



# ナホト 市民の友

2021年(令和3年)

第847号・毎月1日発行

8月

発行：那覇市 〒900-8585 那覇市泉崎1丁目1番1号 ㊞(代表)098-867-0111

印刷：(有)サン印刷

配布：那覇市シルバー人材センター



みなさん、  
マ野菜足りていませんか？

【特集】野菜を食べて、美味しく健幸生活

主な紙面

- 【特集】野菜を食べて、美味しく健幸生活 ..... 1~3
- 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ ..... 4~5
- 令和3年度 那覇市職員採用候補者試験 ..... 6
- 那覇まちかどフォトコン  
新都心公園にキッチンカーがやってくる!  
「協働によるまちづくり」リレー ..... 7~9
- 情報パック
- 【折り込み】特定健診だより

那覇市長 城間幹子

新鮮野菜で、夏バテ予防！

はいたい。市民の皆さん！

いきなりですが、普段どのくらい野菜を食べていますか。

今日は8月31日の「野菜の日」にちなみ、野菜と健康に注目した特集を掲載しています。また、市民の皆さんのが、おうちで作っても、外で買っても自然と健康になれる食環境づくりを目指した「なはベジ協力店」について紹介します。

野菜を上手に取り入れて、厳しい暑さを乗り切りましょう。

**Catalog Pocket**  
カタポケ iPhone / Android 無料 Free App

「広報なは市民の友」を  
10言語で  
読むことができます。  
ウェブでも  
アプリでも



那覇市の人口と世帯  
2021(令和3)年6月末現在

● 総人口 **318,779人** (4,811人)  
男 154,428人 (2,493人) 女 164,351人 (2,318人)  
● 世帯数 **156,077世帯** (3,234世帯)  
※( )内はうち外国人

市が実施する事業やイベント、防災情報などの情報を発信しています。右記QRコードからそれぞれご覧いただけます。



このステッカーが目印!

# 美味しく健幸生活!

## お店を「なはベジ協力店」に登録したい!

申し込み方法は2通りあります。

### ① 申し込みフォーム

下記のQRコードを読み込んで、必要な情報を入力するだけで登録完了!



### ② 登録申請書

健康増進課窓口やお店などに設置しています。必要な情報を記入したら、窓口へ持参／郵送／Faxで提出することができます。

## 「なはベジ協力店」を知りたい!

なはベジ協力店はお店の入口にステッカーを貼っています。右側にある可愛い“なはベジステッカー”を目印にご利用ください。またホームページでも店舗情報を更新していく予定です。



## コープおきなわ あつぱるタウン



一昨年、野菜ソムリエを招いて行われた「野菜ふえす」



オススメが一目でわかる広々とした店内には、根菜に葉茎菜類、果菜類などたくさんの野菜たちが並びます。買い物場には調理法やレシピなどのポップが貼られ、食卓を囲む人々の笑顔が思い浮かびます。また、野菜の販売だけでなく、8月31日(野菜の日)や1月31日(愛菜の日)には、イベントを通じた野菜の普及活動にも取り組んでいます。農家さんが丹精込めて作った野菜をぜひご賞味ください。

場 おもろまち3-3-1 営 9時~22時  
☎941-8020



安全安心な野菜をお届けします!

## 国際通りのゴーヤージュース



夏の定番野菜“ゴーヤー”。明るい店主がお出迎えする国際通りのゴーヤージュースでは、100%ゴーヤージュースからソーダ割りなど数種類のメニューを揃えています。苦みが強いイメージのゴーヤーですが、丁寧にあくを取り除くことで渋みが消え、爽快感とした味わいに。1番人気のシークワーサー割りはシークワーサーの酸味がゴーヤーの苦みを和らげ、サッパリとしていて暑い夏にピッタリです。

場 久茂地3-2-22(わしたショップ隣) 営 13時~19時  
☎090-5941-5904



## 鬼茶房 Oni Cafe powered by MANGOSIX

場 松尾1-16-6 営 10時~22時  
☎943-0747



## 居酒屋 琉球王 古波蔵店

場 壱川2-13-26 ☎853-7470 営 17時~25時



## ピパーチキッチン

場 西2-6-16 ☎988-4743 営 11時~15時

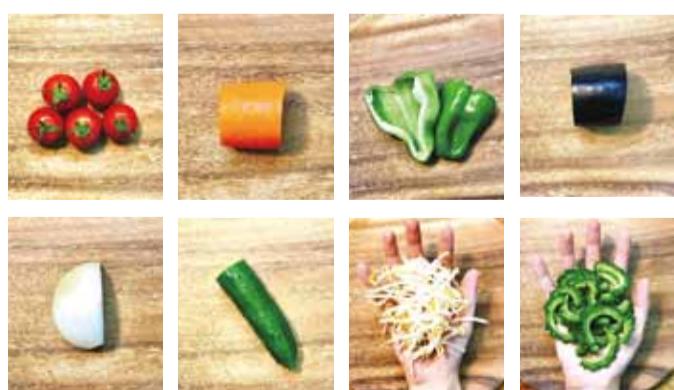


## プラスあと+100gを達成するコツ

野菜を増やしたいけど「100gっていったいどのくらいの量なの!?」「どうやって増やしたらいいの!?」と思ったそのあなた。右の資料を参考に自分で作るときでも、外で買うときでも、野菜を増やすコツをつかんでみませんか?

