

| 実施日(受付時間) | 予約先・予約受付期間 | 会場 | 健診項目:人数 |
|-------------------------------------|---|----------------------|---|
| 集団健診 1月15日(土) (8時30分～10時30分) | 健康づくり財団 11月26日(金)～12月12日(日)は 下記QRコードから申込み 12月15日(水)～17日(金)は ☎889-6452へ申込み (※1) | 沖縄産業 支援 センター | 特定健診:120人 大腸がん:150人 肺がん:120人 胃がん:30人 |
| | 健康増進課 12月3日(金)まで ☎853-7961またはHPへ | 那覇市役所 1階 市民会議室 | 特定健診:40人 乳マンモ:20人 |
| まちかど健診 12月23日(木) (13時～15時30分) | 健康増進課 12月3日(金)まで ☎853-7961またはHPへ | 那覇市役所 1階 市民会議室 | 特定健診:60人 大腸がん:60人 肺がん:60人 |
| | 健康増進課 1月7日(金)まで ☎853-7961またはHPへ | | |

(※1)予約受付期間終了後の空き状況は健康増進課へ問い合わせください。

対 20～74歳の国民健康保険加入者
申 平日8時30分～17時15分(12時～13時除く)
問 健康増進課 ☎853-7961



健康づくり財団

特定健診・健康診査のお知らせ

ラジオFM那覇にて、なはまもりフォーラムを開催します。今回のテーマは「**平時の見守りが万事のタスキ**」。災害発生時の見守りの大切さなどについてゲストとトークします。社協への質問、見守りに関するエピソードなどのメールをお待ちしています。
日 12月6日(月) 12時～14時
場 ラジオFM那覇、動画配信
問 那覇市社会福祉協議会 ☎857-7766
 info@nahasyakyo.org

冬のヒートショックに気をつけて!
 ヒートショックとは、温度の急な変化によって血圧が激しく上下し、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こす現象です。外と室内の寒暖差が大きい冬場は、ヒートショックが起きやすい時期です。自宅では、風呂場と脱衣所、居間とトイレなどで、室温差が大きくなりやすいよう注意しましょう。
対策方法 ●脱衣所と浴室の寒暖差が大きくなりすぎないように室内温度を調節する ●お風呂はぬるめで、立ち上がる時はゆっくりと ●飲酒・飲食後は時間をおいて入浴する
問 消防局救急課 ☎867-1199

冬のヒートショックに気をつけて!

info@nahasyakyo.org



特設ページ



なはまもりフォーラム 2021 part2

三原自治会の主催で特定健診・健康診査が実施されます。近隣地区のみなさん、この機会に特定健診を受けてみませんか。
日 12月5日(日) 8時～11時
対 20～74歳の国民健康保険加入者
場 三原内科クリニック(三原2・30・5)
問 三原自治会 ☎832-1402(予約受付)

65歳以上の難聴者へ補聴器代を一部助成

助成額 1人あたり上限**2万5千円**
対 次の①～③すべてに当てはまる人
 ①65歳以上(住民税非課税世帯)の市民
 ②聴覚障害による身体障害者手帳を**所持していない**
 ③耳鼻咽喉科で聴力程度の確認、医師から補聴器が必要とされた人
 ※購入前に要件などの事前確認と申請が必要です。詳しくは問い合わせください
申 募集人数に到達次第終了
問 チャーがんじゅう課 ☎862-9010

「企業立地促進奨励助成金」を支給します

対 令和2年1月2日以降に本市へ立地または新規創業した企業(事業内容・雇用や産業振興への効果など総合的に検討)
雇用要件 一定数以上の市民を新規に6か月以上継続し常時雇用すること
助成額 賃借型▼上限**480万円**
 建設型▼上限**500万円**
申 1月7日(金)まで
 詳しくは市ホームページをご確認ください。
問 商工農水課 ☎951-3212



市HP

令和4年1月に那覇市営住宅の入居者募集(空室待ち)を行います。
 詳しくは「なは市民の友1月号」に掲載します。※今回の申込みから入居時の連帯保証人が不要になりました。
期 申込書配布・申込受付ともに、令和4年1月5日(水)～20日(木)※郵送受付
問 市営住宅課(指定管理者)▼(株)琉信ハウジング ☎951-3242

