



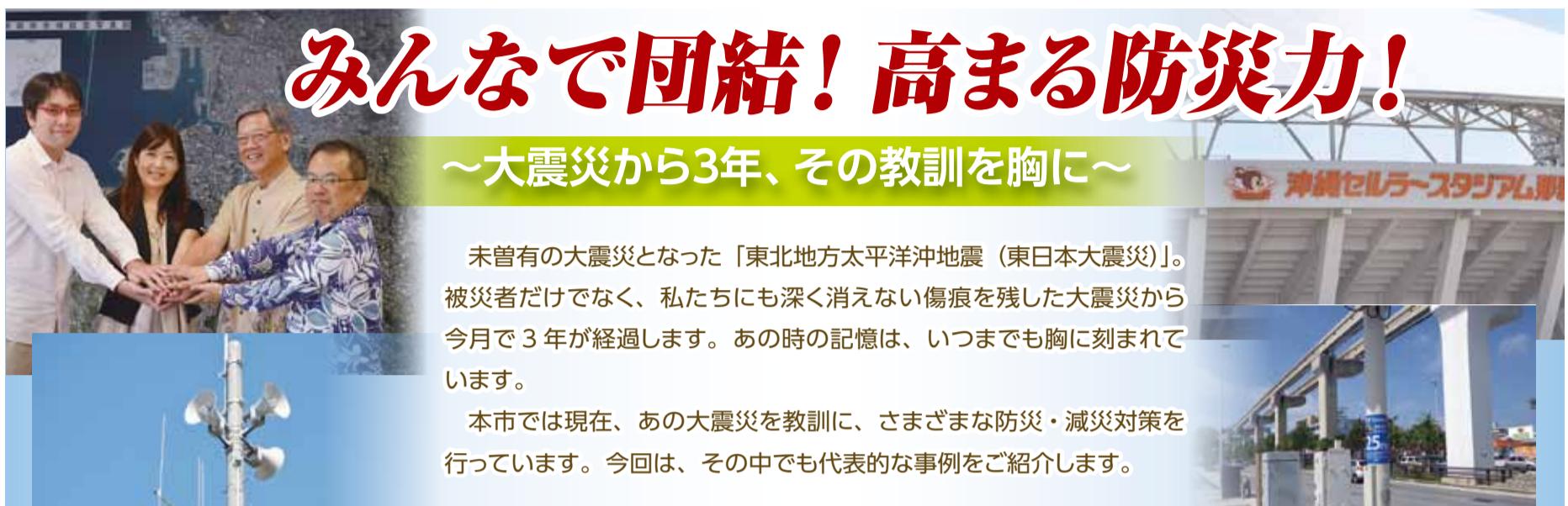
第758号毎月1回発行

2014年(平成26年)

3月

市の人口と世帯
※()内はうち外国人
2014(平成26年)1月末現在
総人口 322,483 (2,466)
男 155,760 (1,354)
女 166,723 (1,112)
世帯数 142,195 (1,354)

発行 那覇市
編集 秘書広報課 ☎862-9942
〒900-8585 那覇市泉崎1丁目1番1号
印刷 光文堂コミュニケーションズ(株)
配布 那覇市シルバーリー人材センター



未曾有の大震災となった「東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）」。被災者だけでなく、私たちにも深く消えない傷痕を残した大震災から今月で3年が経過します。あの時の記憶は、いつまでも胸に刻まれています。

本市では現在、あの大震災を教訓に、さまざまな防災・減災対策を行っています。今回は、その中でも代表的な事例をご紹介します。

東日本大震災があまりに広域的な大災害であったことを教訓に、本市では浦添市や南風原町、西原町の近隣の市町村をはじめ、姉妹都市の日南市（宮崎県）や川崎市（神奈川県）のほか、宇治市（京都府）、高知市（高知県）などの中核市41市とも「災害時相互応援協定」を締結いたしました。これは、協定締結市のいずれかが被災した場合、被災している市が相互に応援協力し、被災市への食糧や資機材の提供などの災害応急対策、災害からの復旧・復興を円滑に遂行することを目的とした協定です。

また、公的機関以外にも、民間企業・団体とも応援協定を締結いたしました。東日本大震災の際、被災者への情報提供に効果を發揮した例を受け、市内にあるコミュニティFM2局と「放送要請に関する協定」を締結。避難所のライフライン

確保のためにLPGガスとガス器具の供給を行う「LPGガスの供給に関する協定」、「災害時に係る情報発信等に関する協定」も、それぞれ関係団体と締結しました。新たに関係団体と締結し、観光客など災害時には帰宅困難となる方々の避難場所の確保にも努めています。

本市では、このように、多様な災害時応援協定（30関連以上）を、さまざまなものと締結し、もしもの時のためには、市の防災力を高めています。

災害時応援協定

津波緊急一時避難施設

東日本大震災でお亡くなりになつた方の死因は、92・4%が「溺死」となっています（警察庁 平成23年資料）。あの大地震で改めて津波の恐ろしさを思い知らされました。沖縄県の津波浸水予測によりますと、沖縄本島南東沖で大地震が発生した場合、那覇市に最大週上高11メートル強の津波が到達するとされています。そのことから、本市では、市内の海岸・河川沿いなどの低海拔地域を中心、「津波緊急一時避難施設」は、市内に「大津波警報」が発表された場合に限り、市民が早急に避難できるよう、建物所有者と市が協定を締結し、その建物を「津波緊急一時避難施設」として指定しています。現在、「那覇中央郵便局」や「とまりんアネックスビル」、「沖縄セラースタジアム（内野席上層部）」など74施設86棟が指定を受けています。「海拔表示」は、お住まいや近