### 自分で料理を作る人へ...

写真は野菜50gの目安です。この中から2つ選んでいつもの食事に足してみましょう。



### もっと簡単に野菜を増やしたい人へ...

#### いつもの食事にプラスワン!

##### 外食・テイクアウト編

- ハンバーガー + コールスロー サラダ
  - ラーメン + 八宝菜
  - お弁当 + 野菜スープ
- 菜の内など野菜のおかずが多いものを選ぶとなお良し!

##### おうちごはん編



【冷凍庫からパパッとプラス♪】  
冷凍野菜も便利!忙しくて買いたい物に行けない時や自粛期間で買いたい物を控えたい時にも冷凍庫に常備しておくと安心♡



# 野菜を食べて、



問 健康増進課 健康づくりグループ  
☎853-7961

## なはべジ協力店 を紹介するよ♪

### なはべジ協力店って何?

野菜がたくさん食べられるメニューを提供している、または野菜を販売しているお店を「なはべジ協力店」として登録するプロジェクトです。「なはべジ協力店」に登録しているお店は、①野菜を100g以上使ったメニューがある飲食店、または②野菜を100g以上販売しているお店(スーパーなど)で、市民のみなさんが自然と野菜を食べられるお店です。

※新型コロナウイルス感染症の影響により営業時間が異なる場合があります。詳しくはお店までお問い合わせください。

## 和食居酒屋クーパーズ



bonjiriyaki



ほんじり鉄板焼きにはなんと、200gも使われています!

和食を通して美味しい野菜を提供いたします♪



場 壱屋1-33-1 国吉アパート1階 営 17時30分～25時  
☎943-0098 ※年末年始は休み

## あめいろ食堂



幕之内弁当



キヤロットラペに使用される野菜とフルーツたち

あめ色を基調としたアットホームな雰囲気の店内で提供されるのは、県産食材を使った体に優しいお弁当。お弁当に入る副菜には必ず旬の野菜を使用しているのが店主のこだわりです。炒め物からあえ物まで1つのお弁当で数種類の野菜が楽しめます。また、ドラゴンフルーツを使ったキヤロットラペなど、フルーツと野菜を組み合わせたユニークな一品に出会えるのもこの店ならではです。

場 横川1-3-7 営 12時～15時 ※土・日は休み  
☎911-4953 ※木・金のみ17時～20時まで営業しています。



## コープおきなわ

おろく店 場 鏡原町34-21  
☎857-0069

こくば店 場 国場368  
☎831-8400

寒川店 場 首里寒川町2-80  
☎882-2334

首里店 場 首里汀良町3-104-1  
☎887-5633



## ジミー那覇店

場 銀苺3-8-5 ☎861-1110

営 店舗:9時～21時30分  
レストラン:  
【ランチ】11時～15時30分  
【ディナー】17時30分～20時  
(土・日・祝日のみ営業)



## STEAK HOUSE DAY'S

場 田原2-2-4 ☎857-4129

営 【ランチ】11時～15時  
【ディナー】15時～23時



### 野菜を食べるメリット

#### ①食べ過ぎを防ぐ



野菜は繊維が多くかみごたえのあるものが多くあります。よくかむことで満腹感を感じやすくなり、ついついしてしまうドカ食いを防いでくれます。

#### ②ビタミンやミネラルが豊富



ビタミンやミネラルが体の調子を整え風邪をひきにくくしたり、高血圧などの予防にもつながります。

#### ③酸化を防ぐ



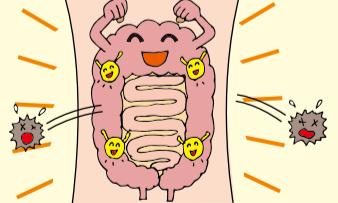
身体が酸化すると、老化や病気の原因になります。野菜にはこの酸化を防ぐ抗酸化物質が多く含まれています。

#### ④吸収をゆるやかに



野菜を先に食べると炭水化物や揚げ物に多く含まれる糖質や脂質の吸収をゆるやかにしてくれます。みなさんもレツツ!ベジファースト!

#### ⑤便秘を防ぐ



食物繊維が腸の動きを活発にし、排便を促すことで腸内環境を整えてくれます。快腸生活で、体調も快調!



ベジすごろく

☆ オクラ ブロッコリー

10秒以内にやさしいの名前を言ってみよう!  
言えた数だけすすめるよ。



かぼちゃ トマト

「なはべジ協力店」で野菜メニューを食べたよ。

玉ねぎ

野菜のメニューが今日は無かったなあ～残念。

へちま

野菜をたべたらうんちがいっぱい出たよ



▶2すすむ

7月16日時点の情報です

# 新型コロナワクチン接種のお知らせ

問 那覇市新型コロナワクチン接種センター ☎917-0707 平日9時～17時(この番号では予約はできません)

**自分自身とまわりの大切な人たちを守るために、新型コロナワクチンを受けましょう！**

ワクチンは、新型コロナの発症や重症化を95%予防する効果があると報告されています。

つまり、ワクチンを受けた人は発症リスクが20分の1になります。

例えば、100人の感染者が今後は多くても1日5人に抑えることができます。

ワクチンには、発症予防に加え、入院や重症化を防ぐ効果もあります。

多くの人がワクチンを接種することで、新型コロナの流行を抑え込むことができます。



## ワクチンについてよくある質問

**Q ワクチンを打ちたいですが、副反応が心配です。**

**A** ワクチンの副反応として、まれな頻度で、アナフィラキシー(急性のアレルギー反応)が見られています。接種後は体調観察のため、15～30分は会場で待機していただきます。体調に異変があれば、会場にいる医師・看護師が適切に対処するよう準備しています。