住民主体通所型サービス 実施団体募集

高齢者(要支援者など)向けに介護予防に役立つ活動(体操や講座など)を実施する団体に補助金を交付します。
対 ボランティアグループ、自治会、NPO法人など
補助金額 上限49万2千円(年額)
申 随時募集中。要件など詳しくは市ホームページをご確認ください
問 チャーがんじゅう課 ☎862-9010

第20回那覇市障がい者美術展作品募集

対 市在住の身体、知的、精神障がい者・児童
申 12月1日(水)～1月31日(月) 9時～17時
 ※連絡をいただければ申込書を送付します
問 那覇市身体障害者福祉協会
 ☎885-0420

「第14回なは市民芸術展 作品募集」

市民のみなさんが制作した絵画、版画、彫刻、デザイン、写真、書道の作品を募集します。入賞・入選作品は那覇市民ギャラリーで展示公開します。
作品受付・搬入 第13回市長賞受賞作
日 1月5日(水) 10時～18時
対 市在住・在勤・在学・活動拠点を置く16歳以上
場 那覇市民ギャラリー(パレットくもじ6階)
費 2千円(大学生以下千円)
 ※詳しくは各公共施設配布の募集要項または市ホームページをご確認ください
展示会
日 1月18日(火)～23日(日)
 10時～19時(最終日は17時まで)
問 那覇市文化協会 ☎861-1909

D51(デゴイチ)ものがたり

与儀公園にD51というSL汽車があるのを知っていますか。なぜ那覇市の与儀公園にD51があるのか。その経緯を調べ、市民に親しまれるD51の歴史を学びましょう。
日 1月22日(土) 14時～16時
場 中央公民館ホール※駐車場なし
対 市在住・在学・在勤の16歳以上
定 20人(応募多数の場合は抽選)
費 50円(保険料)
申 12月6日(月)～24日(金)
 中央公民館窓口、電話、メールで受付。
 QRコードを読み取り、①講座名②名前③連絡先④お住まいの地域を記入し送信。
 Es-KOUJOU12@city.naha.lg.jp
問 中央公民館 ☎917-3442



市HP

病気を防ぐ！健康ウォーキング講座

いつでも、どこでも、どなたでも取り組めるウォーキングで運動習慣を身に付けましょう。
日 12月9日・16日・23日全3回(各木曜19時～21時)
場 神原小学校地域連携教室ほか
対 市在住・在勤・在学で運動に支障のない20歳以上
定 先着20人 **費** 200円(保険料など)
申 12月2日(木)開始。中央公民館窓口、電話、FAX・メールで受付(平日9時～17時)
問 中央公民館 ☎917-3442

シニア学級「守礼大学」～王都首里めぐり～

日 1月12日～2月9日全5回(各水曜9時～12時)
内 30分の座学後、首里の景勝地などを歩いてまわり、健康的に楽しく学習
対 市在住・在勤で2～3時間歩ける満60歳以上(当講座を初めて受講する人のみ)
定 15人(応募多数の場合は抽選)
費 千円(資料代、保険料など)
申 12月13日(月)～24日(金) 電話、首里公民館窓口で申込(平日9時～17時)
問 首里公民館 ☎917-3445

令和4年1月に那覇市営住宅の入居者募集(空室待ち)を行います。
 詳しくは「なは市民の友1月号」に掲載します。※今回の申込みから入居時の連帯保証人が不要になりました。
期 申込書配布・申込受付ともに、令和4年1月5日(水)～20日(木)※郵送受付
問 市営住宅課(指定管理者)▼(株)琉信ハウジング ☎951-3242

住民主体通所型サービス 実施団体募集

高齢者(要支援者など)向けに介護予防に役立つ活動(体操や講座など)を実施する団体に補助金を交付します。
対 ボランティアグループ、自治会、NPO法人など
補助金額 上限49万2千円(年額)
申 随時募集中。要件など詳しくは市ホームページをご確認ください
問 チャーがんじゅう課 ☎862-9010

第20回那覇市障がい者美術展作品募集

対 市在住の身体、知的、精神障がい者・児童
申 12月1日(水)～1月31日(月) 9時～17時
 ※連絡をいただければ申込書を送付します
問 那覇市身体障害者福祉協会
 ☎885-0420