隣地域の海面からの高さを示しており、市内の電信柱をはじめ児童館・公民館などの公共施設、モノレールの各駅、コンビニエンスストアなどで表示を行っています。

ぜひ、平常時より「津波緊急時避難施設」の場所や「海拔表示」を確認し、いざという時に備えましょう。

※市ホームページにある「那覇市防災マップ（左上）」「防災安全情報（内）」からも確認可能



防災行政無線は、災害発生時などの緊急時に、気象警報や避難勧告などの災害関連情報を市民のみなさまにお伝えするものです。市役所内の「親局」から送信した情報は、市内に設置された「屋外拡声子局」で受信され、スピーカーからのサインや音声でみなさまに情報を伝えます。

さらに平成25年度は、沖縄振興特別推進交付金を活用し、市内の小中学校を中心に、新たに「53基」の「屋外拡声子局」を設置しました。このように、災害情報が広範囲に伝わる取り組みも行っています。



防災行政無線

サイレンが聞こえたら…

- テレビ、ラジオ等で最新の情報を入手し、あわてずに行動
- 身の危険を感じたら、迷わず指定避難場所へ避難

お問い合わせ

総務課

市民防災室

☎ 861-1102

主な紙面

●ユース・ダイジェスト	●みんなで団結! 高まる防災力!
●ヘルス・トリビューン	●大震災から3年、その教訓を胸に!
●ほけんインフォメーション	●新生活・引越しシーズンの家庭ごみ
●毎月20日は県民交通事故の日	●6・7
●環境トピック	●10・11
●歴史まつり	●12
●協働さん／博物館トピック	●9・10・11

●持ち出し品の準備!

防災・減災対策につきましては、どこまでやれば、どれだけやれば万全だということはありません。市では、今後ともあらゆる災害を想定し、市民のみなさまの安心・安全な生活を守れるよう、公的機関だけでなく民間企業・団体のみなさまと連携し、様々な施策を展開してまいります。

市民のみなさまも防災・減災の基本は、自分の命は自分で守る「自助」の精神であることを認識し、日頃から自分でできる防災対策を行いましょう。

持ち出し品 参照リスト

- 懐中電灯
- ラジオ
- マスク
- ベル（助けを呼ぶため）
- 飲料水など
- レトルト食品
- 缶詰
- 丈夫な靴

「いい暮らしそよ 楽しい暮らしを」～人と人が支えあう協働により、心の豊かさを感じるまちを目指して～

高血圧と言わされたら…

Health
is not built
in a day

高血圧症が、心臓病や脳血管疾患の危険を高めることはよく知られており、さらに、腎臓にも負担がかかります。そのため、禁煙すること、アルコールの過剰摂取をしないこと、適正体重を保つことなど、良い生活習慣を身に付けるとともに、必要とされたら服薬治療をきちんと続けることが大切です。血圧を適切にコントロールすることで、病気のリスクを減らせることは、これまで多くの研究や試験でわかっています。

血圧を測定する機会に「健康診査」がありますが、高血圧により医療機関にかかったほうがいいと判定された場合、しっかり病院やクリニックを受診しているでしょうか。那覇市の現状を紹介します。

血圧測定の結果

特定健診では、血圧の判定で、【収縮期血圧（上の血圧）が140mmHg以上、または拡張期血圧（下の血圧）が90mmHg以上】あれば、医療機関の受診を勧めています。平成23年度の那覇市の特定健診で血圧を測定された方約2万人中、医療機関受診を勧められたのは5279人、約27%です。一方、血圧が正常とされた方は約1万人。医療機関受診は勧めないものの、生活習慣に気をつける必要がある【正常高値（130～139mmHg / 85～89mmHg）】の方が約4000人でした。このような分布はおおむね毎年同じくらいです。



受診している?

それでは受診が必要な方の受診状況はどうでしょうか。平成23年度の特定健診では、特に早期の治療をお勧めしている【収縮期血圧160mmHg以上あるいは拡張期血圧100mmHg以上】の方が1031人おられましたが、治療している方は478人、未治療の方は553人と、未治療の方のほうが多いのです。さらに、その中でも、放置すると危険な【収縮期血圧180mmHg以上あるいは拡張期血圧110mmHg以上】の方が172人おられましたが、未治療の方が114人と“6割以上”です。これは残念な結果と言えます。

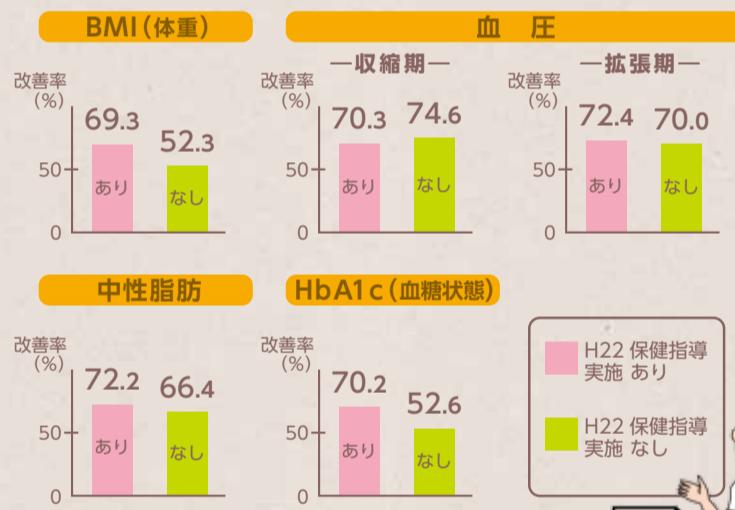
今すぐ考えてほしいこと

特定健診課などでは、受診が必要にもかかわらず未治療の方に対し、ご自分のために医療をぜひ受けてくださるよう、訪問や電話、お手紙などで何度もお願い、ご説明をしています。個人の事情は様々で、行きたくても行けないという方もおられるかと思います。しかし、危険な状態であることには変わりはないため、高血圧の未治療、あるいは治療の中止は何とか避けてほしいと考えます。健診で血圧の異常が見つかることは、これをコントロールする良い機会であり、本来の健診の目的もあります。