**Q アナフィラキシー以外の副反応はありますか？**

**A** よくある副反応は次のとおりです。

50%以上	接種部位の痛み・頭痛・だるさ
10～50%	発熱・筋肉痛・関節痛
1～10%	吐き気・嘔吐

ファイザー社製の場合

症状の多くは接種当日から翌日に出現し、1～2日でおさまります。ワクチン接種前は体調を整え、接種後も体調の変化に気を付けてください。

**Q 接種後に熱が出たらどうしたらいいですか？**

**A** 必要な場合は解熱鎮痛剤を服用するなどして様子をみていただくことになります。ワクチン接種後、2日間以上熱が続く場合や症状が重い場合、ワクチンでは起こりにくい症状がみられる場合は、医療機関等への受診や相談をご検討ください。

**市からワクチン接種券が届いた方は、次の方でワクチン接種の予約ができます。**

- ①集団接種
- ②個別接種
- ③沖縄県広域接種センター



## 1 集団接種

**① インターネット予約システム**  
(市ホームページでご案内します)



## 2 那覇市集団接種予約センター

☎098-993-1292 午前9時から午後5時まで

(祝日を除く月曜から日曜)

### 今後の接種券発送予定

対象年齢 (R4.3.31時点の年齢)	発送時期	市の集団接種 予約時期
基礎疾患がある方 エッセンシャルワーカーの方	7月中旬～ 7月下旬	接種券が 届き次第
50歳から64歳		
40歳から49歳	7月下旬～ 8月上旬	8月3日(火)
30歳から39歳		8月17日(火)
16歳から29歳		8月31日(火)
12歳から15歳	8月上旬	決まり次第お知らせします

\*ワクチンの供給量や会場開設状況により変更する場合があります。

### 8月集団接種予約開始日

接種期間	予約開始
8月9日(月)～22日(日)	8月3日(火)
8月23日(月)～9月5日(日)	8月17日(火)

## 8月の集団接種会場

朝/10時～13時 昼/14時～17時 夕/18時～20時

	月	火	水	木	金	土	日
ともかぜ振興会館(那覇西高校隣り) なは市民協働プラザ(旧新都心銘苅庁舎)	朝	●	●	●	●	●	●
	昼	●	●	●	●	●	●
牧志駅前ほしざら公民館	朝			●	●	●	●
	昼			●	●	●	●
厚生会ホール(那覇市上下水道局隣り) 小禄南公民館 繁多川公民館 石嶺公民館 若狭公民館	朝			●	●		●
	昼			●	●	●	●
	夕					●	
首里公民館 津波避難ビル(那覇中学校近く)	朝					●	●
	昼			●	●	●	●
	夕			●	●		
まーいまーいNaha (仲井真小学校隣り)	朝						●
	昼			●	●	●	●
	夕			●	●	●	●
那覇市医師会検診センター	14時～17時	●	●	●	●		

●実施

## ②個別接種会場一覧

### 本庁(個別)

医療機関	住所	備考
あかりクリニック	銘苅	通
アメカル耳鼻科クリニック	銘苅	☎865-3387 接種は10時30分以降
あらかき内科クリニック	楚辺	通 ☎851-7828 電話または窓口受付
イルカこころのクリニック	寄宮	通
おもろまちメディカルセンター	上之屋	通 ☎080-6484-6691、080-9854-1670 (月～金 9時～12時/14時～17時)
かつれん内科クリニック	銘苅	40歳以上のみ 接種は月水金の午後
クリニックソルテ	牧志	通
ともり内科循環器科	おもろまち	☎868-5839 8月24日から受付開始
ながた内科クリニック	天久	通
のはら元氣クリニック	銘苅	通 ☎867-0012 9時30分～17時30分 /水は9時30分～12時/日・祝休み
はいさいクリニック	泊	予約停止中
愛和ファミリークリニック	おもろまち	☎941-7255 予約開始時期はHP確認
安謝小児クリニック	安謝	☎869-0600 予約停止中
伊志嶺整形外科	久茂地	☎050-3033-1432 (10時～12時/15時～17時)
伊集内科医院	久米	通 ☎864-1188
ライフエアクlinik那覇	泉崎	通
整形外科よざクリニック	松尾	通
まつおTCクリニック	松尾	通 ☎861-8006ワクチン入荷状況によっては変更の可能性あり
八重洲クリニック	松山	☎861-8618
友寄クリニック	泉崎	☎854-3678 (月火水金14時～18時)
喜屋武内科・呼吸器科	銘苅	通
宮城美容外科クリニック	前島	通院者優先(通院外の方も可能)問い合わせ時間10時～15時
形成外科KC	久茂地	☎866-5151 (火水9時30分～12時30分)
山城消化器内科医院	樋川	通 9月から予約再開
山城整形外科眼科医院	樋川	☎836-1100
糸数病院	泊	女性のみ予約可
曙クリニック	曙	☎863-5858 (15時以降)
新健幸クリニック	久茂地	☎861-5700 詳しくはTwitter (@ShinkenkoClinic)
新川クリニック	壺屋	通 ☎863-1511 (11時～13時/15時～17時)
神谷医院	長田	月水金15時～17時 65歳以上の予約可
西町クリニック	西	☎867-0010 (月火水金9時～12時/14時～18時、木土9時～12時)
仲松内科クリニック	久茂地	☎861-3875 (11時～17時)
仲地胃腸内科クリニック	泊	予約停止中
仲本内科・小児科	銘苅	通 ☎860-1835 ☎090-3079-9240
徳洲会新都心クリニック	銘苅	火～木 (14時～16時)
那覇民主診療所	松尾	☎880-9620 (平日12時～14時)
平田胃腸科・内科	銘苅	☎869-7272 (14時～17時) 8月分終了。9月分は8月から予約開始
平良クリニック	松尾	9時～10時/16時～17時 8月から予約開始
ふうりん訪問診療所	泊	訪問診療患者のみ

