宝

好評につき、数か月先の掲載分まで応募をいただいているため受付を一時休止しています。ご了承ください。

問 秘書広報課 ☎862-9942

うちな〜ぐちやあじくーたーぶち

をうかさん

意▼おかしい

例▼あんしをうかざる

(なんておかしいんだろ)

問 那覇市文化協会 ☎861・1909

那覇市歴史博物館

特集展示【沖縄戦前夜】

1904年に発足した愛国婦人会沖縄支部は、戦死者の遺族や負傷兵を救護し、軍人家族のために婦人天然の慈善的美徳」を発揮することを目的としていました。1933年に大宜味村で共産主義者を排撃するため国防婦人会が結成され、1937年には県内各地域の国防婦人会を統合した大日本国防婦人会沖縄地方本部が発足しました。このように、国の政策に沿う形で結成された各種婦人会は、1942年6月26日に大日本婦人会に統合されました。男性が戦地へ出征する一方で、女性は婦人会を結成し「銃後の守り」としての役割を担われました。国防献金や出征兵士の送迎、慰問袋づくり、武運長久を祈る千人針なども実施されました。特集では、投稿ヒラヤ千人針、出征兵への寄せ書きなど貴重な戦争資料を展示しています。

期 7月3日(月)まで

国宝尚家資料6月の特別展示「御絵図柄の緋衣裳」

期 7月3日(月)まで

黄色地破格子文様緋平絹袷衣裳

出征兵(首里真和志町出身)に贈られた「千人針」

壺屋焼物博物館

壺屋でシーサーの日！「みんなで作った面シーサー」展

期 6月4日(日)まで

場 3階企画展示室 費 無料

常設展示の作品の入れ替えと臨時休館について

当館では、毎年1月と6月頃に常設展示の作品を入れ替えており、以前ご覧された方も新しい展示内容をお楽しみいただけます。今年も左記の日程で臨時休館し、新たな作品を展示いたします。

当館の常設展示では土器の時代から現代の焼物まで、沖縄の焼物の歴史や文化を紹介しています。ご観覧後は、昔ながらの町並みが残る壺屋地域を散策しながら、やちむん通りで古陶や過去の名工の焼物から、最新の壺屋焼や陶芸作家の作品まで、お気に入りの器を探してみてください。

臨時休館 6月12日(月)〜19日(月)

学芸員と展示を見よう！常設展ギャラリートーク！

来月2月まで、学芸員が毎月テーマに沿って常設展示の解説をします。7回以上参加された方にはお好きな図録を贈呈します。

6月は「沖縄の民家、国指定重要文化財「新垣家住宅」の魅力」と題し、沖縄県の文化財として残る民家、その中の新垣家住宅の魅力についてご紹介します。

期 6月25日(日)10時開始※1時間程

費 常設展観覧料(大学生以下無料)

壺屋焼物博物館(那覇市壺屋1丁目9番32号)

開館時間▼10時〜18時(入館は17時30分まで)

休館日▼月曜※休日の場合は開館

常設展示観覧料▼一般350円(大学生以下無料)

☎862・3761 FAX 862・3762

糖質制限

塩分制限

たんぱく制限

たのしく楽しく

ご家庭での難しい食事制限をサボりど！管理栄養士監修

ウェルネスダイニング

2000万食突破！！

全国宅配

食べたい時にレンジでチン！

冷凍でまとめてお届け

賞味期間：冷凍3ヵ月以上

主菜1品+副菜3品

食事制限ができる宅配健康食

制限を感じない味

最初は食事制限を続けられるか不安だったけど、美味しくびっくり。たんぱく質と塩分が制限されていることが気にならない量と味。メニューも和洋中様々で飽きないし、とても良く出来た食事だと思う。

相談できるのが心強い！

管理栄養士さんが献立を考えてくれるので安心して食べられる。食事制限で困ったことがあれば電話で相談できるというのもとても心強いね！カロリーや塩分を抑えるコツを教えてもらって、毎日気を付けているよ。

まずは送料無料でお試しください！

| 糖質とカロリーを制限したい方向け     | 糖質・カロリー制限気配り宅配食 | 7食セット      | 14食セット     | 糖質        | カロリー          |
|----------------------|-----------------|------------|------------|-----------|---------------|
| たんぱく質・塩分・糖質を制限したい方向け | たんぱく・塩分調整気配り宅配食 | 4,860円(税込) | 9,504円(税込) | 15g以下     | 240kcal(±10%) |
| 塩分を制限したい方向け          | 塩分制限気配り宅配食      | 4,860円(税込) | 9,504円(税込) | 300kcal以下 | 2.0g以下        |
| 糖質・塩分・たんぱく質を制限したい方向け | 健康応援気配り宅配食      | 4,644円(税込) | 9,180円(税込) | 300kcal以下 | 2.5g以下        |

※1食あたり1食あたりの数値です。◎栄養基準値は日本食品標準成分表2015を参照。◎糖質の消費目安は1日あたり25gを目安とし、お体に合った量を摂取してください。◎商品は国内で製造しております。アレルギーを含む製品がございます。詳しくはお問い合わせください。◎商品の特性上、お賞味期限に前後する商品・交換はご遠慮ください。万一、一部商品に損傷がございましたら、返品交換は承っております。

気配り宅配食のお申し込み・お問い合わせは

●平日及び土曜日／9:30〜18:00(日・祝日休み)

☎050-1867-5190

お支払い方法

①郵便局・コンビニ払い(後払い)※1 ②クレジットカード払い ③代金引換※2

※1郵便局・ゆうちょ銀行での現金支払い時に加算される手数料110円(税込)はお客様のご負担をお願いいたします。コンビニ払いの場合の手数料は当社で負担いたします。※2代引き手数料330円(税込)はお客様のご負担をお願いいたします。

ウェルネスダイニング株式会社

東京都江東区亀戸1-5-7 錦糸町プライムタワー2階