生活習慣改善と高血圧

「どうも薬には抵抗がある。自分で生活習慣を改善するから大丈夫だ」とおっしゃる方もときどきおられます。平成22年度に特定保健指導で、積極的支援とされた方のうち、実際に指導を受けた方は、受けていない方に比べて、平成23年度の結果が「BMI」（体重）と「HbA1c」（血糖状態）の項目で明らかに改善しています。ところが、「収縮期・拡張期の高血圧」と、「中性脂肪」についてははっきりとした改善が認められませんでした。つまり、1年間では、生活習慣に気をつけても、血圧はコントロールできなかったことになります。BMI（体重）が適正になることで、そのうち血圧にもいい影響があることも予想されますが、もし服薬しないとなると、危険な状態は少なくともそれまで続くということです。

積極的支援 保健指導による改善率（検査項目別）



みなさまのお近くに、「血圧が高いけど病院へは行ってないよ」という方はおられませんか?もしいらっしゃったら、ぜひ受診を勧めてください。

お問い合わせ

健康増進課 ☎ 853-7961 (内線 6009)



市が認証する「健康づくり協力店」のこだわりのレシピ紹介

「やさいそば」

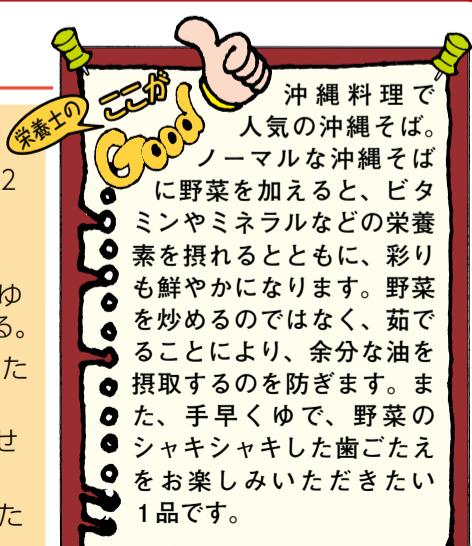
1品の調理時間:20分
(1人分 カロリー:491kcal、塩分:2.7g)



野菜は手早くゆで、水分をしっかり切る。
(そばだしを薄くならないように)

作り方

- ニンジンは皮むき器で薄く、キャベツは2cmの細切りに切る。
 - 麺を茹で、器に入れる。
 - もやし、ニンジン、キャベツと一緒にゆで、水分を切って、②の麺の上にのせる。
 - そばだしの材料を合わせ温め、沸騰した器にそそぐ。
 - 三枚肉、グーヤー、ねぎ、紅しょうがをのせる。
- ※三枚肉、グーヤーは前もって味付けしたもの。



健康づくり協力店『御殿山』

住所: 那覇市首里石嶺町1-121-2 電話: 885-5498
営業時間: 11:30～16:00 定休日: 月曜日、正月、盆

お問い合わせ 健康増進課 ☎ 853-7961 FAX 853-7965



特定健診はお済みですか？

特定健診の受診は、平成26年3月31日までうぐいす色の保険証が必要です

利用期間：平成26年3月31日まで

今お使いの保険証（うぐいす色）



平成26年3月31日まで
はばくを使って健診を
受け下さい

この部分が
『特定健診・がん検診』の
受診券となっています
(健診は全て無料)

利用期間：平成26年4月1日から

4月からの新しい保険証（コスモス色）



平成26年4月
からはばくに
バトンタッチします

お問い合わせ 特定健診課 ☎ 862-0564

特定健診は、保険証1枚で無料で受けられます。

平成25年度（～平成26年3月31日）の間に、特定健診を1度も受けていない方は、うぐいす色（左記左側）の保険証で受診してください。

平成25年度の受診がお済みの方は、平成26年4月1日から、コスモス色の保険証（左記右側）で受診することができます。受診期間は平成26年4月1日から平成27年3月31日までです。

※ 平成26年度の保険証（左記右側）は、納期内に納付している世帯へ、3月1日から随時郵送します。

腎臓病 予防講習会

増えています！

慢性腎臓病とは、自覚症状がないまま進んでいく腎臓の病気のことをいいます。
近年、慢性腎臓病が進行して人工透析を受ける人が増加していること、腎機能の低下が脳卒中や心筋梗塞など命に関わる病気を増加させることができることがわかり、もっとも注意すべき病気という認識が高まっています。
慢性腎臓病にならないためにはどうしたらいいの?
どんな検査を受けたらわかるの?
慢性腎臓病と言われたけど何に気をつけたらいいの?
など、講演会では専門の医師がわかりやすくお話します。

△前回の参加者の声△

- 腎臓について、今まで関心がなかったのですが、血圧や糖尿病と関係があることを初めて知りました。
- タンパク尿が出てもあまり重要なことだと思っていませんでしたが、続くとともに大変な病気につながることがわかりました。
- 健診結果を見ても、何に気をつけたらいいのかわかりませんでした。今日の講話を聞いて、日々家庭で気をつけるべきことがわかりました。

