

高齢者学級（うりずん大学）
肌元気！日常使いナチュラルメイク講座

7月17日（水）10時～12時 場中央公民館

シニア向けの年齢に合わせたメイク方法やお肌のケアを学ぶ 市在住、在勤のおおむね60歳以上の人 定先着20人 費無料 7月1日（月）から中央公民館窓口または電話にて受付（平日9時～17時） 中央公民館 ☎917・3442

ファミリー・サポート・センター会員養成 保育サービス講習会 受講生募集

7月23日（火）～26日（金） 9時～17時（25日は保育体験実習あり） 場那覇市総合福祉センター

内保育サービスの提供できる育児サポーターを養成します。 65歳未満（学生不可） 費テキスト代、調理実習費の負担あり。

7月1日（月）～19日（金） 9時～17時 場ファミリー・サポート・センター事務局 ☎857・8991

フィットネスダンス普及員養成講座

8月20日～9月24日（毎週火曜日 10時～12時 全6回） 場沖縄セルラースタジアム那覇 会議室

内日本フィットネス協会推奨のフィットネスダンスの講義・実技等 20歳以上70歳未満で、資格取得後は地域で高齢者を対象にボランティア活動が出来る人 定15人（面接選考あり）

7月1日（月）～31日（水） 電話受付（平日10時～17時） 費無料

間ちやーがんじゅう課 ☎862・9010

ちやーがんじゅう体操広めたい講座

9月4日～25日（毎週水曜日 10時～12時 全4回） 場沖縄セルラースタジアム那覇 会議室

内ちやーがんじゅう体操、ストレッチ体操、脳トレ体操等を学び、地域で指導・実践するリーダーの養成

20歳以上で、受講後も地域でボランティア活動が出来る人 定先着30人 費無料

7月1日（月）～31日（水） 電話受付（平日10時～17時）

【事前説明会】 8月21日（水） 間ちやーがんじゅう課 ☎862・9010

いきいき百歳体操リーダー養成講座

7月24日、31日、8月7日、21日、28日 全5回 10時～12時 場津波避難ビル2階

いきいき百歳体操の効果と実施方法、体力測定の方法などを学び、地域で指導・実践するリーダーを養成します。 ①運動制限のない20歳以上の市民。②介護予防サークル立ち上げ予定の団体代表者、介護予防サークルなどで活動中の人。③地域や所属する団体等において体操できる場所がある。④体操に使う椅子とDVDを見る機材がある。①～④の要件を満たす人 定先着15人 費無料

7月1日（月）～7月19日（金） 間ちやーがんじゅう課 ☎862・9010

災害時高齢者生活支援講習（短期講習）

7月27日（土） 10時～12時 場日本赤十字社沖縄県支部

内被災した高齢者の避難所生活を支援するために必要な、基本的な知識・技術・態度などを学べます。 費200円（小冊子代等）

7月19日（金）まで電話にて受付 間日本赤十字社沖縄県支部 事業推進課 ☎835・1180

ちやーがんじゅう介護セミナー

8月3日、10日、17日（9時～13時10分） 場日本赤十字社沖縄県支部

内すこやかな高齢期をすごすための知識と技術を学べます（食事の介助、ベッドや車イスの移動の介助の仕方など）。 費900円 7月26日（金）まで 間日本赤十字社沖縄県支部 事業推進課 ☎835・1180

一般市民対象救命講習

講習名	普通救命講習Ⅰ	普通救命講習Ⅱ
日時	7月23日（火）14時～17時	7月9日（火）9時～12時
内容	心肺蘇生法（主に成人）、AED	心肺蘇生法（主に乳児及び小児）、AED
募集開始	7月16日（火）9時から 電話受付のみ	7月1日（月）9時から 電話受付のみ
場所	消防局4階 講堂	
対象	市在住または在勤、在学の方	
定員	先着24人（同時に2人まで申込可能）	
問合せ	消防局救急課 ☎867-1199	

