

油断大敵! 熱中症

体内に熱がたまる熱中症。高温多湿などにより、体内の塩分バランスが崩れ、体の調整機能が正常に働かなくなります。

5月に熱中症で救急搬送された人は、都道府県別、人口10万人あたりで見ると、沖縄県が9.69人で最も多く、続いて熊本県、佐賀県の順となっています(6月20日付 総務省消防庁発表)。

一人ひとりが熱中症予防に心がけ、夏を元気に乗り切りましょう。



健康増進課 ☎853-7961



庭の手入れは、日差しが強い時間は避けないとねー

昨日、飲み過ぎたあぁあ



二日酔いは熱中症になりやすいんです!



※無理せず休息をとろう
睡眠不足や二日酔いなど、体調がすぐれない時、疲れを感じた時は無理せず休みましょう

※こまめに水分補給しよう
のどの渇きがなくても、1時間にコップ半分くらいの水分をとりましょう

※十分な栄養をとろう
主食・主菜・副菜が揃ったバランスのとれた食事を取りましょう。夏の疲れを残さないために、次の栄養素を意識しましょう

◆ビタミンB1(豚肉、大豆、うなぎ、玄米など)

◆クエン酸(シークワーサー、酢、梅干し)

◆カリウム(芋、野菜、果物)

※食事制限がある方は主治医と要相談



※子どもや高齢者には、周囲から声かけしよう

体力のない子どもや高齢者は熱中症になりやすいと言われています。ご家族やご近所さんで声をかけあいましょう。また、部活動中は監督やコーチが水分補給や休憩の声をかけを行います



10代の発生がトップ

昨年度の市内の熱中症発生状況をみると、6月から9月末までの4か月間で135人が熱中症になっています。梅雨明けや台風の後、急激に温度と湿度が上がる時に増える傾向があります。年代別では、10代が一番多く、続いて40代、70歳以上の熱中症患者が報告されています。10代や40代は屋外での発生が大部分を占めています。10代は運動中の発生が多いのに対し、40代では建築・工事現場などで働く男性が作業中に熱中症になっているケースが目立ちます。

監督が素振りの後は水分をとれよう

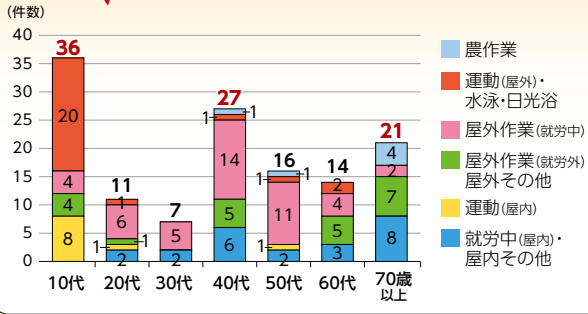


熱中症を予防しよう

これからの時期は運動や農作業で外に出ることが多く、旧暦七夕のお墓掃除も行われます。温度や湿度に気をつけ、予防策を実践しましょう。



平成27年度 熱中症発生状況 (6月1日~9月30日)



こんな症状に要注意!

重症度Ⅰ

めまい、失神、たちくらみ、筋肉の硬直(こむらがりえり)、大量の汗

重症度Ⅱ

頭痛、吐き気、体がだるい(倦怠感)、ぐったりしている

重症度Ⅲ

呼びかけに対し返事がおかしい、体がひきつる(けいれん)、まっすぐに歩けない、高体温(体にふれると熱い)

動けない、水が飲めない、意識がはつきりしない時は、救急車を呼びましょう!



市長室

健康は財産



長い夏が始まります。亜熱帯性気候の沖縄に住む私たちは、暑さに慣れていると思いますが、毎年多くの熱中症患者が発生しています。年齢を問わず誰もがかかる可能性があります。症状によっては命を落とす危険性もあります。そのため、日頃から食生活や生活習慣に気を配り、体調を整えることで、熱中症にかかりにくい体質を作ることが大切です。

本市では、今年から健康な21(第2次)がスタートします。それと同時に「健康づくり市民会議」を結成し、市民、関係機関・団体、行政が一丸となり、市民の健康を守り、健康づくりをサポートしていきます。

本市の健康課題である肥満や過度な飲酒は、様々な病気を引き起こす原因となります。だからこそ、おのずと何をすべきか見えてくるのではないのでしょうか。

自分自身の健康は、家族や職場、あるいは地域社会にとって、かけがえのない財産になると私は思っています。

「健康を守る」第一歩は、自分に合った健康づくりを無理なく続けることにあります。まずは、健康に対する意識改革から始めていきましょう。



那覇市長 城間幹子

主な紙面

- 油断大敵! 熱中症 1
- 夏休み特集/7月8日「なほの日」イベント 2
- 7月10日参院選/蚊に用心! 3
- 情報バック 4
- 博物館トピックス/ニュースダイジェスト 5
- 7
- 8

7月8日「なはの日」

関連イベント

7月8日は語呂合わせで「なは」と読めることから始まった「なはの日」。市内各地で様々なイベントが開催されます。みんなで「なはの日」を楽しんで盛り上がりましょう！

★旅行を楽しむ

ミステリー日帰りバスツアー

「なはの日」特別企画 今年もわくわくドキドキどこへ行くかはお楽しみ！

7月8日(金)、13日(水)、17日(日)、18日(月)、21日(木)、24日(日)、27日(水)、30日(土)

【乗車バス停】モノレール小緑駅前、パレットくもじ前、モノレールおもしろまち駅前、モノレール首里駅前、総領事館前(浦添市)、普天間市場入り口、中の町

大人6,980円 小人5,980円
幼児3,980円 ※2歳以下は無料

※予約方法、ツアー詳細はお問い合わせください。



もの忘れ予防バスツアー

(読谷村・宜野湾市)

もの忘れ(認知症)予防について、一緒に美味しく楽しく学びませんか？

7月31日(日)10時～15時

市内にお住いで認知症予防について楽しく学びたい方

定 先着20人(事前申込)
費 1,700円(食事代・保険料込み)

【出発地・問合せ】 那覇市地域包括支援センター 松川 ☎882・1622

★歴史・文化・芸術・音楽を楽しむ

玉陵・識名園・那覇市歴史博物館・那覇市立壺屋焼物博物館 無料開放

7月8日(金)

玉陵・識名園 9時～18時
那覇市歴史博物館 10時～19時
那覇市立壺屋焼物博物館 10時～18時

玉陵 ☎885・2861
識名園 ☎855・5936
那覇市歴史博物館 ☎869・5266
那覇市立壺屋焼物博物館 ☎862・3761

※各博物館は7月8日に限らず大学生以下は無料です。



那覇市立病院 院内七夕コンサート

患者さんの元気を取り戻すきっかけになればと職員が手作りで開催します。七夕の夜、ステキな演奏と歌とダンスをお楽しみください☆

7月7日(木)19時～

那覇市立病院1階ロビー

那覇市立病院 総合相談センター ☎884・5111



★スポーツを楽しむ

「なはの日ウォーキング」

「なは」にちなんだ7.8kmをさわやかに歩きましょう！

旧那覇四町(西・東・若狭・泉崎)を巡るコースです！

7月10日(日)8時30分出発式
8時45分頃出発

那覇市役所前集合

200円(保険料)

那覇市ウォーキング協会(大城) ☎90・9481・7981

※事前申込不要。当日会場にて出発式までに受け付けてください。



プロ野球公式戦「巨人vs横浜DeNA」

東京ドームで行われる「巨人VS横浜DeNA」の熱戦を、大画面で観戦しよう！！

7月8日(金)18時～試合終了まで

イオン那覇ショッピングセンター1階 イベント広場

那覇商工会議所青年部 那覇活性化委員会(金城) ☎090・6503・3182



★夜空を楽しむ

ライトダウン&星空観察会2016

なはの日の前夜にあたる、7月7日は「クールアース・デー」。夜空を見上げて地球温暖化について考えてみませんか？

7月10日(日)19時(受付18時30分)

奥武山公園 のびのび芝生広場

市内在住、在学、在勤の方(中学生以下は保護者同伴)

定 100人(先着順)
費 無料

6月27日(月)～7月6日(水)9時～17時 ※土日は除く

環境政策課 ☎951・3392

★買い物を楽しむ

「なはの日」まちぐる市(食品・工芸品)

7月8日(金)～10日(日)

イオン那覇ショッピングセンター1階

(株)沖縄物産企業連合 ☎857・7430

児童館

開館時間 10時～18時 市内に住む乳幼児から高校生まで(小学生未満は保護者同伴)
※詳しい内容やお申込みについては直接各児童館にお問い合わせください。
※日程など変更になる場合があります。

久茂地児童館 ☎862-1889

8月3日(水) プラネタリウム見学
8月6日(土) わくわく水あそび

小緑児童館 ☎857-5377

7月9日(土) 三世代交流 夏まつり
7月23日(土) 三世代交流 みんなであそぼう
8月22日(月)～25日(木) 夏休み大掃除週間

安謝児童館 ☎862-4341

7月25日(月)～30日(土) めいり体験

若狭児童館 ☎867-7266

7月28日(木)～30日(土) 巨大迷路
8月10日(水) 子夏まつり
※その他のイベント情報は、若狭児童館ブログをご確認ください。

古波蔵児童館 ☎831-6786

8月22日(月)14時～16時
夏休み工作(身近な素材を使って工作にチャレンジ!)