日 時：3月5日（水） 予約制

受 付：13:00～ 講話：13:30～15:00

場 所：那覇市役所12階第一研修室

対 象：那覇市民

講 師：田名毅先生

（那覇市医師会 生活習慣病担当理事）

参 加 費：無料

～特定健診受診者は健診結果を持参をお願いします～

お問い合わせ 特定健診課 ☎ 862-0564

早めに受けよう！ がん検診

今年度の受診券の有効期限は
26年3月31日までです。



今やがんは日本人の3人に1人がかかると言われている身近な病気です。健康だと感じても、年に1度は検診を受けましょう。

- 各種がん検診を受診するためには『受診券』が必要です。事前にお問い合わせください。
- 国保加入者は「国民健康保険被保険者証（国保証）」と「受診券」が一体化されていますので、国保証でがん検診を受診することができます。
- 受診券が届かなかった方や紛失した方は、お気軽にお問い合わせください。
- 社保の方でも職場で検診がない場合は『補助券』が利用できます。

【受けられる検診】

胃がん（バリウム）、大腸がん、肺がん、子宮頸がん、乳がん（視触診・マンモ）、肝炎ウイルス検診、特定健診（健康診査）

お問い合わせ 健康増進課 ☎ 853-7961

助産師訪問

助産師がご家庭を訪問して妊娠、出産、育児についてアドバイスをしています。

- 対象：妊娠・出産について不安のある妊婦さん
生まれた赤ちゃんとお母さん
(※期間は、生後3か月末満まで)
- 日時：助産師から電話をかけ、日時をお約束した上で、ご自宅に訪問いたします。
- 内容：妊娠中の心配ごとや妊婦健診・出産に関するお母さんに関する内容（産後の経過、母乳、授乳方法等）
赤ちゃんに関する内容（体重測定、栄養、お風呂、育児等）
保健サービスなどの紹介（乳児健診、予防接種等）
- 申込：親子健康手帳に添付しているハガキを送付、または電話でのお申込みも可能です



無料

平成25年度 33名の食生活改善推進員が誕生！

那覇市食生活改善推進員とは、那覇市が開催する養成講座を卒業し、「食」の大切さを地域住民に広く呼びかける、健康づくりの担い手として活動しているボランティアです。

『早ね 早起き 朝ご飯』をテーマにした親子料理教室や、『生活習慣病予防』をテーマにした健康料理教室、フードモデル展示など多岐に渡る活動を行っています。食生活改善推進員の開催する料理教室へ参加を希望される方は、お気軽にご連絡ください。



エイズ(HIV)等の無料匿名検査

即日無料匿名検査

■ 場 所：那覇市保健所（相談室105）

■ 日 時：月・水・金 9:00～11:30、13:00～16:00

■ 内 容：HIV・クラミジア・梅毒・肝炎

（注：肝炎検査は初めての方のみ無料です）

エイズ夜間検査

■ 場 所：那覇市保健所（相談室105）

■ 日 時：第1水曜日 17:30～20:00

お問い合わせ 健康増進課 感染症相談室 ☎ 853-7971

お問い合わせ 健康増進課 ☎ 853-7961



地方独立行政法人 那覇市立病院 ☎ 884-5111(代表)					
ゆいレール：「市立病院前」下車 [24時間365日診療体制]					
当院は「地域医療支援病院」として地域の医療機関と連携しつつ、救急医療や高度医療を提供しています。外来診療は、当日の状況等により受診できない場合もございますので、予めご了承ください。					
診療時間					
月～金 8:45～17:00 左記以外は急病センター					
内 科	時間帯	月	火	水	木
午前	○	○	○	○	○
午後	予 紹				
小 児 科	午前	○	○	○	○
午後	予 紹				
外 科	午前	○	○	○	○
午後	予 紹				
脳 神 経 外 科	午前	○	○	予 紹	○
午後	予 紹	予 紹		予 紹	予 紹
皮 膚 科	午前	○	○	○	○
午後	予 紹	予 紹		予 紹	予 紹
産 婦 人 科	午前	○	○	○	○
午後	予 紹	予 紹			
耳 鼻 咽 喉 科	午前	○	○		○
午後	予 紹	予 紹		予 紹	
眼 科	午前・午後	予 紹		予 紹	予 紹
整 形 外 科	午前・午後			予 紹	予 紹
泌 尿 器 科	午前・午後			予 紹	
歯科口腔外科	午前			予 紹	
	午後			予 紹	

予 紹 ……予約のある方 紹 ……紹介状持参の方

1/30 “チュイシージ”の気持ちで ~地域自治功労者表彰式~

1月30日(木)、「平成25年度地域自治功労者表彰式」が市内ホテルで行われました。長きにわたり、地方自治の振興発展に貢献した自治会長に表彰状が贈られました。一般表彰は自治会長を5年以上在職した方に、特別表彰は、自治会長を10年以上在職し退任した方へ贈られました。受賞者を代表して、新里忠信さんは「これからも「チュイシージ(互いに助け合うさま)」の気持ちで地域に貢献していきたい」と挨拶しました。



1/31 新たに4団体が協定締結 ~道路ボランティア協定書調印式~

1月31日(金)、市長応接室にて「道路ボランティア協定書調印式」が行われました。今回新たに協定を締結したのは、メタウォーター株式会社、大成設備工業株式会社、与儀小学校区まちづくり協議会、株式会社興洋電子の4団体です。代表してあいさつに立った興洋電子の渡名喜さんは「この活動を通して社員が一体となりました。これからも自発的に活動し、また楽しみながら活動を続けていきます」と抱負を語りました。