### 真和志(個別)

医療機関	住所	備考
がきやクリニック	長田	通 ☎832-8801 接種は10月以降
ごきげん整形クリニック	長田	通
こくら台ハートクリニック	国場	予約停止中
なかよし内科クリニック	真嘉比	☎887-3333 (月火木金13時30分～17時30分) 接種は8月以降

④…通院者のみ 記載されている時間以外のお問い合わせはご遠慮ください。

### 真和志(個別)

医療機関	住所	備考
のは耳鼻咽喉科	寄宮	☎835-4600 最新情報はHP確認、電話・ネット予約可
のぶ内科クリニック	長田	☎832-2266 (10時～11時/15時～17時)
みやら内科クリニック	真嘉比	通
やぎSUNクリニック	仲井真	☎832-3387 接種日は火金11時～12時30分
仲本病院	古島	☎885-3333 (月～金8時30分～17時30分/土8時30分～12時30分)
クリニック絆	寄宮	☎854-5531 (月～金/14時～16時)
沖縄セントラル病院	与儀	☎854-5511 (月～金15時30分～17時30分)
松城クリニック	松川	通院者とその家族のみ。
真栄城耳鼻咽喉科	安里	インターネット(病院なび)でのみ受付
大道中央病院	安里	入院者のみ
仲宗根整形外科	安里	通
沖縄協同病院	古波蔵	通 ☎080-9854-9684、080-9854-9656 (月～金9時～12時/13時～16時)
屋宜内科医院	古波蔵	通 ☎833-1040
嘉数胃腸科外科医院	仲井真	☎832-1111 (月～土10時～13時)
首里城下町クリニック第一	松川	通 ワクチンの数に限りあり
首里城下町クリニック第二	繁多川	通 透析通院中の患者のみ
川平病院	古波蔵	☎836-1101 月～土 (10時～13時/14時～17時)
那覇市立病院	古島	通 地域連携室窓口でのみ受付
田崎病院	松川	☎885-2375 (月～金14時～17時)
白井クリニック	真地	☎833-6500 (月火木金9時～12時/14時～18時、水土9時～12時)
野原耳鼻咽喉科医院	国場	☎834-3812 (月火水金15時～17時)
琉生病院	大道	通 (10時～13時/14時～16時) 8月から予約開始

### 首里(個別)

医療機関	住所	備考
おおキッズクリニック	首里石嶺町	通 ☎887-0055
きなクリニック	首里儀保町	☎885-4983 WEB予約・窓口受付可
くばがわメディカルクリニック	首里久場川町	通 ☎988-8182 (月～土 9時～12時)
たつや脳神経外科	首里久場川町	通 接種券が手元に届いている方
花城内科医院	首里儀保町	☎884-1879 電話または窓口受付可
叶クリニック	首里石嶺町	☎886-0888 (月火木金14時から接種開始)
オリブ山病院	首里石嶺町	通院・入院者のみ
シャロンクリニック	首里石嶺町	通 小児不可
首里協同クリニック	首里石嶺町	通
首里内科クリニック	首里久場川町	通 ☎979-5333

### 小禄(個別)

医療機関	住所	備考
あじとみクリニック	高良	☎859-5888
うえばるクリニック	宇栄原	8月2日から9月分受付開始
かいせいクリニック	宮城	☎858-5577 (10時～17時)
さつきクリニック	宇栄原	通 (月火木金15時～17時)
たばる内科胃腸科	金城	通 接種日は月木の午前中
はざま胃腸内科クリニック	宇栄原	通
垣花小児科内科医院	金城	☎080-6498-4086 (月火水14時～15時) 8月で終了予定
小禄病院	小禄	☎970-6609 ワクチンの供給に応じて受付休止あり

## ③沖縄県広域ワクチン接種センター

### 予約対象者

次の①～③のすべてに該当する方のみ予約をすることができます。

- ①沖縄県に居住している18歳以上の方
- ②市町村から送付された接種券を持っている
- ③今回が1回目のワクチン接種である

**接種会場** •沖縄県立武道館  
•沖縄コンベンションセンター  
**接種可能時間** 月～金 18時～21時  
土・日 15時～21時  
**予約方法** ウェブサイト予約  
または専用コールセンター

沖縄県広域ワクチン接種  
コールセンター  
**☎943-2993**  
(受付時間 10時～17時)

Webサイト  
予約はこち



市内の事業所に従事するエッセンシャルワーカーの方々は、接種券が届き次第予約が可能です。

### 対象のエッセンシャルワーカー

高齢者・障害福祉サービス事業所職員／認可園・公私連携保育所・公私連携こども園・私立こども園・認可外保育所・事業所内保育所等職員／児童クラブ職員／ごみ収集従事者／那覇市立小・中学校等の教職員等／学校給食センター調理員／消防局職員／消防団員／那覇市総務部防災危機管理課職員