定 15人 費 150円(材料費)
対 小学1年生以上

☆詳しくは古波蔵児童館だより7月号へ掲載予定です。

壺屋児童館 ☎863-8682

8月1日(月)、8日(月) 書道体験
8月10日(水) 夏休み作品製作
8月26日(金)、27日(土) 巨大迷路

☆その他にも夏休みのイベントを予定しています。
新着情報や詳しい内容は壺屋児童館ホームページ内「イベント情報」をご覧ください。



大名児童館 ☎884-0491

7月28日(木) お手玉あそび
8月23日(火) 沖縄の楽器体験

金城児童館 ☎859-0099

7月21日(木)～8月18日(木) 世代交流 書道教室
※毎週木曜、全4回(8/11山の日は除く)

7月23日(土) 夏まつり※主催・那覇市母子父子会
8月6日(土) 三世代交流 夏まつり
9月1日(木)～3日(土) 巨大めいろ

識名児童館 ☎854-9656

7月23日(土)・30日(土) 書道教室

※全2回 定 15人
費 300円(手本・用紙代)

8月13日(土) 簡単工作教室(身近な素材で作ってあそぼう)
定 15人 費 無料

久場川児童館 ☎886-5674

7月26日(火) サッカー教室
7月29日(金) 空手教室
7月30日(土) 末吉公園の森探検! 森の指令ゲーム
8月5日(金) サイエンスキャラバン
8月9日(火) しゃくしゃくシーサー作り
8月19日(金) 絵画教室

国場児童館 ☎855-2696

8月6日(土)14時～ 工作教室(作って遊ぼう!)

対 小学生 定 15人(先着順)
※電話または直接来館受付

7月25日(月)～8月19日(金) めりえコンテスト

☆入賞者は後日連絡します。



エコマール那覇プラザ棟

☎889-5396

エコマール那覇プラザ棟は、ごみ減量推進のため環境講座やイベントを開催しているごみ減量学習施設です。
■要予約。講座の2週間前から受付開始(電話または直接来館) ■水筒持参

日時	講座名	対象	定員	参加費
7月22日(金)10時～12時 7月26日(火)10時～12時 8月 8日(月)10時～12時 8月12日(金)10時～12時	簡単リサイクル講座 ①製き織りコースター ②廃油石けん ③紙パックのはがき作り 【持参:ペットボトル、新聞紙】	幼稚園以上(保護者同伴)	10組	無料
7月23日(土)13時～14時 7月27日(水)10時～11時 7月23日(土)10時～12時 7月28日(木)13時～15時	製き織りコースター作り	幼稚園以下は保護者同伴	(子どもの定員)10人	
8月 1日(月)10時～12時 8月12日(金)13時～15時 8月13日(土)10時～12時 8月18日(木)13時～15時	ごみ処理施設見学 ①那覇・南風原クリーンセンター ②エコマール那覇プラザ棟 ③リサイクル棟	保護者同伴	制限なし	無料
7月28日(木) 9時～12時	よしみじいちゃんで作ろう! 琉球石灰岩(端材)の表札作り 【持参:絵の具の筆(2～3本)】	幼稚園以下は保護者同伴	(子どもの定員)10人	
7月29日(金)10時～12時	古着・古布の藍染め講座 【持参:染める古布・古着、ビニール袋】	幼稚園以下は保護者同伴	(子どもの定員)10人	Tシャツ1枚程度で200円
8月 2日(火) 9時～13時 8月 5日(金) 9時～13時	Tシャツで作る布ぞうり講座 【持参:Tシャツ5枚、布切り用ハサミ】	小学4年生以上(保護者同伴)	5組	ヒモ代30円
8月 4日(木)10時～13時	段ボールを使ったシーサー作り 【持参:段ボール・はさみ・カッター・ものさし】	小学4年生以上	10人	無料
8月10日(水)10時～12時	古着・古布の草木染め講座 (玉ねぎの皮を使って染めます) 【持参:染める古布・古着、ビニール袋】	幼稚園以下は保護者同伴	(子どもの定員)10人	

その他

※内容が都合により変更する場合もあります。詳しくは各施設へ直接お問い合わせください。

NPO法人おきなわ環境クラブ ☎833-9493

●さがりばな観賞会

8月 ①7月2日(土)19時～21時30分、3日(日)19時30分～21時30分
②7月9日・10日(土・日)19時30分～21時30分

場 ① 首里崎山町馬場(瑞泉) 通り ② 末吉公園

費 無料 ※詳しくは、おきなわ環境クラブのホームページで確認するか、お電話でお問い合わせください。
※なるべく公共交通機関でお越しください。

さがりばな実生苗の無料配布もあります(数量限定)

森の家みんな ☎882-3195

■集合場所:森の家みんな ※野外で活動しやすい服装、ぞうりは不可。

日時	講座名	参加費	定員
7月2日(土)10時～12時	空と森のおさんぽ	300円(保険料含む)	15人
7月9日(土)10時～12時	安謝川クリーンアップ大作戦	無料	
①7月9日(土)13時～15時 ②7月23日(土)13時～15時	ドロ遊び!生き物さがし!ピオトープ	無料	各15人
7月16日(土)10時～12時	ネイチャーゲームしましょ!	300円(保険料含む)	15人
7月24日(日)9時30分～12時	親子で森の遠足	300円(保険料含む)	15人
7月27日(水)13時～28日(木)13時	みんなお泊り会	2,000円(保険料含む)	15人

那覇市緑化センター(新都心公園内) ☎862-1947

■大人の方も、親子参加もOK! ※月曜休館 ※要申込

日時	講座名	対象	参加費	定員
8月4日(木)14時～16時	七宝焼教室	小学生以上	参加費700円 材料費500円	20人
8月11日(木)14時～16時	紅型教室 押絵教室	小学生以上 小学2年生以上	1,500円(材料費込)	20人 10人
8月14日(日)10時～12時	ねんどのおかし教室	小学生以上	600円～1,000円(材料費込)	30人

漫湖水鳥・湿地センター ☎840-5121

夏休みスペシャルプログラム「漫湖自然学校」
※受付は各イベント日の2週間前より予約を開始!
※7/23(土)～8/27(土)は休館日なし ※毎週金曜日は「自由研究相談室」も開催

日時	講座名	参加費	定員
7月23日(土)10時～12時	研究室「漫湖の水しらべ隊」	無料	20人
7月31日(日)10時～12時	観察会「水の中のいきものたち」	100円	20人
8月 6日(土)10時～12時	研究室「セミ博士の部屋」	無料	30人
8月 7日(日)10時～12時	研究室「カメ博士の部屋」	無料	30人
8月13日(土)10時～12時30分	観察会「漫湖のカニ探検隊」	100円	20人
8月14日(日)19時～21時	観察会「泥の中のいきものたち」	100円	20人
8月19日(金)19時～21時	観察会「月夜とカニの観察会」	100円	20人
8月20日(土)10時～12時30分	研究室「マングローブ染め工房」	600円	30人
8月21日(日)10時～14時	研究室「カニDEロボコン部」	600円	20人
8月27日(土)19時～21時	観察会「ナイトウォーク」	100円	20人

那覇市民体育館 ☎853-6979

●夏休み児童バドミントン教室

8月 7月27日(水)～8月5日(金)10時～12時(全8回) ※土日は除く

場 那覇市民体育館 対 市内小学生 費 4,000円 定 30人

申 7月13日(水)～20日(水)9時～

※電話または直接来館 ※7/13(水)は窓口受付9時～、電話受付10時～となります。





公民館

開館時間 9時～22時
申し込み受付時間 9時～17時(土日、祝日を除く)
※詳しい内容や申し込みは、直接各公民館へお問い合わせください。

中央公民館 ☎917-3442

●押し花でしおりとランチョンマットをつくっちゃお!