2/2 音楽劇“フェンスに吹く風” ~那覇市舞台芸術体験事業成果公演~

2月2日(日)、那覇市舞台芸術体験事業「音楽劇 フェンスに吹く風」の舞台公演が行われました。今回の音楽劇は、2012年、第12回全国中学校文化連盟文化祭で沖縄選抜演劇団が公演した「フェンスに吹く風～誰のものでもない地球を、どこで区切るというの～」を古蔵中の生徒達が音楽劇として再演したものです。米軍基地フェンスの存在をテーマに、古蔵中学校の生徒26名が、緊張しながらも一生懸命に役を演じ、舞台を盛り上げました。

2/2 成人式のあり方を考える ~成人式アワードINなは~

各地区で行われた成人式の取組みを紹介し、その成果と課題を共有しようと、2月2日(日)、「2014成人式アワードINなは」が開催されました。大賞を受賞した那覇中校区成人式実行委員会のプレゼンテーションでは、昨年の式典での醜態などを理由に、母校から体育館での式典開催を拒否されたものの、地域の清掃活動や幼稚園などのボランティア活動を行うことで、母校からの信頼を得、同校体育館での開催を許してもらえたことなどが語られました。



2/8 みんなで守ろう 市民憲章 ~やる気・元気こどもサミットinなは~

2月8日(土)、「第6回やる気・元気こどもサミットinなは」が開催されました。サミットでは、市内の小中学生約100名が、本市の市民憲章(5憲章)を実践するための具体的方法について、グループ討議を行い発表しました。発表では、「自分自身の持ちは責任を持って扱う」、「物を大事にするため“お下がり”をする」、「時間の大切さを感じてもらうため、ルールを破ると“50秒ストップ”をする」などの意見が出され、参加した児童生徒たちは、話し合いの中で出された意見を実践していくことを抱負を述べていました。

2/9 協働まつり“なーふあぬわ” ~協働によるまちづくり推進事業~

2月9日(日)、「協働によるまちづくり推進事業」の一環として、なは協働まつり“なーふあぬわ”が開催されました。会場では、介護の専門家による無料相談コーナーや体内測定コーナー、ヒーボード・ふれあいコーナーなどが設置されたほか、特殊なゴーグルとおもりを身につけ、高齢者の視界や体の動きを体験する「高齢者疑似体験」が行われました。会場は大きなぎわいを見せ、来場者の心の輪が広がりました。

2/13 新しい那覇の味、今年も誕生 ~那覇の物産展「那覇市長賞」表彰式~

2月13日(木)、第36回「那覇の物産展」那覇市長賞表彰式が行われました。今回、最優秀賞を受賞したのは、謝名きっぽん店の『冬瓜漬アソート』。店主の謝花久乃さんは、「冬瓜漬アソートは手間ひまのかかるお菓子ですが、誇りを持ち、思いを込めて作っています。このような賞をいただけて本当に光栄です」と受賞の喜びを語りました。市長賞には、最優秀賞の他、優秀賞2点(知念製菓、(株)オキネシア)、奨励賞2点(穂志乃クリエイト、(株)丸山)が選ばれ、受賞者には翁長市長より表彰状と記念品が贈呈されました。



2/15・16 自分たちの健康は自分たちで守ろう! ~「那覇市健康まつり」開催~

2月15日(土)・16日(日)の2日間、那覇市保健所を中心に、「那覇市 健康まつり」が開催されました。管理栄養士伊是名力工さんと、お笑い芸人川満しえんしえーを招いた健康トークショーでは、ユーモアをまじえたやりとりに聴衆は笑顔で聞き入っていました。また、骨粗鬆症チェックや筋力バランスチェックなどの健康測定・相談コーナー、健康・おやこ料理教室、フィットネスエクササイズなどさまざまな催しが行われ、会場はたくさんの来場者でぎわいました。

平成26年度 主な事業一覧 (単位:千円)

ちやーがんじゅうポイント制度	(1,000)
特別養護老人ホーム整備補助金	(345,632)
リハビリふれあいデイサービス事業	(25,500)
生活習慣病重症化予防事業	(15,770)
「健やか親子なは」評価・新規作成事業	(5,282)
那覇市健康ウォーキング推進事業	(3,300)
ナハノホイク・保育施設情報総合サイト設置運営事業	(2,489)
ナハノホイク案内人(ナビィ)設置事業(コンシェルジュ設置)	(2,342)
バリアフリー改裝補助事業	(4,920)
(仮称)那覇市市歌選定検討会議関係事務費	(937)
学校施設耐震化事業(小中学校)	(86,148)
漁港等整備事業	(10,378)
マチグワーハイウェイ案内所事業	(7,011)
国際通り情報発信大型ビジョン活用事業	(37,376)
観光案内板多国語充実事業	(12,021)
観光イベント等映像発信事業	(17,619)
新文化芸術発信拠点施設整備事業	(88,067)
地域(防災)案内付き掲示板設置改修補助事業	(58,832)
真和志南地区公民館・図書館(仮称)建設事業	(257,031)
小禄支所建設整備事業	(17,849)
津波避難ビル建設事業	(2,017,068)
消防署所・(仮称)小禄南出張所整備事業	(45,019)
消防署所・(仮称)樋川出張所整備事業	(51,923)
農連市場地区市街地再開発事業(防災街区整備事業)	(1,975,253)

『人も、まちも生き生き、美ら島の観光交流都市』

(産業の振興)