各催し物は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期となる場合があります。事前に各問い合わせ先にご確認ください。

支給期間	3か月
支給月額	単身世帯▼月6万円、2人世帯▼
申請期間	8月31日(火)まで
申問	就職・生活支援パーソナルサポートセンター(那覇バスターミナルビル6階) 090-9783-4703
問	こども政策課 861-2110

支給期間	3か月
支給月額	単身世帯▼月6万円、2人世帯▼
申請期間	8月31日(火)まで
申問	就職・生活支援パーソナルサポートセンター(那覇バスターミナルビル6階) 090-9783-4703
問	こども政策課 861-2110

対	社会福祉協議会の緊急小口資金などの特例貸付の再貸付が終了した世帯および8月31日までに終了となる世帯などが対象です。支給には収入・資産・求職など者は対象外)。
申	詳しくは市ホームページをご確認ください。
問	支給期間 3か月
答	月8万円、3人以上世帯▼月10万円
問	申請期間 8月31日(火)まで
申問	支給月額 単身世帯▼月6万円、2人世帯▼
問	申問
答	市 HP

令和3年度 集団健診のご案内				
	実施日:(受付時間)	予約先:受付期間	会場	健診項目:人数
集団健診	10月16日(土) (8時30分～10時30分)	健康づくり財団 8月25日～9月12日 下記QRコード 9月15日～9月17日 ☎889-6452	保健所 ※駐車台数に制限があります	特定健診:60人 大腸がん:80人 肺がん:60人
まちかど健診	8月18日(水) (13時30分～16時)	健康増進課 8月4日(水)まで ☎853-7961	市役所2階 201会議室	特定健診:60人 大腸がん:60人 肺がん:60人
	9月15日(水) (13時30分～16時)	健康増進課 9月1日(水)まで ☎853-7961	市役所2階 201会議室	特定健診:60人 大腸がん:60人 肺がん:60人

※各回とも受付期間以降の空き状況は健康増進課へお問合せ下さい。

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 保健所 健康増進課 ☎853-7961



健康づくり財団

### 令和3年度 自衛官採用試験のご案内



- ◆ 一般曹候補生(男・女)
- 【応募資格】18歳以上33歳未満
- 【受付期間】7月1日(木)～9月6日(月)
- 【二次試験日】9月16～19日(いずれか1日)

- 【内】①就職説明・面接会 ②個別相談
- ③就活力アップセミナー
- ④履歴書用の写真撮影



特設サイト

- 【対】(特設サイトは8月2日開設)
- すべての求職者(令和4年3月卒業予定の学生や一般求職者など)

- 【問】適職発見プロジェクト事務局運営企業(株)求人おきなわ ☎860-8900

- 【対】(学生や一般求職者など)

- 【問】厚生労働省では、常用労働者を1～4人雇用している小規模事業所(令和3年7月31日在籍)を対象に、「毎月勤労統計調査特別調査」を実施します。この調査は、小規模事業所における賃金・労働時間・雇用の実態を、明確にすることを目的としています。調査結果は小規模事業所の実態を示す資料として、最低賃金の改定審議などに使用されます。

- 【問】厚生労働省では、常用労働者を1～4人雇用している小規模事業所(令和3年7月31日在籍)を対象に、「毎月勤労統計調査特別調査」を実施します。この調査は、小規模事業所における賃金・労働時間・雇用の実態を、明確にすることを目的としています。調査結果は小規模事業所の実態を示す資料として、最低賃金の改定審議などに使用されます。

- 【問】自衛隊沖縄地方協力本部 ☎863-5280

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満

- ・海上要員 18歳以上23歳未満

- ※どちらも高卒(見込)であること

- 【受付期間】7月1日(木)～9月9日(木)

- 【二次試験日】9月20日(月)

- 【応募資格】

- ・航空要員 18歳以上21歳未満



# なはニュース ダイジェスト

## 6/17 那覇市消防団長辞令交付式

消防団とは、消防本部や消防署と同じように設置される消防機関で、地域における消防防災活動のリーダーとして市民の安全安心を守る重要な役割を担っています。

辞令交付式で消防団長に任命された嘉数勝さんは「消防団員は本業を持っています。活動には会社の理解や協力が必要です。今は消防団としての活動がしにくい状況ですが、団員がどうしたら満足して活動できるか考え、頑張っていきます」と話しました。



## 7/8 寝台特急「なは」のヘッドマーク寄贈

昭和42年、沖縄の本土復帰を願い、「本土に沖縄名の列車を走らせよう」というキャンペーンが実施され、特急「なは」が、翌年誕生しました。当初は、新大阪～西鹿児島間の特急列車でしたが、昭和50年からは夜間運航の寝台特急となりました。

40年間走り続けた「なは」は、平成20年に最後の運行を終え、このたびヘッドマークなどを那覇市に寄贈いただきました。

寄贈いただいたヘッドマークは、那覇市歴史博物館の企画展などでの展示を予定しています。



## 7/14 那覇市議会議員一般選挙当選証書付与式

7月11日(日曜)に行われた那覇市議会議員一般選挙の当選証書付与式が那覇市議会議場で行われ、日高清義 選挙管理委員長から当選した40人に当選証書が手渡されました。

日高委員長は「当選おめでとうございます。市民の負託を受けて当選したみなさまは、これまでの経験を活かし、市政発展の一翼を担ってご活躍されることを願います」と激励しました。