日 7月24日(日) 10時～12時 場 中央公民館ホール 定 親子20組(先着順)
費 1人300円(教材費) 申 7月7日(木)～20日(水) ※電話または直接来館

●THE オリジナルネーム LOGO!

日 1回目:7月31日(日) 10時～12時 中央公民館ホール
2回目:8月6日(土) 10時～12時 那覇市壺屋焼物博物館
定 親子15組(先着順) 費 1人100円(保険料込)
申 7月7日(木)～20日(水) ※電話または直接来館

自分の名前をモチーフにした
デザインタイトルを作ろう!
簡単な焼き物体験ができるよ!

牧志駅前ほしぞら公民館 ☎917-3443

●夏休み星空観察会
日 夏休み期間中の毎週金曜19時30分～20時30分 ※天候不良の場合中止
場 牧志駅前ほしぞら公民館 対 市民 定 80人(中学生以下は保護者同伴) 費 無料 申 不要

若狭公民館 ☎917-3446

●遊びが子どもをデカくする! 夏の渡嘉敷ショートステイ
日 8月3日(水)～5日(金) 2泊3日 ※事前オリエンテーション7月29日(金)
場 国立沖縄青少年交流の家(渡嘉敷村) 対 市内在住・在学の小学5・6年生 定 20人
費 7,000円程度 申 7月8日(金)～22日(金) ※電話または直接来館

首里公民館 ☎917-3445

●しぜん体験 in みんな! おもいきり遊ぼう!
日 7月23日(土)～24日(日) 場 森の家みんな
対 市内在住・在学の小学4～6年生
定 20人(先着順) 費 1,500円(宿泊料、食費、保険料)
申 7月4日(月)～8日(金) ※電話または直接来館

自然体験、探蜜体験、
星空観察など
那覇の自然を
満喫しよう★

小禄南公民館 ☎917-3444

●親子ふれあい教室「英語で親子ヨガ」

日 7月24日(日) 10時～12時
場 小禄南公民館
対 市在住、在学の小学生親子
定 15組 費 親子で50円(保険料込)
申 7月7日(木)～ ※電話または直接来館

●親子ふれあい教室「トントン木工 工作教室」

日 8月14日(日) 9時30分～12時
場 小禄南公民館
対 市在住、在学の小学生親子(子どもだけの参加可)
定 20組 費 560円(保険料込み)
申 7月7日(木)～ ※電話または直接来館

石嶺公民館 ☎917-3447

●親子ふれあい教室「うちなー風ビザ作り」

日 8月21日(日) 9時30分～12時
場 小禄南公民館
対 市在住、在学の小学生親子
定 12組 費 親子で600円(保険料込)
申 7月7日(木)～ ※電話または直接来館

●感動体験教室 in 渡嘉敷島
※事前オリエンテーションあり
日 8月6日(土)～8日(月) 2泊3日
場 渡嘉敷島
対 市在住、在学の小学4年生～中学生
定 20人 費 7,500円(保険料込)
申 7月1日(金)～6日(水) ※電話または直接来館
※応募多数の場合は抽選

石嶺公民館 ☎917-3447

●石嶺公民館20周年記念事業 少年教育「ピクトクラス」
日 8月21日(日) 10時～16時30分
場 石嶺公民館ホール(2F)
対 小学4年生～中学3年生まで(保護者参加可)
定 30人 費 1,000円
申 7月19日(火)～8月12日(金)

世界共通の視覚記号
「ピクトグラム」を用いて
出題されたテーマに
沿ったデザインを
チームで競います!

繁多川公民館 ☎917-3448

夏休み特別企画 利用者が先生! 場 繁多川公民館 申 直接お問い合わせください。

●少年教室「復活! 都会でサバイバル」

日 7月24日(日) 9時～13時(事前研修)
8月 5日(金)～6日(土)
本研修 1泊2日
8月13日(土) 10時～12時(事後研修)
場 繁多川公民館広場 対 小学4～6年生
定 15人 費 1,500円(材料費)

●島くっばで紙芝居作り

日 7月25(月)、26日(火)、27日(水)は
14時～17時
7月28日(木)は10時～12時 全4回
対 小学4～6年生
定 5人 費 500円(材料費)
※絵の具セット、筆記用具持参

●ペタンクで遊ぼう

日 7月25日(月)～8月22日(月)の
毎週月曜 9時～12時 全4回
対 小学3～6年生
定 15人 費 無料

●手芸教室

日 7月28日(木)、8月4日(木) 全2回
10時～12時
対 小学4年生～中学生
定 10人 費 200円(材料費)
※ハンカチ、靴下、裁縫箱持参

●大正琴教室

日 7月28日(木)、8月4日(木)、18日(木)、
25日(木) 全4回 10時～12時
対 小学3年生～高校生
定 5人 費 1,000円(材料費)

●三線教室

日 7月23日(土)～8月20日(土)
毎週土曜(全5回)
①10時～12時(定10人)
②13時～15時(定5人)
対 小学生以上 費 500円(資料代)
※三線持参

●茶道教室

日 8月3日(水) 13時～15時
対 幼児～一般(親子参加可)
定 5人 費 100円(材料費) ※白のソックス持参

●料理教室

日 8月5日(金) 10時～13時
対 小学生～一般(親子参加可)
定 30人 費 400円(材料費) ※エプロン・三角巾持参

繁多川公民館 ☎917-3448

夏休み特別企画 利用者が先生! 場 繁多川公民館 申 直接お問い合わせください。

●火おこし体験

日 8月19日(金) 9時～11時
対 小学1年生～高校生
定 20人 費 200円(材料費) ※軍手持参

●健康体操

日 8月9日(火) 10時～12時
対 小学5、6年生 定 5人
費 無料 ※タオル、水筒持参

●太極拳とカンフー

日 7月27日(水)～8月17日(水)の毎週水曜
10時～11時30分 全4回
対 小学生 定 5人
費 無料 ※タオル、水筒、室内シューズ持参

●点字学習、アイマスク体験、誘導体験等

日 7月28日(木)、8月4日(木)、18日(木)
全3回 13時～14時
対 小学4～6年生 定 10人
費 150円(材料費)

図書館

開館時間 9時30分～19時[土曜～18時、日曜～17時(中央・繁多川～18時)]
休館日 月曜(中央・若狭・小禄南・石嶺)/金曜(牧志駅前ほしぞら・首里・繁多川)

中央図書館 ☎917-3449

●夏休みわくわくこども会(おはなし会)

日 8月6日(土) 14時～14時30分
場 中央公民館ホール

●親子工作教室(キラキラ☆スライムを作ろう!)