『文化の継承と発展』

『自然環境の保全・再生・創造』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『就労支援・相談体制』

『上下水道の整備』

『交通体系の整備』

『自立を支援するサービス提供』

『衛生的な環境の確保』

『子どもの笑顔あふれる、ゆたかな学習・文化都市』

『生涯学習と地域の教育力の向上』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

『自然と調和したまちなみ』

『人・自然・地球にやさしい環境共生都市』

『子どもの視点立った環境づくり』

『まちの活性化』

『安心、安全で快適な亞熱帯庭園都市』

2014年(平成26年)3月

新生活・引越しシーズンにおける家庭ごみについてのご案内

3月は、新生活に向けて引越しする方、身の回りの整理を行う方も多い時期です。不要なものをごみとして出す前に、親せきや友人に譲れるものや、リサイクルショップで売却できるものについては、リユースの推進に協力をお願いします。また、発生したごみについては、正しい出し方についての注意事項などをご案内します。

1. 引越しの際のごみの出し方

・市の通常収集で一度に出せるごみは6袋までです。引越しの日までにごみを出し終わるように計画的に行ってください。

そ大ごみ (タンス、机、畳、布団、自転車、物干しざおなど)

・市の指定ごみ袋に入らないものは「そ大ごみ」になります。
※指定ごみ袋に入る大きさでも、収集車を破損させる恐れのあるものは「そ大ごみ」になります(電子レンジ、鉄アレイなどの金属の塊、ミシン、ガスコンロ、卓上コンロなど)

そ大ごみの出し方

クリーン推進課への申込

↓
収集日のお知らせ

↓
そ大ごみ処理券の購入
(スーパー・コンビニ等で販売)

↓
指定された日にそ大ごみ
処理券を貼って出す

↓
市での収集

そ大ごみを出す際の注意点

- ・申請から収集までに10日前後かかることがあります。
- ・一度に出せるのは6点まで
- ・木材など長さは1m程度、20kg以下に束ねる
- ・状態の良い家具については再生工房で再利用する場合があります。

そ大ごみ収集申込窓口 クリーン推進課 ☎889-3567

午前8時30分～午後5時(申込が多く電話がつながりにくい場合があります。)

一時多量ごみ

急な引越しや大掃除などで多量のごみを一度に処分したい場合は、本市の許可業者に収集を委託するか、または那覇・南風原クリーンセンターへ自己搬入する方法があります。

許可業者の案内について 廃棄物対策課 ☎951-3231

自己搬入について

ごみや資源化物については、那覇・南風原クリーンセンター、またはエコマール那覇リサイクル棟へ直接持ち込むことができます。「もやすごみ」、「もやさないごみ」、「そ大ごみ」については、10kgまでごとに21円の処理手数料がかかります。なお、資源化物については無料です。(処理手数料は、平成26年4月より10kgまでごとに60円に改定されます。)

分類	受入施設	問合せ先
もやすごみ もやさないごみ そ大ごみ	那覇・南風原 クリーンセンター	那覇・南風原クリーンセンター (☎882-6701) 【受入時間】月曜日～土曜日 9時～12時 13時～17時 ※土曜日は留守番電話での対応
資源化物 (かん、びん、ペットボトル、古布)	エコマール那覇 リサイクル棟	クリーン推進課(☎889-3567) 【受入時間】月曜日～土曜日 9時～12時 13時～17時 ※土曜日は留守番電話での対応
資源化物 (家庭からの草木)	クリーン推進課	

自己搬入の際の注意点

- ・分別されていないものは搬入できません。
- ・古紙については受け入れていません。

2. 市では収集や処理ができないごみ

家電4品目・パソコン

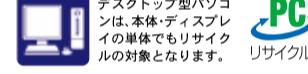
●家電4品目

販売店へ問い合わせください。(有料)



●パソコン

各メーカーへ問い合わせください。(有料)



デスクトップ型パソコンは、本体・ディスプレーの単体でもリサイクルの対象となります。

スプリング入りマットレス

スプリング(ばね)の入ったベッドやソファについては、那覇・南風原クリーンセンターにおいて破碎処理ができないことから、市で収集することができません。専門の処理業者が有料で処分を行っていますので、お問い合わせください。



**スプリングマットレス処理業者の案内について
廃棄物対策課 ☎951-3231**

分別については、市の発行しているチラシ「家庭ごみの正しい分け方・出し方」にも掲載されています。チラシへの掲載がないものやその他不明な点についてはお問い合わせください。ごみの減量、そしてごみの適切な処理について市民のみなさまのご協力をお願いします。

お問い合わせ

廃棄物対策課 ☎951-3231

市民課・学務課臨時窓口開設

お問い合わせ 市民課 ☎862-3274

教育委員会学務課 ☎917-3505

転勤・進学などに伴い、転出入が多くなるため、本庁市民課および教育委員会学務課では次の土・日曜日の4日間「臨時窓口」を開設します。

【開設日・開設時間】3月29日(土)、30(日)、4月5日(土)、6日(日)9時～17時

<取扱業務>

○市民課 ☎862-3274

・住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍等証明などの交付

・住民異動届(転入・転出・転居など)とそれに伴う手続きおよび国民健康保険や国民年金の加入(喪失)に関する届けの受付

・印鑑登録申請の受付

・出生や婚姻届などの戸籍に関する届けの受付

○教育委員会学務課 ☎917-3505

・新入学手続き、指定校変更手続き

【手続きに必要なもの】

①本人確認書類(運転免許証等) ②印鑑

(市民課は来庁される方、学務課は保護者の方のものが必要)
※代理人の場合、委任状が必要です。

証明書交付は自動交付機がお得!

各種証明書の交付は窓口交付より安い自動交付機(200円)をご利用ください。土日・祝日も夜10時まで稼動!