新しい議員のみなさまの任期は、令和3年8月4日から令和7年8月3日までの4年間です。



## 那覇市立図書館 なぽんちゃんのブックトーク

はいたい！「なぽんちゃん」です。旧暦の8月1日は「八朔の日」。日頃お世話になっている人に贈り物をする農村由来の風習があり、お中元の由来にもなっていると言われています。会いたい人になかなか会えない…こんなご時世だからこそ、大切な人へ感謝の気持ちを伝えてみませんか？今日は「ありがとう」の大切さを再確認できる本をご紹介しま~す。



### 『FRIENDSHIP IS... あなたに感謝する500のこと』

リサ・スウェーリング、ラルフ・レザー / 著 文響社編集部、三上明日香 / 訳 (文響社)

最近、まわりの人に感謝をしていますか？この本は、友人、家族、恋人、相棒など大切な人と過ごす500個の瞬間を切り取り、愛らしいイラストとともに綴っています。自分を支えてくれる人の存在に改めて気付くことができ、自然と優しい気持ちになれる1冊です。

**一番嬉しかったこと**  
子を授かり、5人の子どもを育ててきましたこと。5人とも元気です。

**がんじゅう(元氣)の秘訣**  
好き嫌いなく、何でも食べること。明るく前向き、くよくよしないこと。

**ご夫婦の思い出話**  
お酒の好きなやさしい夫で、今年無事



運天 信子さん(100歳)  
大正10年4月生まれ

わんにん100歳やいびーんど！  
(私も100歳ですよ)  
那覇市と同じく、今年100歳を迎える市民をご紹介します  
VOL.2

人生で頑張ってきたこと  
に33年忌を送ることができたこと。  
転んで左右の膝、股関節を骨折したが、手術に耐え今は少しずつ歩くことができるようになったこと。  
毎日好きに過ごし、プロ野球巨人のファンで毎回応援して楽しく過ごせる  
ことです。  
**那覇市民のみなさんに一言お願いします**  
市制100年、私も100年、感謝でいっぱいです。



娘一家と行った家族旅行  
(昭和50年代後半)

### 『きみにありがとうのおくりもの』

宮野聰子 / 作・絵 (教育画劇)

仲良しのこりすとくまくんがお互いにありがとうを伝え合い、感謝して幸せな気持ちで過ごす日常が描かれています。「ありがとう」を言葉にして、自分の気持ちをきちんと相手に伝えること。

当たり前のように忘れられがちな大切なメッセージが込められた、ほっこり心地良い温もりを与えてくれるすてきな絵本です。



(担当：中央図書館)

問 中央図書館 ☎917-3449

# パソコン修理します

## パソコントラブルのお見積り・出張診断 無料



有限会社 朝日印刷 情報システム部

☎ 098-832-3682



パソコン販売もしております  
<https://www.romance-asahi.com/>  
お客様のご要望に応じてカスタマイズ致します。まずは1台いかがですか？

高速起動・サクサク作業の最新SSD M.2採用  
■HDD 1TB  
■SSD M.2搭載  
■CPU 4コア4スレッド以上  
■メモリ 16GB  
■OS Windows10 Pro  
■最新Office永続版付



ASAHI Planning & Design Produce

!

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、施設の臨時休館、催し物が中止・変更となる場合があります。  
事前に各お問い合わせ先にご確認ください。

!

**那覇市民ギャラリー ☎ 867-7663 パレットくもじ6階**  
[開館時間] 10時～19時 日曜日17時から展示物搬出あり [休館日] 日曜日

日	タイトル	場所	入館料	展示内容
8月3日(火) ～8日(日)	亀澤 盛美展	第1 展示室	無料	油彩・水彩・ 写真
8月10日(火) ～15日(日)	イナ・アキ・ティリの三人展 砂の上のモンブラン	第3 展示室	無料	イラストレーション・ 写真・映像
8月17日(火) ～22日(日)	石川真生「大琉球写真絵巻 2021」 ※毎日午後2時から石川真生の ギャラリートークあり	全室	入場料 大人1,000円 高校生以下 無料	写真
8月24日(火) ～29日(日)	第24回 個我的形象展	第2 展示室	無料	彫刻

那覇市民ギャラリー HP <http://www.palette-kumoji.co.jp/naha/gallery/>

**なはし創業・就職サポートセンター ☎ 988-3163**  
銘苅2-3-1 なは市民協働プラザBコア地下1階 [利用時間] 平日9時～18時

創業に興味のある人や準備中の人、創業後の人、就職や転職活動中の人のための相談窓口です。どうぞ気軽にご利用ください。  
無料の就職セミナーと創業セミナーを実施しています。最新情報はHPでご確認ください。

**【創業支援サービス】**

- 創業・起業に関するご相談
- 事業計画書作成支援
- 創業融資、補助金、各種申請手続き支援
- 創業関連セミナー開催
- 他創業連携支援機関のご案内

**【就職支援サービス】**

- 就職に関するご相談
- 適正職業診断
- 面接対策、履歴書作成支援
- 就職関連セミナー開催
- 他就職関連支援機関のご案内

**【その他】**

- 創業・就職関連書籍閲覧コーナー
- インターネット情報収集コーナー
- 無料Wi-Fiアクセス可能
- 交流・ミーティングブース

有料駐車場あり (当センター利用者は一部免除により、最初の2時間まで100円、以降1時間ごとに100円加算)