日 8月6日(土) 14時40分～16時
場 中央公民館ホール
対 市内在住の小学生(保護者同伴)
定 親子20組(先着順) 費 無料
申 7月10日(日) 10時～ ※電話または直接来館

●夏休みアニメ映画会

日 8月3日(水) 14時～15時
場 中央公民館ホール
対 幼稚園～小学生
定 50人 費 無料
申 不要 ※団体の場合は事前にご連絡ください。

首里図書館 ☎917-3452

●親子手づくり教室
「ペットボトルでつくる自分だけのミニ水族館」
日 7月24日(日) 13時30分～15時30分
場 首里公民館2階視聴覚室
対 市内在住の小学生(保護者同伴)
定 15組30人(先着順) 費 無料
申 7月3日(日) 10時～ ※電話または直接来館

小禄南図書館 ☎917-3451

●きらきらスノードームをつくろう!
日 8月13日(土) 10時～11時30分
場 小禄南公民館1階 中研修室
対 市内在住の小学生
(低学年は保護者同伴)
定 15人(先着順) 費 無料
申 7月23日(土) 9時30分～
※小禄南図書館来館のみ受付

若狭図書館 ☎917-3453

●夏休み親子ミニブックづくり
日 7月24日(日) 10時～12時
(台風時は翌週31日)
場 若狭公民館2階 第1研修室
対 市内在住の小学生(保護者同伴)
定 15組30人(先着順)
費 1組48円(保険料実費)
申 7月1日(金) 9時30分～
※若狭図書館来館のみ受付

石嶺図書館 ☎917-3454

●こねこねせっけん教室
日 7月30日(土) 14時～16時
場 石嶺公民館1階 実習室
対 市内在住の小学3～6年生(親子参加可)
定 20人(先着順)
費 300円
申 7月2日(土) 9時30分～
※石嶺図書館来館のみ受付

繁多川図書館 ☎917-3455

①夏休みおはなし会「おばけだぞ～」

日 7月30日(土) 10時30分～12時
場 繁多川公民館2階 研修室
対 幼児から(高学年以上向けのプログラムもあります)
定 20人 費 無料 申 不要

②夏休み親子工作教室
「牛乳パックでつくる!変わり絵パズル」

日 7月27日(水) 13時30分～15時
場 繁多川公民館3階ホール
対 小学1～6年生(低学年は保護者同伴)
定 20人(先着順) 費 無料
申 7月19日(火)～ 持色えんぴつ

③夏休みルンルン月曜日「アニメ上映会」

日 7月25日(月)～8月22日(月)の
毎週月曜 13時30分～
場 繁多川公民館2階 研修室
(8月1日のみ図書館ロビー)
対 幼児～ 定 40人 費 無料
申 不要 ※団体の場合は事前にご連絡ください。

牧志駅前ほしぞら図書館 ☎917-3450

●ペットボトルでオリジナルまんげきょうを作ろう!
日 8月21日(日) 10時～11時30分 場 牧志駅前ほしぞら公民館 3階実習室
対 市内在住の小学生(保護者同伴) 定 16人(先着順) 費 無料
申 8月6日(土) 9時30分～ ※ほしぞら図書館来館のみ受付

伝統工芸館 ☎868-7866

那覇市伝統工芸館まつり開催!!
この機会にぜひさまざまな工芸の世界を体験してみませんか!
期 8月5日(金)～7日(日)の3日間 時 10時～17時30分
場 那覇市伝統工芸館(テンプス那覇2階)

あそびに
きてネ

アトラクション

日 8月6日(土)・7日(日) 10時～
内 子どものイササー
・和太鼓
・旗頭

那覇の伝統工芸品の展示、販売、体験

日 8月5日(金)～7日(日)
特別展示室:9時～18時
{ 大人100円
中学生以下は無料
販売場:10時～20時
体験場:10時～17時
【体験特別企画】
・首里織(コースター)1枚500円 先着20人
・びんがた(コースター)1枚500円 先着20人

販売品
全商品
10%OFF
体験料
10%OFF

壺屋くろく実演

日 8月6日(土)・7日(日)
場 コリドール(会議室の近く)

**夏休み子供工芸体験
(陶器、びんがた、首里織、漆器、ガラス)**

日 8月1日(月)～31日(水) ※各工房の休日は通常どおり
受付:10時～16時 ※ガラスは16時45分まで
体験:10時～17時
場 伝統工芸館(体験工房)
費 中学生以下は1,500円(税込、商品は限定)
大人は通常料金です。
定 【陶器】創作面シーサー……1日10人
【びんがた】トートバッグ… 1日20人
【首里織】コースター………1日10人
【漆器】ストラップ………… 1日10人
【ガラス】一輪ざし………… 1日10人

おもしろ工芸絵画・写真展

応募 7月25日(月)～8月19日(金)
条件 ①市内の小・中学生
②絵画描写、写真撮影箇所は市内に限る
③工芸に関する作品
提出先 伝統工芸館事務局
☎868-7866
※応募できる作品は、一人絵画1点、写真1点とします。

18歳から投票できるんです

参院選
7.10

7月10日(日)は、参議院議員
通常選挙(公示日11月6月22日)の
投票日です。今回の選挙より、選挙権年齢が
満18歳以上に引き下げられました。
こうなったらイイなあ、と普段感じている
思いを、私たちの代わりに実現してくれる
「代表者」を選ぶこと、それが選挙です。
忘れずに投票しましょう！



郵便投票について

身障者手帳等をお持ちの方で、一定の条件を満たす方は郵便を利用して投票ができます。事前に郵便投票証明書の交付手続きが必要です。お問合せください。

投票ができる方

平成10年7月11日までに生まれた方で、平成28年3月21日までに那覇市に入届出をされて引き続き居住している方。

転出者について

平成28年2月21日以前に市外へ転出された方は原則として那覇市での投票は出来ません。新住所の投票所での投票になります。平成28年2月22日以降に市外へ転出した方についても那覇市での投票が出来ない場合があります。詳しくは選挙管理委員会へお問合せください。

大切な一票
忘れず投票

点字・代理投票

目の不自由な方のために、各投票所に点字器を用意しています。また、身体が不自由なため候補者の氏名などが書けない方は係員に申し出れば補助員が立会いの上で代理の者が候補者の氏名などを書きます。投票の秘密は法律により堅く守られますのでご安心ください。

鏡原中学校の建て替え工事に伴う投票所の変更について

- 該当地域 小禄1丁目、鏡原町
- 投票所
- 変更前 鏡原中学校
- 変更後 療育センター
(鏡原町10番40号)

期日前投票

投票日当日に投票所へ行けない方は期日前投票ができます。投票所、期間、投票時間は次のとおりです。

沖縄大学期日前投票所へは駐車場がございますので、公共交通機関でお越しください。



投票所	期 間	投票時間
市役所本庁舎1階	6月23日(木) 7月9日(土)	午前8時30分 午後8時
首里支所1階会議室		午前9時 午後6時
真和志庁舎地下会議室		
サンエー那覇メインプレイス 5階中央出入口付近	7月4日(月) 7月9日(土)	午前10時 午後8時
イオン那覇店(小禄ジャスコ) 5階西側エレベーター乗場		
NEW 沖縄大学本館多目的学習室 (1日のみ)	6月30日(木)	午前10時 午後6時

※沖縄大学に期日前投票所を設置したことにより、首里支所、真和志庁舎の期日前投票時間に変更になります。

大学に期日前投票所を設置

今回の参院選から、選挙権年齢が「18歳以上」に引き下げられることに伴い、若者の投票率UPを目指して、沖縄大学内に期日前投票所を設置します！

学生が多く集まる平日の1日限定で開設されますが、沖縄大学の学生だけでなく、選挙権を有する大学関係者、周辺住民の方もご利用できます。



お問い合わせ
選挙管理委員会事務局
☎951・3215

蚊に用心！

蚊は、多くの感染症を媒介します。現在、沖縄県内ではデング熱やジカ熱の原因となるウイルスを持った蚊は確認されていませんが、これらのウイルスを媒介する蚊(ヒトスジシマカ)は身近で発生しています。蚊から病気をうつされないためには、蚊を発生させない、蚊に刺されないことが重要です。

デング熱、ジカ熱に感染するとどうなるの？

ジカ熱やデング熱は、そのウイルスを持った蚊が人を吸血することで感染します。感染してもすべての人に症状が出るわけではありませんが、発熱や関節の痛み、発疹がでるといった症状が1週間ほど続きます。ジカ熱は妊婦が感染すると小頭症などの先天性障害を持った子どもが生まれたり、デング熱では出血を伴うデング出血熱となり重症化したりする可能性があります。

蚊を発生させない工夫を

- ① 蚊はちよつとした水たまりにも卵を産みます。バケツや鉢の水受け皿、空き缶などに水がたまっていないか点検しましょう。
- ② 草むらやヤブは定期的に手入れをし、日が当たるようにしましょう。

蚊に刺されない工夫を

- ① 蚊を家に入れない
ドアの開けっ放しに注意し、窓には網戸を取り付け蚊の侵入を防ぎましょう。
- ② 刺されないようにする
野外では、長袖、長ズボンを着用し、はだしのサンダル履きは避け、肌の露出をできるだけ少なくしましょう。虫よけスプレーを適宜使用しましょう。
- ③ 草むらなどに近づかない
暗く湿気の多い場所、草むらなど、蚊が好んで生息する場所には近づかないようにしましょう。