【設置場所】

那覇市役所本庁舎(※土日・祝日利用不可、夜6時まで)/天久里うぼう/首里うぼう/イオン那覇店/コープこくぱ店/パレットくもじ

【発行できる証明書】

○住民票の写し(住民票コード入不可)、印鑑登録証明書
お問い合わせ 市民課 ☎862-3274

○所得証明書、資産証明書、軽自動車車検用納税証明
取得できる年度が限定されます。

ぐわしくは、下記までお問い合わせください。
お問い合わせ 税制課 ☎862-9903

○施設使用料金に関すること

お問い合わせ 公園管理課 ☎951-3239

○自動交付機に関すること

お問い合わせ 情報政策課 ☎861-0350



● 増税分3%は保険料でカバーを

4月からの家計管理、経費削減は進んでいますか?

増税を直前に控え、保険クリニックでは保険料の相談が増加しています。安くなる可能性がある保険料空き時間を利用して相談してみませんか?

手続きはまだ間に合います。

● 固定費を見直すと月の負担を軽減できます

「付き合い」「親の勧め」「とりあえず万が一の備えで」そして数年そのまま…改めて見直してみると今では必要のない保障に保険料をお支払いされている場合があります。増税後は、保険料のような固定費を削減し毎月の出費を抑えることが効果的です。

広告



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/アフラック、ソニー生命、オリックス生命、日本生命、メットライフアリコ生命、メディケア生命ほか全25社

取扱代理店/株式会社ヒューマン＆アソシエイツ



● 無料相談好評受付中
保険の相談・見直し

○郵送による申告の受付も可能ですが。 3月17日(月)必着で送付してください。前 年度に収入が無かつた方、または、源泉徴 収票、保険料控除の証明書などの必要 書類、添付書類は原則お返ししませんが 整っている方に限ります。記載内容の不備 や、必要書類が同封されていないときは、 当該申告書を返送する場合があります。	期間	2月
	会場	那(本受)
	時間	午(土)

期間	2月17日(月)～3月17日(月)	3月18日(火)～6月1日(日)
会場	那覇市民会館(中ホール) (本庁舎・各支所では 受付できません)	※申告受付停止期間 新年度の課税準備のた め停止します。申告受 付の再開は、6月2日(月) となります
時間	午前9時～午後4時 (土・日は受付できません)	

おしゃべり

情報部パック

日	日時・期間	問	お問い合わせ	対	対象
場	会場・場所	申	お申し込み	期	期間
内	内容	費	費用	定	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。

MR(麻しん・風しん混合ワクチン)接種

昨年、国内で風しんが大流行しました。フイリピンでも年末から麻しん(はしか)が大流行しているという報告があり、1月29日現在、県内でも1例の発生報告があります。麻しんは非常に感染力の強い感染症です。MR予防接種を受けることが、唯一の予防方法ですので、早めの接種をお願いします。

1歳～2歳未満のお子さんは1歳の誕生日を迎えたときにMR1期の接種を受けましょう。小学校入学前(5～6歳)のお子さんはMR2期の接種を3月末までに必ず受けましょう。

分表示をしている

③ヘルシーサービス（量や味の選択ができる）を実施している

④食品衛生責任者を設置している

⑤受動喫煙防止対策をとっている（健康増進法第25条）

※②、③については栄養士を派遣し、サポートします。

現在は、51店舗が協力店として認証されており、今後も毎年10店舗を目安に認証店を増やしていく予定です。これらの認証店舗については、パンフレットやホームページなどで紹介していますので、外食の際や日々の健康管理にぜひお役立てください。

市では、肥満が健康課題となつております。その背景には油脂の摂りすぎや、外食や飲酒の機会が多いことも原因の1つと考えられます。そこで、市の飲食店において、市民に対してもいしく健康に配慮した食事を提供し、市民が望ましい食事の選択ができるよう環境を整えていく必要だと考え、健康づくりを支援する「健康づくり協力店」の認証を行つています。

認証店

認証店

認証店

◎ 那覇市 健康なは 21

場	内	対
那覇市保健所 1階	身体測定、血液・尿検査、保健・栄養 指導	市民で20~30歳代の方(国保加入者)
月31日生まれの方	以外)※昭和49年4月1日~平成6年3	問申費用電話予約
健康増進課	853・7961	853・7961

20代・30代のための
糖尿病予防健診・保健指導

3月1日(土)から、真嘉比古島第二区画整理地区の一部(真嘉比1丁目、真嘉比2、3丁目および松島1丁目の各一部)において住居表示実施に伴い住所の表し方が変わります。該当世帯は、各世帯へ配布されているパンフレットなどで必要な手続きを確認してください。なお新旧住所の確認については、那覇市ホームページの「那覇市新旧住所検索システム」などをご利用ください。

引越しに伴う愛犬の変更手続きは大丈夫ですか？

愛犬の飼い主さんや愛犬の登録内容に変更が生じた場合、あるいは、愛犬が亡くなつた場合には、変更の届け出が必要です。引越しに伴う転入・転出の際は、「犬鑑札・狂犬病予防注射済票」を手参し、引っ越す先の市町村の窓口で変更手続きを行ってください。