**パレット市民劇場 ☎ 869-4880 FAX 869-4883**  
パレットくもじ9階 [開館時間] 9時～22時 [休館日] 火曜日

日	タイトル	開演	入場料
8月7日(土)	令和3年度 沖縄伝統芸能公演 子ども×伝統芸能公演 舞踊劇 はるぬ七ち星／ 喜歌劇 馬山川	13時	一般2,000円 (当日500円増) 小中高生・未就学児 500円
8月8日(日)	響け！復興へのハーモニー in沖縄 ～つながる未来～ Vol.5	14時	一般1,000円 学生500円 3歳以下膝上無料
8月14日(土)	パレット市民劇場 × 琉球交響楽団 フレッシュコンサート ～はじめてのコンチェルト vol.1～ ソリストオーディション・本選		オーディションの一般公開はありません。オーディション合格者は、10月3日(日)開催予定の「フレッシュコンサート」で琉球交響楽団と共に演奏！
8月19日(木)	ヴェリタス弦楽四重奏団 特別ユニットコンサート	17時	一般4,000円 学生1,000円 (当日各500円増)
8月29日(日)	大伸座公演 北谷シベー物語	①11時30分 ②16時30分	一般3,500円 小中学生2,000円 (当日各500円増) 未就学児入場不可

**なは女性センター ☎ 951-3203 FAX 951-3204**  
銘苅2-3-1 なは市民協働プラザ1階Aコア [利用時間] 9時～21時(土曜日は17時まで) [休館日] 日曜日・祝日・慰霊の日

**相談室「ダイヤルうない」☎ 861-7515**  
周囲に話せる人がいない、自分の気持ちをわかってもらえない。そんな時、「ダイヤルうない」を利用してみませんか。生きがいや家庭の問題など、女性の抱える様々な相談に応じ、自分の意思で人生を選択するために情報提供し、サポートします。

**相談時間**▶ 月～土 9時～12時／13時～17時  

- 電話相談
- 面接相談(女性のみ・要予約)
- 法律相談(女性のみ・予約制)

**●性の多様性に関する相談**  
あなたが「自分らしい生き方」を自らの意思で選択できるように一緒に考えます。どなたでもご相談ください。

**【「ストップ・DV」情報提供】**  
ドメスティック・バイオレンス(DV)で悩む人を支援するための情報提供を行っています。  
詳しくは相談室「ダイヤルうない」へお問い合わせください。

**那覇市パートナーシップ登録**

「那覇市パートナーシップ登録」は、戸籍上の性別が同じである2人の申請に基づき、市長が両者をパートナーシップ関係にあると認めた場合、その関係について登録簿へ登録し、証明書を交付するものです。  
令和3年7月15日現在、35組が登録しています。

■「性の多様性を尊重する都市・なは」宣言(レインボーナは宣言)の理念に基づく取組です。登録によって何らかの法律上の効果(婚姻、相続、税金の控除など)が生じるものではありません。

■お問い合わせ・申請の予約 ☎ 098-951-3203  
月～金：9時～17時

**レインボー交流会**

LGBTQを含む性の多様性について語り合いたい人のための交流会です。みんなが安心して語り合える場所作りを目指します。  
次回開催日が決まり次第お知らせします。

主催▶市民団体ていーだあみ  
問 tiidaami.okinawa@gmail.com  
※「レインボー交流会okinawa」で検索すると、フェイスブックで最新情報が確認できます。  
<https://www.facebook.com/rainbow.okinawa/>  
\*参加者は、コロナ対策の一環で主催者へ連絡先(メールアドレスや電話番号など)をお伝えいただきます(匿名も可)。

有料駐車場あり (当センター利用者は一部免除により、最初の2時間まで100円、以降1時間ごとに100円加算)

**那覇市ぶんかテンブス館 ☎ 868-7810**  
[利用時間] 9時～22時(月曜日は18時まで) [休館日] 第2・4月曜日

日	イベント内容
8月15日(日)	琉球ドラゴンプロレス 那覇大会
8月28日(土)	オリジンお笑いライブ 喜笑転決

**なは市民活動支援センター ☎ 861-5024 FAX 861-5029**  
銘苅2-3-1 なは市民協働プラザ2階 [利用時間] 9時～21時(日・水曜日は17時まで) [休館日] 慰霊の日

**那覇100年 協働シンポジウム  
～コロナ禍の今 那覇の協働をふり返り これからをえがく～**

「協働シンポジウム」を開催します。  
来場またはオンラインで視聴することができますので、ぜひご参加ください。

日 8月9日(月・祝) 15時～17時30分  
場 IT創造館 大会議室  
定 来場(20人)またはオンライン参加(視聴のみ・100人)  
\*直接来場またはオンラインでの視聴、どちらも事前の申し込みが必要です。  
\*申し込みはQRコードをご確認ください。

有料駐車場あり (当センター利用者は一部免除により、最初の2時間まで100円、以降1時間ごとに100円加算)

広告

## てるまさリースバック 売っても住むーず

自宅をすぐに現金化そのまま住める安心感



お支払いは最短で5営業日

「買戻し(再購入)」も可能です

売却後もそのまま住めます

住宅ローンが残っていても大丈夫

自宅を「売ってもそのまま住める」資産活用法です。

リースバックとは、所有している家を売却して現金化した後に、あらかじめ住む期間を取り決めたリース契約を交わし、賃貸住宅としてそのままお住みいただける\*というサービスです。将来的に、売却した家を買い戻すことも可能です。ご相談は無料ですので、お気軽にご連絡下さい。

