

平成29年度 第3期スポーツ教室

広く市民が生活の中でスポーツに親しみ、健康で明るく豊かな市民生活の向上とともに、「みんなのスポーツ」の提唱により地域のコミュニティづくり運動の普及・振興をはかります。

開催場所： 那覇市民体育館

教室名	開催期間	時間	定員	受講料	対象	内容
幼児体操教室	1/18～3/8 (全8回) (毎週木曜日)	15時～17時	30人	4,000円	4～6歳児 (6歳児は幼稚園生に限る)	マット・跳び箱・鉄棒・トランポリンなどの幼児体操を中心に、親子でのふれあい遊び運動もあります。
ヨガ教室	1/18～3/8 (全8回) (毎週木曜日)	10時～12時	30人	4,000円		呼吸法(瞑想)を取り入れ、体幹部の強化と柔軟性の向上を図り、身心のバランスを整えます。
目指せ健康体! ちゃんぶる～フィット教室	2/5～3/26 (全8回) (毎週月曜日)	10時～12時	30人	4,000円	18歳以上 (高校生は除く)	日頃、動かしてない筋肉を手軽なトレーニングでしっかり動かし、基礎代謝を高めシェイプアップや生活習慣病予防しましょう。
ボディケアで代謝アップ!!	1/18～3/8 (全8回) (毎週木曜日)	19時半～21時	25人	4,000円		体の歪みはスタイルや姿勢の崩れ、不調の一因です。骨盤や背骨を中心に全身の筋肉・関節を動かし体本来の健康的な状態を目指すエクササイズを行います。

《申込受付》1月5日(金)～1月12日(金) 9時～20時 (1月9日(火)は休館日です)
《申込場所》那覇市民体育館窓口
《お問い合わせ先》NPO法人那覇市体育協会(那覇市民体育館内) ☎853-6979
《ご注意》※先着順定員に達し次第締め切ります。
(窓口受付優先は1/5(金)の9時～10時までとなります。)
※1月5日(金)のみ電話受付は、10時からとなります。

留意事項

1. 各教室とも申込者が1/2に満たない場合は開講を取りやめる場合があります。
2. 自己理由によりキャンセルする場合は、徴収された受講料(保険料含む)についてはお返し致しません。
3. 受講中の傷害については、レク保険で取り扱いいます。
4. 全教室、運動制限のない方。
5. 幼児体操教室は家族単位での申し込みとなります。



催し物

平成30年 那覇市消防出初式



講座「植物の手入れと管理の仕方」

植物の日常的な管理の仕方を学びます。

日1月13日(土) 13時～14時半

【講師】樋口純一郎氏(日本樹木医会沖縄県支部長)

場 緑化センター講習室

定40人(要事前申込) 費 無料

問 緑化センター ☎862・1947

講座「アダンの葉で作ろう! 手作り小物」

アダンの葉でブレスレットなどの小物を作ります。

日1月14日(日) 13時～15時

【講師】糸数弓子氏(工房 oio to ami)

場 緑化センター講習室

定20人(要事前申込) 費 千円(資料など)

問 緑化センター ☎862・1947

日1月13日(土) 10時～12時
式典 ▼ 10時～12時 / ニューイヤーフアイ
ヤーフエスタ ▼ 12時半～14時

場 沖縄セルラースタジアム那覇エントランス広場 費 無料

内 市長訓辞、市消防職員・消防団員・女性

防火クラブ員による車両分列行進など

問 消防局総務課 ☎867・0119

石嶺公民館 新春もちつき交流会

日1月13日(土) 10時～12時

場 石嶺公民館 1階ピロティ(雨天時は

ホールにて開催) 費 無料(申込不要)

対 石嶺地域在住の子ども達および保護者等

※駐車場のご用意はありません。公共交通機関をご利用ください。

問 石嶺公民館 ☎917・3447

うちなーぐち講座成果公演開催

公募で集まった市民のみなさんが、市に縁のある民話「普天間権現の由来記」(沖縄芝居)をはじめ、約4か月間のうちなーぐち講座の学習成果を発表します。 費 無料

日1月14日(日) 14時(開場13時半)

場 ぶんかテンプス館4階 テンプスホール

問 那覇市文化協会 ☎861・1909

那覇市収蔵品展

多くの市民に優れた絵画作品を鑑賞していただき、より豊かな市民文化に繋げるため、市が収蔵する県内女性作家の作品を中心とした絵画展を開催します。

期1月23日(火)～28日(日)