国立感染症研究所ホームページより

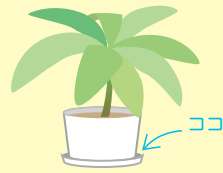
蚊の発生源となる「小さな水たまり」



古タイヤにたまった雨水



捨てられたペットボトルや空き缶にたまった雨水



植木鉢の水受けにたまった水



バケツやジョウロにたまった雨水

蚊の防除のポイント、成虫を駆除するより幼虫(ボウフラ)の発生を減らすことです。身の回りで蚊の発生源となる場所がないか確認しましょう。

市では、下水道が整備されていない地域などでの側溝等を重点薬剤散布箇所(約35箇所)として、ボウフラの駆除を定期的に行っています(昆虫成長制御剤の投入)。

また、「蚊が大量に発生している」などの情報があるときは、発生場所の調査を行い、土地の所有者や施設管理者に対して蚊の防除対策を促します。詳しくは環境衛生課までお問い合わせください。



お問い合わせ
環境衛生課 ☎951・1530

情報パック

Information

日時・期間 会場・場所 内容 問い合わせ 申し込み 費用 対象 期間 定員

講座・催し物などで特に記載のないものは誰でも参加可(申し込み不要)です。



お知らせ

2016 県産品奨励月間

7月は県産品奨励月間です。積極的な県産品の愛用は、地元における雇用創出、地元経済への大きな波及効果が期待できます。今後も引き続き県産品をご愛用ください。



問 商工農水課 ☎ 951・3212

平成28年度児童扶養手当・特別児童扶養手当の「現況届」

児童扶養手当・特別児童扶養手当を受けている方は、毎年8月に更新の手続き「現況届」が必要です。当届出は今後の手当支給を決定する大切な手続きです。7月下旬の案内文通知後は事前相談も行いますので、必要書類をお持ちの上でご来庁ください。

【提出期間】

児童扶養手当▼8月1日(月)～8月31日(水)
特別児童扶養手当▼8月12日(金)～9月9日(金)

※土日祝日は、8月13日(土)のみ受付を行います。

【受付時間】

9時～16時(※16時以降は受付不可)
※8月10日(水)のみ「現況届」の受付時間を19時まで延長します。

【受付場所】

子育て応援課 児童家庭グループ(本庁3階45番窓口)

問 子育て応援課 ☎ 861・6951

ひとり親家庭対象！ 進学費用の相談はお早めに

母子、父子、寡婦家庭の自立を促すため、お子さんが大学などに就学する際に必要な資金(修学資金、就学支度資金など)の貸付を行っています。

貸付には要件があることから、進路決定前のご相談をお勧めしています。

※貸付は審査後に決定します。ご期待に添えない場合もありますので、あらかじめご了承ください。

※貸付金の支払い開始まで、受付から少なくとも2か月程度かかります。

問 子育て応援課 ☎ 861・6951

後期高齢者医療(長寿医療)制度 平成28年8月から被保険者証が 切り替わります

新しい被保険者証は、7月下旬までに対象者へ簡易書留で郵送します。新しい被保険者証が届きましたら、住所・氏名・一部負担金の割合を確認してください。8月からは、医療機関の窓口に新しい被保険者証を見せてください。新しい被保険者証の有効期限は次の通りです。

【有効期限】平成29年7月31日まで

新しい被保険者証



問 国民健康保険課 ☎ 862・4262

市役所で「まちかど健診」実施します

日 7月29日(金)

13時～16時(受付時間 13時～15時半)

場 市役所本庁舎 201会議室

内 特定健診(健康診査)、乳がん検診

※乳がん検診は、40歳以上の方が対象。

自己負担が800円かかります。

対 国保に加入の20～74歳の方

【実施機関】

那覇市医師会生活習慣病検診センター

問 特定健診課 ☎ 862・0564

20～30代のための生活習慣病予防健診

職場や地域で健診の機会がない方を対象に健診・保健指導を行います。

日 7月5日、12日、19日、26日(毎週火曜日)

曜 9時～15時 場 市保健所1階

内 身体測定、血液・尿検査、保健・栄養指導(1時間程度で終了予定)

対 20～30歳の市民(国保加入者以外)

費 無料 申 電話予約

問 健康増進課 ☎ 853・7961

歯周病検診のお知らせ

平成28年度中に40、50、60、70歳になる方は、がん検診等受診券(国保加入者は国保証)を使って、歯周病検診を受診できます。受診券を紛失した、または届いていない場合は、健康増進課までご連絡ください。

費 1300円(自己負担額)

【検診内容】

歯茎や歯肉の状態、口臭、歯周ポケット等

問 健康増進課 ☎ 853・7961

エイズ(HIV)等の無料匿名検査

【即日無料匿名検査(要予約)】

日 毎週月、水、金曜日

9時半～11時半、13時～15時

場 市保健所(相談室105)

内 HIV、クラミジア、梅毒、肝炎

(※肝炎検査は初めての方のみ無料です)

【エイズ夜間検査(要予約)】

日 毎月第1水曜日 17時半～20時

場 市保健所(相談室105)

問 保健総務課 ☎ 853・7971

7月乳幼児健診

		通知時期	受診可能な期限	健診日および受付時間
乳児健診	前期	3か月頃	6か月未満まで	3日(日)・10日(日)・24日(日) 13時～15時
	後期	9か月頃	1歳未満まで	3日(日)・10日(日)・24日(日) 9時～10時45分
1歳6か月児健診		1歳8か月頃	2歳未満まで	7日(木)・13日(水)・21日(木)・28日(木) 13時～14時半
3歳児健診		3歳6か月頃	4歳未満まで	5日(火)・15日(金)・19日(火)・26日(火) 13時～14時半

※お子様の健診時期に個別通知を行っています(年間予定はホームページに掲載)

場 市保健センター

問 地域保健課 ☎ 853・7962

平和通りの大衆劇場 ひやみかちマチグラー館 入場無料

LIVE 7/10 我姐古より子と華美ら

7/23 民謡ライブ 日場盛信

***** 1日2回開演 ⑬13:00～ ⑭15:00～ *****

那覇市 マチグラーのにぎわい事業 牧志公園中 衣料部2階 ひやみかちマチグラー館

開演時間 11:00～17:00(休演日を除く) TEL 098-917-2815

フェイスブック ホームページ http://www.hiyamikachi.com

市民会館		[開館時間] 9:00～22:00/火曜日休館	
		☎855-5081 FAX855-5089	
日	催 物	開演	入場料
2(土)	夢のマーチ	13:30 17:00	全席指定 55席 8,000円 全席指定 S席 7,000円 (各税別)
10(日)	第22回 民謡芸能祭	14:30	前売 1,500円 当日 1,600円
18(月)	熊本震災被災地支援チャリティー公演「情花咲かせ」	13:00 18:00	前売 2,000円 当日 2,500円
20(水)	第54回那覇地区老人クラブ大会・第40回那覇地区老人クラブ芸能発表会	10:30	前売 1,000円 (当日券はありません) 詳しくは主催者まで
22(金)	第17回英語発表会	13:00	入場無料
24(日)	第9回日本高校ダンス部選手権 沖縄地区予選大会	13:00	一般 前売 2,000円 当日 2,500円 小人 前売 1,000円 当日 1,500円
30(土)	第37回 明治ファミリー劇場	11:30 15:30	招待券が必要
31(日)	第37回 明治ファミリー劇場	11:00 15:00	招待券が必要
中ホール	3(日) 2017 芸大・美大進学相談会	10:00	入場無料
	17(日) 第39回「NLAナキワラ! 2016」 沖縄県ライブ予選会	13:00	入場無料
	31(日) おでかけライブ in 沖縄	11:00	パンフレット代500円