\*条件により期間は変動致します。(基本的に延長、更新、再契約はできません)

お問い合わせはてるまさリースまで

てるまさリース

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)

わかな  
杉和佳奈ちゃん  
令和2年3月生(牧志在住)ちひろ  
吉住千紘ちゃん  
令和2年7月生(安謝在住)こうき  
堀井洸希ちゃん  
令和2年1月生(古波藏在住)だいや  
稻福太哉ちゃん  
令和2年10月生(首里石嶺町在住)

好評につき、数か月先の掲載分まで応募をいただいています。  
そのため受付は一時休止しています。ご了承ください。  
秘書広報課 ☎862-9942

ひでみ  
與西英史ちゃん  
令和2年2月生(繁多川在住)とわ  
平良叶和ちゃん  
令和元年9月生(長田在住)いとは  
渡嘉敷いと葉ちゃん  
令和2年2月生(上間在住)そうた  
與儀蒼太ちゃん  
令和2年6月生(上間在住)ふうり  
與那霸楓琉ちゃん  
令和2年4月生(真地在住)うちな～ぐちや  
あじくーたーぶち

## くわっちー

例▼「そーぐわち くわっちー やさやー」(正月のじょうそうだね)  
 「くわっちー さびら」(いただきます)  
 「くわっちー さびたん」(ごちそうさまでした)

問 那覇市文化協会

☎861・1909



歴史博物館

博物館 TOPICS

## 企画展「那覇で行われた戦前・戦後のスポーツ・競技大会」

現在、歴史博物館では、企画展「那覇で行われた戦前・戦後のスポーツ・競技大会」を開催しています。

今回の企画展では、2020年東京オリンピック・パラリンピックの開催を記念して、聖火リレー・国体などの一大イベントや、その会場となつた奥武山を中心、那覇で行われた戦前・戦後のス

ポーツ・競技大会を紹介します。

写真は、1964(昭和39)年9月10日に行われた、国際通りを走る東京オリンピック聖火リレーの様子です。大観衆と共に「聖火歓迎」の懸垂幕と、日の丸が見えます。米軍統治下の沖縄では、祝日以外の日の丸掲揚は禁止されていましたが、聖火リレーの際は特別に許可されました。

1964年9月15日発行の「市民の友(169号)」では、「聖火リレーの歓迎に、日の丸と拍手と熱誠を持ってこの世纪の聖火を迎えた」と、その熱狂ぶりを伝えています。



国際通りで市民の歓迎を受ける東京オリンピックの聖火(1964年)

期 開催中～9月27日(月)

## 国宝尚家関係資料8月の特別展示

流水文様の衣裳／王家の宝剣II・北谷菜切

期 8月6日(金)～9月1日(水)

那覇市歴史博物館(パレットくもじ4階)  
 開館時間 10時～19時  
 休館日 ▼木曜  
 観覧料 ▼一般350円(大学生以下無料)  
 ☎869・5266 FAX 869・5267

## 那覇市歴史博物館

## 壺屋焼物博物館

壺屋焼9人展→Reborn→  
 那覇市指定無形文化財

壺屋焼のこれからを担う陶工と壺屋焼物

博物館によるグループ展を開催します。参考にした古陶や名工の作品とともに、各陶工が思いを込めて制作した作品をご観覧ください。

また、8月3日～9日までデパートリウ

ボウでは、「壺屋焼陶工9人展」器で楽しむ私時間」と題し、同メンバーによる販売展が開催されます。併せてご観覧ください。

8月30日(金)～8月15日(日) 壺屋焼物博物館・壺の会  
 3階企画展示室  
 費 無料



主 壺屋焼物博物館・壺の会  
 3階企画展示室  
 費 無料

学芸員と展示を見よう  
 常設展ギャラリートーク

令和4年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いたします。

8月は「子ども向け常設展ガイドソーシャル楽しく学ぼう！文様のひみつ」と題し、やきものに描かれた文様とその意味をクイズで解きながらわかりやすく解説します。

夏休みの自由研究や調べ学習のテーマにいかがでしょうか？

日 8月15日(日) 午前10時開始～1時間程度  
 費 常設展観覧料が必要です(大学生以下無料)  
 定 当日先着20人※大人も参加可  
 申 開始10分前から1階入口にて受付

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時半まで)  
 休館日 ▼月曜※ただし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)  
 ※各種割引もあります。専用駐車場はありませんので、お近くの民間駐車場をご利用ください(有料)

☎862・3761 FAX 862・3762

ご相談は 広告

何度でも  
無料

※個人のお客様のみとさせて頂きます。



代表社員弁護士 岡野 浩巳

## 交通事故 相続 離婚 借金問題

B型肝炎給付金 ハンセン病元患者の家族補償

「相談して良かった」という声を多数頂いております!!

弁護士  
法  
人

岡野法律事務所

～SPEED &amp; PASSION～

はいさい那覇支店 名護あけみお支店 沖縄弁護士会所属

岡野法律事務所は代表社員弁護士 岡野 浩巳をはじめ41名の弁護士が所属しております。

ゴーゴー なは し てん  
0120-55-7840

〒900-0023 沖縄県那覇市楚辺1丁目5番17号 プロフェスビル那覇3階

<https://www.okano-okinawa.jp/>

岡野法律事務所 沖縄

検索