10時～19時 最終日は10時～17時

場 パレットくもじ6階 那覇市民ギャラリー第2展示室 費 無料

問 文化振興課 ☎917・5082

世界遺産解説会

市職員による解説を聞きながら、世界遺産である識名園または玉陵について学びます。

日1月21日(日) 費 無料

場 識名園 ▼ 9時～10時 / 玉陵 ▼ 11時～12時



▲識名園



▲玉陵

※事前予約不要。直接、識名園または玉陵の券売所前に5分前までに集合。

問 文化財課 ☎917・3501

新都心公園恒例 朝市・フリーマーケット

日1月21日(日) 9時～13時

場 緑化センター横芝広場

費 フリーマーケット ▼ 車両持込(700円)、座売り(500円)

申 問 緑化センター ☎862・1947

那覇市ぶんかテンプス館			
【利用時間】月9時～18時 火～日9時～22時 ※第2・4月曜休館			
4Fテンプスホール ※満席の場合もあります。要予約。 主催/那覇市ぶんかテンプス館 問合せ先/868-7810			
日	時間	公演内容	費用
4(木)	19時	木曜芸能公演 ウチナー芝居&大衆演劇 衆團(赤嶺 啓子、糸数 きよし、知名 剛、津波 安明、嘉陽田 朝裕、他)	一般1,500円 高校生1,130円 小・中学生750円
11(木)	19時	木曜芸能公演 民謡「津波恒徳・津波恒英 津波流りサイタル」	
18(木)	14時 19時	木曜芸能公演 てんぷすクラシックvol.9 氷上のクラシック <ピアノ>謝花 千春、久手堅 雅 <バレエ>香野 玲里佳、砂川 世里奈、渡久地 円香	
25(木)	19時	木曜芸能公演 八重山芸能 八重山舞踊動王流 祥吉華慶の会 喜舎場慶子舞踊研究所	

“なはし就職なんでも相談センター”と“なはし創業支援相談窓口”が一つになって、
【なはし創業・就職サポートセンター】としてリニューアルします。

■就職支援

- ・就職相談
- ・PCを利用した情報収集
- ・求人情報の提供

■創業支援

- ・創業に関する相談(要予約)
- ・融資や申請手続きなどの情報提供

セミナーのお知らせ 無料

就職支援ミニセミナー

- 「自分に合う仕事の選び方」
日1月25日(木) 14時～15時
- 「職務経歴書の書き方」
日1月26日(金) 14時～15時

【定員】8人 【申込】電話
※ハローワーク失業認定申告書の
求職活動実績対象です。

創業セミナー

- 「創業のための思考整理術」
1日目:1月30日(火) 14時～16時
2日目:2月 1日(木) 14時～16時
3日目:個別相談(日時は2日目終了
時に調整)

【定員】20人
【申込】電話またはFAX



【利用時間】平日 9時～18時
※駐車場あり(2時間無料)
【住所】銘苅 2-3-1 なは市民協働プラザ
【電話】988-3163 [FAX] 917-1281

広告

電化製品や
野菜のように

「目の前で」保険を比較して 選べる保険ショップです。

1. 日本で初めて!
複数の会社の保険を選べる
“相談窓口”を始めました。

2. 品揃えは、まるで「保険のデパート」
業界最高水準の幅広さです。

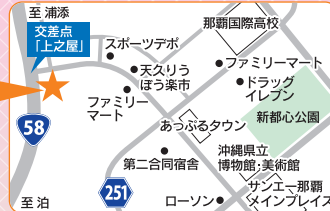
3. 年金だけでなく、家計・
介護・年金・住宅ローン・
相続の専門家がいます。

4. 創業以来17年以上。地元出身の
コンサルタントが保険相談、
保険見直しにお応えしています。

5. 保険クリニック独自の保険商品
比較・分析システム
「保険IQシステム」!

6. 保険クリニックは、保険の相談
窓口です。無理な勧誘・営業は
一切いたしません。

『保険クリニック』では、様々な研修と試験に合格したコンサルタントがお客様の保険見直しや保険選びを無料でサポートします。業界最高水準の保険商品を取り扱っており、17年以上の保険相談実績があるため、どんなお客様にもびったりの保険をご提案できます。全国に177店舗ありますので、保険の加入や保険見直しをお考えの方は、ぜひ予約してお越しください。



あなたの保険のホームドクター
保険クリニック 相談無料
おきなわ本店 ☎0120-960-219
土・日・祝日も相談受付中・キッズスペース完備
住所/那覇市上之屋1-20-9富士家ビル(上之屋交差点角)
時間/9時～18時 定休/なし(年末年始・旧盆は休み) 駐車場/あり
取扱保険会社/大同生命・日本生命・アフラック・ソニー生命・メディケア生命・朝日生命・
メットライフ生命・チューリッヒ生命 他複数社
取扱代理店/株式会社ヒューマン&アソシエーツ
本日も元気に営業中! 保険クリニックおきなわ中部店 ☎0120-931-184
うるま市石川1-43-6 石川IC近く
今年4月 保険クリニックおきなわ名護店 ☎0120-366-929
名護市大西2丁目4-40 MoanaTerrace1F