※できるだけバス・タクシー等の公共交通をお使いください。

※一般のお客様がご入場いただける催物のみを掲載しています。

広告

不動産 売却 査定 無料

所有不動産の売却可能価格をいち早くお知らせをします。

私達にお任せ下さい！ 売りたい・・・不動産を探しています！

こんな方は、まずお電話下さい。

- ・ウチの家はいくらで売れるかなあ？
- ・ローン返済が厳しいので・・・
- ・買い替えしたいけど、どうすれば・・・

査定のお申し込みは今すぐこちらまで！

当社が 直接買取も行います。

中古住宅、マンション、土地、アパート、軍用地、即金買取致します。

当社買取につき仲介料は発生しません。

※物件によってはご希望に添えない場合もあります。

査定のみもOK

即金買取

秘密厳守

オロク商会 株式会社

土地・建物・スピード査定！土・日・祝営業中！

TEL(098)858-0069

〒901-0154 沖縄県那覇市赤嶺1-2-5
FAX:098-858-0020 沖縄県知事免許(2)4058号
HP:http://www.oroku.co.jp/

マイナンバーカードを利用して、コンビニで証明書が取得できるようになります！



平成28年10月サービス開始に向けて、ただ今準備中です。お持ちの「なは市民カード」、「住基カード」ではコンビニで証明書の発行サービスがご利用できないため、この機会にマイナンバーカードの取得をオススメします！

【取得できる証明書】

住民票の写し、住民票記載事項証明書、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本、戸籍附票、所得証明書・課税証明書、固定資産証明書【サービス利用できる店舗】

全国のローソン、ファミリーマートなど

【利用時間】

6時半～23時(12月29日～1月3日を除く) 問【証明書(住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄抄本など)やマイナンバーカードに関すること】

ハイサイ市民課 ☎ 862・3274

【各種税証明書(所得証明書・課税証明書、固定資産証明書)に関すること】

市民税課 ☎ 862・9903

第7回 那覇市議会報告会

議会の活動を市民のみなさまに報告し、引き続き意見交換を行います。申込不要。

日 ① 8月3日(水) 19時～20時半

② 8月4日(木) 19時～20時半

場 ① なは女性センター(なは市民協働プラザ1階)、JA小緑ホール

② 市民会館中ホール、首里支所会議室

※手話通訳をご希望の方は、7月20日(水)までお問い合わせください。

問 議事管理課 ☎ 862・8153

那覇市民会館の利用受付一時休止

那覇市民会館の耐震診断を行っていますが、地震に対する安全性が確認されるまでの間、次の期間の利用受付を一時休止します。

期 平成28年11月1日(火)～平成29年3月31日(金)

問 文化振興課 ☎ 855・5081

募 集

平成28年度 高等職業訓練促進給付金支給対象者の募集

母子・父子家庭の親が、看護師などの資格取得のため、養成機関で1年以上のカリキュラムを修業中である場合、予算の範囲内で高等職業訓練促進給付金を給付します。申請期間は、平成29年2月28日(火)まで。 ※給付対象となる条件や期間など、詳しくは担当課までお問い合わせください。 ※支給決定額が予算額に達した際は、申請期間内であっても募集を締め切る場合があります。

問 子育て応援課 ☎ 861・6951

牧志公設市場出店者大募集

公設市場で雑貨や洋服を販売してみませんか？手作り商品の販売ももちろんOKです！応募資格など詳しくは、ホームページをご覧ください。なはまちなか振興課までお問い合わせください。

【募集市場】

① 衣料部(かりゆしウェアなどの小売販売) ② 雑貨部(雑貨品の小売販売)

③ 第一牧志公設市場(精肉などの小売販売) ※最新の空き状況は、ホームページまたは市場にてお知らせしています。

申 問 なはまちなか振興課(本庁6階) ☎ 863・1750

那覇市健康づくり協力店 認証講習会

利用者の健康に配慮したメニューなどが提供できるお店を「健康づくり協力店」として認証しています。認証を受ける際の条件や流れ、市の健康課題をお伝えする「認証講習会」を開催します。

日 7月2日(土) 10時～12時または7月20日(水) 14時～16時

※予約制です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

場 市保健所3階 大会議室

対 市内の弁当屋、飲食店など 費 無料

申 問 健康増進課 ☎ 853・7961

「第9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。那覇市長賞や那覇市文化協会長賞、入賞・入選作品を那覇市民ギャラリーにおいて展示公開します。

【作品受付】

日 10月24日(月)

※詳細は那覇市文化協会などの窓口で作品募集要項をお取り寄せください。那覇市文化協会HPからもダウンロードできます。

【展示会】

日 11月1日(火)～11月6日(日)

10時～19時(最終日は17時まで)

場 「作品受付」、「展示会」ともに、那覇市民ギャラリー(パレットくもじ6階)

問 那覇市文化協会 ☎ 861・1909 文化振興課 ☎ 831・8401

みんなで楽しく！ブルウォーキング教室(介護予防教室)

運動不足や体重増加が気になる方、膝や腰の痛みで悩みの方！ぜひご参加ください。



場所	沖縄スイミングスクール三原校 那覇市民 首里石嶺プール	
コース	9月1日(木)～12月8日(木) 週1回 13回コース	
曜日・時間	毎週木曜日 13時半～15時半	毎週木曜日 13時15分～15時15分
定員	各コース15人(先着順) (定員に達し次第、締め切らせていただきます)	
申込期間	7月1日(金)～7月15日(金)	
対象者	65歳以上85歳未満 ※生活機能評価基本チェックリスト(アンケート)に該当した方が対象となります。ご了承ください。	
費用	無料 ※ただし、医師の指示書にかかる費用は自己負担	
問合せ先	ちゃーがんじゅう課 ☎ 862-9010 (内線 2424)	

那覇市民ギャラリー			2016年7月5日～7月31日 (パレットくもじ 6F) 月曜日休館 ☎867-7663
7/5(火)～7/10(日)	第1展示室 第2展示室 第3展示室	第34回 沖縄平和美術展	【絵画・写真・デザイン・染色・その他】 (沖縄平和美術展実行委員会 安里盛昭)
7/12(火)～7/17(日)	第1展示室 第2展示室 第3展示室	ウェルカルチャースクール 第14回デジカメで写そう！ 写真教室 写真展	【写真】 (デジカメで写そう！写真教室 菅谷茂)
7/19(火)～7/24(日)	第1展示室 第2展示室 第3展示室	第46回 イーゼル会展 南風め会 第5回 水彩画展	【絵画】(イーゼル会 國吉保武) 【絵画】(南風め会 赤嶺晴男)
7/26(火)～7/31(日)	第1展示室 第2展示室 第3展示室	第4回 フォトサークルi(アイ) 作品展 第26回 水彩連盟 沖縄支部展 いのちあふる 桑江公園(北谷)	【写真】(フォトサークルi(アイ) 花城雅孝) 【絵画】(水彩連盟 沖縄支部 橋本弘徳) 【写真】(北谷スポーツセンター写真教室 南研作)
	第1展示室 第2展示室 第3展示室	写真日記 五十路展 第52回 ニッコールクラブ沖縄支部 写真展 知念かねみ写真展 ～三線工芸士 銘刈春政～	【写真】(写真クラブ 五十路会 神里幸晴) 【写真】(ニッコールクラブ沖縄支部 山田貴) 【写真】(知念かねみ)

パレット市民劇場				(パレットくもじ 9F) [開館時間] 9:00～22:00/火曜日休館 ☎869-4880 FAX869-4883
日	催 物	開演	入 場 料	
2(土)	ノエル・ビリングズリー クラシックギターソロリサイタル	19:00	¥2,000(当日¥500増)	
3(日)	中村裕実子 室内楽コンサートvol.1 ムジカ・インスピラーレ・クラシカ	14:00	一般¥2,500 学生(高校生以下) ¥1,000 (当日¥500増)	
7(木)	0歳児からのコンサート パレットシリーズVol.1 木管楽器の動物園 第一弾は木管アンサンブル～たなばたコンサート～	14:00	¥800 (当日¥200増)	
10(日)	①第9回エコール・ド・ミュージゼ音楽発表会 1部 ②第4回那覇シティ・ミュージゼ少年少女合唱団定期公演	①10:00 ②17:00	①無料 ②¥500	
16(土)	ちゅら海 アルス・ノ・ヴァ音楽祭	13:30	¥2,000	
17(日)	小川悠一郎 平和チャリティーコンサート 10周年記念	18:00	¥1,999	
18(月)	エレクトーンフェスティバル2016 ソロ演奏部門	未定	¥1,200(当日¥300増)	
23(土)	平良栄一 テノールリサイタル	19:00	¥2,500(当日¥300増)	
24(日)	2016 エレクトーン発表会	未定	無料	
28(木)	祝：世界武道祭コンサート 歌とこぶしと世界の心	19:30	一般¥3,000 学生¥2,000	
29(金)	東宝シンデレラオーディション(沖縄会場)	未定	参加者のみ 一般¥2,980	
30(土)	おからジョイントコンサート	19:00	高校生以下¥1,000	

※主催者・その他の都合により変更することもあります。



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

「相談して良かった」という声を多数頂いております!!