パレット市民劇場				
（パレットくもじ9F）[開館時間] 9時～22時/火曜日休館 ☎869-4880 FAX869-4883 ※主催者の都合により内容が変更になる場合があります。				
日	催物	開演	入場料	
6（土）	第8回 クレアル・バレエ教室発表会	18時	¥1,900	
7（日）	第5回 ふさと音楽教室発表会	13時	無 料	
12（金）	仲村渠 悠子 ×村上 淳一郎 デュオリサイタル	19時	一般¥3,000 学生¥1,500 （当日各¥500増）	
14（日）	2019 エレクトーン発表会	未定	無 料	
15（月）	エレクトーンフェスティバル2019	15時	¥1,200 （当日¥300増）	
19（金）	斎藤 龍 ピアノリサイタル	19時30分	一般¥2,000、 大学生以下¥1,000 （当日各¥500増） ペアチケット（前売りのみ） 一般¥3,500、 親子¥2,500	
21（日）	第25回 ジュニアストリングコンサート	14時	無 料 （要整理券）	
24（水）	第57回 那覇地区老人クラブ大会 第43回 那覇地区老人クラブ芸能発表会	13時	¥500	
25（木）	第69回 “社会を明るくする運動” 「那覇保護区大会」	13時30分	無 料	
27（土）	第7回 那覇シティ・ミュージ 少年少女合唱団定期公演	17時	¥900	
28（日）	大藪祐歌コンサートシリーズ 「SUITE（スイート）」	14時	一般¥3,000 学生¥1,500 （当日各¥500増）	

家庭教育学級
自己肯定感＊自分にOK出していますか＊

7月20日（土） 10時～12時 場牧志駅前
ほしぞら公民館 沖縄の子どもたちは自己肯定感が低く、不登校や学力不振・健康面への影響が懸念されています。大人も子どもも自己肯定感を高めるポイントを学びます。【講師】琉球大学教授 西本裕輝

市在住、在勤の保護者や教育関係者、地域の人 定先着30人 費無料

中央公民館窓口または電話にて受付中（平日9時～17時） 中央公民館 ☎917・3442

家庭教育学級
自己肯定感＊自分にOK出していますか＊

7月20日（土） 10時～12時 場牧志駅前
ほしぞら公民館 沖縄の子どもたちは自己肯定感が低く、不登校や学力不振・健康面への影響が懸念されています。大人も子どもも自己肯定感を高めるポイントを学びます。【講師】琉球大学教授 西本裕輝

市在住、在勤の保護者や教育関係者、地域の人 定先着30人 費無料

中央公民館窓口または電話にて受付中（平日9時～17時） 中央公民館 ☎917・3442

那覇市民ギャラリー			
[開館時間] 10時～19時 [最終日閉館] 17時または18時 月曜日休館（パレットくもじ6F） ☎867-7663			
7/2（火）～7/7（日）	第1展示室	國吉澄子展「93才の軌跡」	絵画
	第2展示室	第49回 イーゼル会展	絵画
7/9（火）～7/14（日）	第1展示室	ウエル・カルチャースクール 第17回デジカメde写そう!写真教室写真展	写真
	第2展示室	第28回 水彩連盟 沖縄支部展	絵画
	第3展示室	第7回 ニライ写真教室写真展 いのち脈々パート3	写真
7/16（火）～7/21（日）	第1展示室	第37回 沖縄平和美術展	絵画・写真・その他
	第2展示室		
	第3展示室		
7/23（火）～7/28（日）	第1展示室	第55回 写真展 ニッコールクラブ沖縄支部展	写真
	第2展示室	第9回 「風の会」 水彩画展	絵画
	第3展示室		

おかげ様で創業25周年 不動産の無料査定実施中！

求む物件！賃貸から売買まで！

売土地 広さや地目、現況は問いません。（古家付・更地・平地・田畑など）

売家 どのような家でもご相談下さい。（広さ、築年数、平屋造り、2階建て、店舗付など）

売マンション 何階建ての何階部分、占有面積、築年数、立地など、関係なくご相談下さい。

貸家 転勤中の間でもお貸しすることができますので、ご相談ください。

不動産売却をお考えの方をご紹介します。 最大10万円進呈致します。（弊社でご成約の場合に限ります。）

こんな方は是非ご相談下さい。

■早急に売りたい・貸したい ■売却するか貸すか悩んでいる ■相続財産について悩んでいる ■差押え競売前に相談したい

株式会社 東洋ハウジング イオンタウンとよみ近く (098)850-4722 気になったら 東洋ハウジング 検索