「第14回なは市民芸術展 作品募集」

市民のみなさんが制作した絵画、版画、彫刻、デザイン、写真、書道の作品を募集します。入賞・入選作品は那覇市民ギャラリーで展示公開します。
作品受付・搬入 第13回市長賞受賞作
日 1月5日(水) 10時～18時
対 市在住・在勤・在学・活動拠点を置く16歳以上
場 那覇市民ギャラリー(パレットくもじ6階)
費 2千円(大学生以下千円)
 ※詳しくは各公共施設配布の募集要項または市ホームページをご確認ください
展示会
日 1月18日(火)～23日(日)
 10時～19時(最終日は17時まで)
問 那覇市文化協会 ☎861-1909

D51(デゴイチ)ものがたり

与儀公園にD51というSL汽車があるのを知っていますか。なぜ那覇市の与儀公園にD51があるのか。その経緯を調べ、市民に親しまれるD51の歴史を学びましょう。
日 1月22日(土) 14時～16時
場 中央公民館ホール※駐車場なし
対 市在住・在学・在勤の16歳以上
定 20人(応募多数の場合は抽選)
費 50円(保険料)
申 12月6日(月)～24日(金)
 中央公民館窓口、電話、メールで受付。
 QRコードを読み取り、①講座名②名前③連絡先④お住まいの地域を記入し送信。
 Es-KOUJOU12@city.naha.lg.jp
問 中央公民館 ☎917-3442

病気を防ぐ！健康ウォーキング講座

いつでも、どこでも、どなたでも取り組めるウォーキングで運動習慣を身に付けましょう。
日 12月9日・16日・23日全3回(各木曜19時～21時)
場 神原小学校地域連携教室ほか
対 市在住・在勤・在学で運動に支障のない20歳以上
定 先着20人 **費** 200円(保険料など)
申 12月2日(木)開始。中央公民館窓口、電話、FAX・メールで受付(平日9時～17時)
問 中央公民館 ☎917-3442

シニア学級「守礼大学」～王都首里めぐり～

日 1月12日～2月9日全5回(各水曜9時～12時)
内 30分の座学後、首里の景勝地などを歩いてまわり、健康的に楽しく学習
対 市在住・在勤で2～3時間歩ける満60歳以上(当講座を初めて受講する人のみ)
定 15人(応募多数の場合は抽選)
費 千円(資料代、保険料など)
申 12月13日(月)～24日(金) 電話、首里公民館窓口で申込(平日9時～17時)
問 首里公民館 ☎917-3445

ONICLE は
飲食・アパレル・EV事業などを通じ、
那覇市の中心から那覇市のことを考え、
那覇市を盛り上げる地元応援企業です。

WHAT'S ONICLE????

〒900-0014
沖縄県那覇市松尾1-16-6
TEL 098-943-0747

ONICLE×REST
鬼茶房 Oni Cafe
powered by MANGOSIX & 四川食房福龍
MANGOSIXと四川食房福龍のメニューをご提供。
中心地でも住宅街にあり、
一味違う静かな那覇を楽しめます。

ONICLE×DRIVE
Oni Drive
国際通りもスイスイ進める。小回りの
効く電気バイクのレンタル・販売を
しています。※要原付免許

ONICLE×CLOTHING
Oni Clo
オリジナル国産Tシャツを中心に、
MANGOSIX officialグッズも販売中

CHARITY T-SHIRT
DON'T STOP OKINAWA NOW
DON'T STOP NAHA NOW
那覇市市制100周年記念事業モデル

#心は止めない!
KISS,TOKYO コラボTシャツ

新型コロナウイルスの影響は、私たちの生活に多大な影響を与えています。
この状況にも負けず、明るい未来を子どもたちへ繋げていけるように。

「DON'T STOP NAHA NOW」の支援金は、
那覇市「子どものみらい応援プロジェクト推進基金」へ
「DON'T STOP OKINAWA NOW」の支援金は、
沖縄県「沖縄子どもの未来基金」へそれぞれ寄付します。

お問合わせはこちらまで
「DON'T STOP NAHA NOW」・「DON'T STOP OKINAWA NOW」運営事務局
info.dsnn-dson@oni-chance.org 電話:098-894-7227