ご相談は 広告

何度でも
無料

※個人のお客様のみとさせていただきます。

～明日のためにできること、今あなたとともに。～
弁護士 法人 岡野法律事務所
はいさい那覇支店 社員弁護士 安本 良太／明比 拓郎／岬 孝暢
〔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17名の弁護士が所属しております。

フリーダイヤル 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
http://www.okano-okinawa.jp/ 岡野法律事務所 沖縄 検索

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

地域の中での子育てを支援するため、保育サービスを提供できる人材を養成します。

日 7月19日(火)、20日(水)、21日(木)、22日(金) 9時～17時

場 那覇市総合福祉センター2階

対 講習の全日程に参加後、協力会員として活動できる方

定 25人(65歳未満の方。学生不可。定員に達し次第締め切ります)

費 無料(※テキスト代などは自己負担)

申 6月15日(水)～7月15日(金)

※平日9時～17時。ファミリー・サポート・センター事務局窓口(那覇市総合福祉センター2階)での受付。電話受付不可。

問 那覇市ファミリー・サポート・センター ☎857・8991

乳幼児学級「すつきり、にこにこ、楽しく子育て！」はじめての育児

講座をとおして、はじめての育児の不安や悩みを共有・解消しましょう!

日 8月10日(水)、18日(木)、24日(水)、31日(水)の全4回 各々10時～12時

場 中央公民館ホール

対 6か月～1歳の乳

幼児を第1子に持つ、

市在住または在勤・

在学の親子(託児つき)

定 20組(先着順) 費 1200円(材料費等)

申 7月4日(月)～7月22日(金)

平日9時～17時。電話または窓口

問 中央公民館 ☎917・3442



世界遺産講座 in 識名園

「琉球王国のグスク及び関連遺産群」の構成資産の一つである識名園で、世界遺産の枠組み、沖縄の世界遺産の特徴などに関する講座と園内ガイドを実施します。

日 7月23日(土) 14時～16時半

場 識名園 御殿の一番座・二番座

定 先着25人(要事前申込)

費 700円(入園料含)

問 琉球弧世界遺産学会 ☎869・7578

雨水・井戸水を有効利用するための 施設補助について

水資源の有効利用として市内の住宅に雨水を貯めるタンク、井戸水利用のためにポンプを設置(修繕含む)する方に対し、設置費の半額を補助します。上限は4万円です。詳しくは、設置前にお問い合わせください。※予算に達し次第締め切ります。



対 雨水貯留・浸透施設、井戸水利用施設

問 環境保全課 ☎951・3229

家庭用生ごみ処理機器購入支援

家庭から排出される生ごみを減らすため、処理機および処理容器を購入する方に予算の範囲内で奨励金を交付します。※購入する前に必ずお問い合わせください。※条件などによって交付の対象とならない場合があります。

対 生ごみ処理機 ▼1世帯1台まで
生ごみ処理容器 ▼1世帯2台まで

【金額】本体価格の3分の2(上限3万円)

問 廃棄物対策課 ☎951・3231

公益信託 第19回源河朝明記念 那覇市社会福祉基金募集

市内を中心に社会福祉活動を営み、かつ、1年以上の事業実績を有する非営利法人または団体に対し、事業費を助成します。【金額】総額500万円(1団体100万円を限度)

申 7月1日(金)～8月31日(水)

問 琉球銀行地域貢献室 ☎860・3787

一般市民対象救命講習

講習名	普通救命Ⅰ	普通救命Ⅱ
日時	7月5日(火) 14時～17時	7月27日(水) 14時～17時
内容	心肺蘇生法 (主に成人)、 AED	心肺蘇生法 (主に乳児および小児)、 AED
募集期間	6月27日(月) 9時～ 電話受付のみ	7月19日(火) 9時～ 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	

催し物

ピンクドット沖縄2016開催

「性的マイノリティが生きやすい社会を」と願う人たちが、その思いをあらわすために、ピンク色のものを身につけて集まるイベントが開催されます。関心のある方などなたでも参加できます。

日 7月17日(日) 12時～17時

場 てんぶす前広場

問 平和交流・男女参画課

☎951・3203

なはの日 たなばた特別無料投影

1年で最も星空に興味がいってくる七夕の時期に、プラネタリウムで満天の星空を楽しみましょう。

日 7月9日(土)、10日(日)

13時半、15時、16時(9日のみ)、17時

場 牧志駅前ほしぞら公民館プラネタリウム

対 どなたでも 定 各回80人 費 無料

申 不要。当日13時から、ほしぞら公民館事務所に無料入場券を配布(1人2枚まで)

問 牧志駅前ほしぞら公民館
☎917・3443

2016 りっかりっか*フェスタ

演劇、ダンス、人形劇などの作品を、国内および海外から招き上演します。ぜひ家族や友人とご参加ください。

期 7月25日(月)～7月31日(日)

場 沖縄県立博物館・美術館、新都心公園、緑化センター、銘苅小学校地域連携室など
※他の開催場所、時間帯、費用など詳しくは、お問い合わせください。



問 チケットセンター ☎943・1357

なは女性センター

【利用時間】月～金 9時～21時 土 9時～17時
【休館日】日曜日・祝日・慰霊の日・12月29日～1月3日
なは市民協働プラザ1階(旧銘苅庁舎) ☎951-3203 FAX951-3204

女性のための心とからだセミナー 第1回「月経にまつわるトラブル」
講師:宮良美代子(産婦人科医・美代子クリニック院長)
日 7月28日(木) 19時～20時半 対 高校生、大学生、関心のある方
定 30人(事前申込先着順) 場 なは女性センター学習室
※一時保育(2歳児以上未就学児)、手話通訳の申込は7月20日(水) 17時まで

レインボー講座 第1弾 パートナリシップ制度 ふたりの約束と社会の承認
スピーカー:けんたろう(ドント・ウォーリー代表)・狩俣倫太郎(琉球放送アナウンサー)
日 7月30日(土) 14時～16時 対 関心のある方 定 50人(事前申込先着順)
場 なは女性センター学習室
※一時保育(2歳児以上未就学児)、手話通訳の申込は7月22日(金) 17時まで

相談室「ダイヤルうない」 ☎861-7515
相談受付時間:月～土 9時～12時/13時～17時
●電話相談 ●面接相談(女性のみ) ●法律相談(予約制)
●性の多様性に関する相談
あなたがありのままに歩みを進むには何が出来るかを一緒に考えます。
性の多様性については、性別にかかわらずご相談ください。

なはし就職なんでも相談センター

【開所時間】平日9時～18時 ☎988-3163

那覇市が開設している就職支援施設です。求職中のかたであれば、どなたでもご利用できます。年齢制限はありません。お気軽にお立ち寄りください。

【支援サービス内容】
●就職相談
就職活動中での不安、疑問や、仕事上の悩みなどなんでもご相談ください。専門の就職相談員がサポートします。
・相談無料 ・プライバシー厳守します ・予約優先です
●パソコン利用
応募書類の作成が可能です。
●求人情報の提供
センター内ではハローワークの求人情報の提供、インターネットでの求人情報検索、県内求人情報誌を設置しています。
※就職のあつ旋はしていません。



事務所移転のお知らせ 5月23日(月)より那覇市役所2階(中央エレベーター横)に移転しました。

那覇市ぶんかテンプス館

4F テンプスホール				
日	開演	公演内容	費用	主催/問合せ先
3 (日)	18:30	朗読・夢舞台～其の十一～ 朗読/企画・演出:熊澤南水	前売一般2,500円 当日500円増	那覇市ぶんか テンプス館 868-7810 (※満席になる公演もあるため要予約)
7 (木)	19:00	木曜芸能公演 琉球舞踊 八重山舞踊/川井民枝、他		
14 (木)	19:00	木曜芸能公演 琉球舞踊/踊い飛琉	一般1,500円 高校生1,130円 小・中学生750円	
21 (木)	14:00 19:30	木曜芸能公演 クラシック 渡久地圭、大木理恵		

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&アソシエイツ

ニューオーナメント 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、気になる マイナス金利

わたしたちの生活への影響は、

保険料のコストを見直し、「保険は補償ではなく貯蓄機能もある」という考え方を提案します。私たちファイナンシャルプランナーにご相談ください。

小額からでも出来る資産運用

物価上昇や増税など取りまく環境は決して明るいとは言えません。ゆとりある老後の生活に向けてお金を殖やすポイントを学びましょう。運用目的や資産状況に応じてリスクを判断することが大事です。初心者の方でもおすすめる投資もあります。

住宅ローンの賢い借り方返し方

通常預金の金利は値下がりがりしていますが、一般家計でマイナス金利から受ける恩恵に住宅ローン利率定価が挙げられます。現在の家計と将来の予定をもとに、キャッシュフロー表を作成してみませんか。ファイナンシャルプランナーと一緒に家計の現状を整理できるところからお手伝い出来ます。

年間相談数約40,000件

保険クリニック 沖縄 検索

ぷち
うちな〜ぐちやあじ〜だー

ウジラーサン

①かわいらしい、②「…上手である」という意味。例文「クヌ アカングワヤ アンシ ウジラーサル」(この赤ちゃんはなんて可愛いんだ)

監修 那覇市文化協会うちなーぐち部会

【お問い合わせ】那覇市文化協会 ☎ 8611909

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 木曜休館
観覧料 一般350円 (大学生以下 無料)
☎ 8695266

国宝尚家資料7月の特別展示
「王家の衣裳」ロイヤルカラーの黄色地衣裳 (企画展連動展示)
期 7月8日(金)〜8月3日(水)



7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

7月17日(日) 14時〜16時 「尚家の染織品について」
講師 祝嶺 恭子 (沖縄県立芸術大学名誉教授)
7月24日(日) 14時〜16時 「紅型について」
講師 與那嶺 一子 (沖縄県立博物館・美術館学芸員)
8月7日(日) 14時〜16時 「琉球の絆について」
講師 柳悦州 (沖縄県立芸術大学附属研究所教授)

○担当学芸員による展示解説会
7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

7月17日(日) 14時〜16時 「尚家の染織品について」
講師 祝嶺 恭子 (沖縄県立芸術大学名誉教授)
7月24日(日) 14時〜16時 「紅型について」
講師 與那嶺 一子 (沖縄県立博物館・美術館学芸員)
8月7日(日) 14時〜16時 「琉球の絆について」
講師 柳悦州 (沖縄県立芸術大学附属研究所教授)

7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

7月17日(日) 14時〜16時 「尚家の染織品について」
講師 祝嶺 恭子 (沖縄県立芸術大学名誉教授)
7月24日(日) 14時〜16時 「紅型について」
講師 與那嶺 一子 (沖縄県立博物館・美術館学芸員)
8月7日(日) 14時〜16時 「琉球の絆について」
講師 柳悦州 (沖縄県立芸術大学附属研究所教授)

7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

開館時間 10時〜18時 (入館は17時半まで)
月曜休館 ※ただし、月曜祝日の場合は開館
常設展観覧料 一般350円 (大学生以下 無料)
☎ 8623761 FAX 8623762

臨時休館のお知らせ
資料整理のため休館いたします。
期 6月27日(月)〜7月4日(月)

学芸員と展示を見よう
〜常設展ギャラリーツアー〜
常設展示の内容について、学芸員が展示会場
で解説します。
日 7月17日(日) 10時から1時間程度
費 常設展の観覧料が必要です(大学生以下は無料)
申 不要。当日、1階受付前にお越しください

7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

7月17日(日) 14時〜16時 「尚家の染織品について」
講師 祝嶺 恭子 (沖縄県立芸術大学名誉教授)
7月24日(日) 14時〜16時 「紅型について」
講師 與那嶺 一子 (沖縄県立博物館・美術館学芸員)
8月7日(日) 14時〜16時 「琉球の絆について」
講師 柳悦州 (沖縄県立芸術大学附属研究所教授)

7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

7月17日(日) 14時〜16時 「尚家の染織品について」
講師 祝嶺 恭子 (沖縄県立芸術大学名誉教授)
7月24日(日) 14時〜16時 「紅型について」
講師 與那嶺 一子 (沖縄県立博物館・美術館学芸員)
8月7日(日) 14時〜16時 「琉球の絆について」
講師 柳悦州 (沖縄県立芸術大学附属研究所教授)

7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

7月17日(日) 14時〜16時 「尚家の染織品について」
講師 祝嶺 恭子 (沖縄県立芸術大学名誉教授)
7月24日(日) 14時〜16時 「紅型について」
講師 與那嶺 一子 (沖縄県立博物館・美術館学芸員)
8月7日(日) 14時〜16時 「琉球の絆について」
講師 柳悦州 (沖縄県立芸術大学附属研究所教授)

7月10日(日)、8月20日(土) 14時〜14時45分
解説 山田 葉子 (那覇市歴史博物館学芸員)
企画展 前期 7月8日(金)〜8月3日(水)
後期 8月5日(金)〜8月31日(水)
※会期中展示替えあり

なは NEWS Digest

なはのホットな話題は市ホームページで [那覇市 市政ナビ](#) 検索

5/28 もったいないを考えよう!
〜ごみゼロイベント〜



ごみゼロの語呂合わせである5月30日に合わせ、「ごみゼロの日」イベントをイオン那覇店前交通広場で開催しました。

「もったいない」を楽しく体感できる各ブースでは、空き缶のコマづくりや、割り箸の風車づくりなどにチャレンジする子どもたちの姿が見られました。

また、粗大ごみとして出された家具をリユース品として安く販売する『再生工房家具』の抽選会では、お目当ての家具を探す家族連れで賑わいました。

6/3 支援に感謝
〜那覇市育英会寄附金 感謝状贈呈式〜



那覇市育英会では人材育成を目的に、学生を対象とした奨学金の貸与を行っています。このたび、株式会社国建から育英会へ100万円の寄附があり、感謝状を贈呈しました。

国建の比嘉盛朋代表取締役社長は「子どもたちを取り巻く現状は厳しく、みんなで協力して改善していければと考えています」と話しました。

同育英会の理事長でもある城間市長は「経済的な理由で夢が断たれるということがないよう、支援の手を差し伸べて行きます」と感謝の意を伝えました。

6/18・19 父の日お魚フェア
〜本まぐろ祭り〜



毎年恒例の泊いゆまち父の日お魚フェアが、沖縄鮮魚卸流通協同組合の主催で行われました。

まぐろの解体ショーでは、見事な包丁さばきに感嘆の声が上がる中、約60kgのまぐろがあっという間に塊に切り分けられました。まぐろはその場で模擬セリにかけられ、手頃な価格で次々と来場者に落札されました。まぐろが大好きな幸地優花さん(小6)は「今日はお父さんのために頑張って落札しました」と笑顔で話しました。

フェアでは、魚の早さばき対決や遊覧船クルージングなども行われ、訪れた人を楽しませました。

放送大学 平成28年度 10月入学生募集中

「答え」を探す人に、なろう。

インターネット・テレビで学べる! 大学卒業資格を取得できる! 心理学が学べる! 入学試験はナシ! 好きな科目だけ半年・1年だけでもOK!

10代〜80代まで約1500人が在籍する **放送大学 沖縄学習センター**

放送大学は、放送大学学園(文部科学省・総務省所管)によって設置された正規の大学です。

9/11(日) 14:30〜17:00 生涯教育・生涯学習に何を求めるかー放送大学からの提言ー
会場：沖縄県立博物館・美術館 講堂

パネリスト / 安原義仁(広島学習センター所長) 池田龍彦(神奈川学習センター所長) 大湾知子(琉球大学医学部准教授) 齊藤綾乃(NHK沖縄気象キャスター) 他
司会 / 富永大介(沖縄学習センター所長)

参加無料 学びのシンポジウム(予約不要)

平成28年9月20日(火)まで 郵送・インターネットで出願受付
放送大学 検索

TEL.098-895-5952 西原町字千原1番地(琉球大学構内) 月・祝定休 入学相談・センター見学随時受付中!