愛犬の「登録」がお済みでない場合は、市区町村への登録が必要です。



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 FAX.869-4883	
日	催 物	開演	入 場 料
1(土)	平成25年度那覇市文化芸術発信事業(沖縄振興特別推進交付金活用事業) 親子のためのクラシックコンサート 音楽の絵本エレガンス	14:00	一般¥2,000(全席指定)18歳以下¥1,000(全席指定) 3歳未満は上料料(保護者1名につき1名)※お預かりが必要な場合は有料
5(水)	「標的の村」那覇市上映会	18:30	¥500
7(金)	第22回 音楽部門ピアノ部会「ピアノのひびき」	19:00	¥1,000
8(土)	あけもどろ 邦楽部会「邦楽の夕べ」	18:30	¥1,000
9(日)	総合文化祭 演劇部会うちなー芝居 時代人情歌劇「狂女の舞」現代歌劇「愛の雨傘」	①14:30②18:30	¥2,500
10(月)	屋比久潤子クラシックコンサートシリーズvolⅣ 室内楽への誘い	19:00	一般¥2,500 学生¥1,000(当日500円増)
12(水)	ヴォーカルアンサンブル「G4」コンサート	19:00	¥1,000
13(木)	武蔵野音楽大学同窓生沖縄県支部による演奏会	18:30	¥900
14(金)	仲宗根健 ヴォイストレーニング教室コンサート	18:00	¥2,000
19(水)	ブルガリ公演壮行演奏会~オペラ コジ・ファン・ツウッテ~	19:30	一般¥2,500 大学生以下¥1,500(当日500円増)
20(木)	歌謡連盟音楽祭	18:00	¥1,500
21(金)	総合文化部会「バラエティー文化芸能」	17:00	¥980
22(土)	第22回 詩吟部会「詩吟の夕べ」	18:00	¥1,000
23(日)	新舞踊部会「弥生の空に夢舞う舞扇」	16:00	¥1,500
24(月)	うちなーぐち部会 佐藤優記講演「沖縄自立への道~しまくとうば復興フォーラム」	13:30	¥1,000
26(水)	城 明 チャリティーショー~ピクタ~春の歌謡祭~	18:30	¥2,500(当日500円増)
27(木)	「ありがとうコンサート」第25回上山中学校吹奏楽部定期演奏会	18:00	¥300
28(金)	沖縄尚学高等学校合唱部 第10回定期演奏会	19:00	一般¥800 学生¥500
29(土)	美しき歌の調べ	16:00	¥2,500(当日300円増)
31(日)	日本声楽協会沖縄古部 第1回歌の集い	19:00	¥2,000

※主催者・催物の都合により変更することもあります。

市民会館		開館時間】9:00~22:00／火曜日休館 ☎855-5081 FAX.855-5089	
日	催 物	開 演	入場料
大ホール	6(木) シニアライフセミナー認知症予防を考える	13:10	入場無料(事前申込必要)
	7(金) スマイルコンサート	19:00	大人¥1,000 小中¥500 (大人 高校生以上)
	10(月) チャリティー講演会	19:00	前売¥2,000 当日¥2,500
	14(金) 第22回あけもどろ総合文化祭 ハワイアンカルチャー部会「ハワイから花々の香りを感じて」	19:00	¥1,000
	15(土) 第22回あけもどろ総合文化祭 大正琴部会「大正琴の調べ」	16:00	¥500
	16(日) 第22回あけもどろ総合文化祭 八重山芸能部会「八重山芸能のタベ」	18:00	¥1,000
	21(金) 郷土文化コース創立20周年 記念公演	13:00/18:00	1回目¥1,000 2回目¥1,500 (小人¥500 小・中・高)
	23(日) 那覇青少年舞台プログラム 成果発表公演「琉球伝信録」	13:00/18:00	大人¥2,000 小人¥1,000 (小人高校生以上及び上の子供さん)
	27(木) 第34回吹奏楽のタベ 小禄高等学校吹奏楽部定期演奏会	18:30	一般¥600 学生¥400 (高校生以下)
	29(土) 第22回あけもどろ総合文化祭 古典芸能部会「～能羽のあしひ～」	17:00	¥1,500
	31(月) 第45回定期演奏会	19:00	¥800
中ホール	21(金) 第22回あけもどろ総合文化祭 古美術骨董部会 「骨董アンティークフェア」(3/23 (日)まで)	10:00	入場無料

※できるだけバス・タクシーなどの公共交通機関をご利用ください。
※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。

交通事故 相続 離婚 債務整理

相談して「良かった」という声を多数頂いております!!

当事務所は、企業法務にも力を入れておりますので、経営者の方もご相談ください。

**ご相談は
何度でも
無料**



代表社員弁護士 岡野 浩司

～ 明日のためにできること、今あなたとともに。～

弁護士 岡野法律事務所
はいさい那覇支店 【ご予約が必要です】



〒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2階

ゴーゴーなはしてん
FreeDial 0120 55-7840

岡野法律事務所は代表社員弁護士 岡野 浩巳をはじめ8名の弁護士が所属しております。 <http://www.okano-hiroshima.jp/naha/> | 岡野法律事務所 那覇 検索 広告

2014年(平成26年)3月

問 合わせください。
市民スポーツ課
9 1 7 · 3 5 0 4

【利用料金】
区分 利用単位 金額(円)
個人利用 高校生 1回(2時間以内) 200
その他 1回(2時間以内) 400
団体予約利用(10人以上) 高校生 1時間 1,000
その他 1時間 2,000



【利用料金】
月 3 日 月 29 日 年始 1 年末
月 3 日 年始 1 年末
休館予定日
【対象】高校生以上
【場所】沖縄セルラースタジアム那覇隣
【利用時間】9時~21時
【一般開放予定日】4月1日(火)
【ニンゲン機器を一般開放致します。】

那覇市営奥武山トレーニング室の
一般開放

那覇市営奥武山体育施設の敷地内に、
トレーニング室を新設しました。プロ
野球選手も使用している最新のトレ
ーニング機器を一般開放致します。

※事前予約が必要です。くわしくは健康
増進課にお問い合わせください。
【健康増進課】☎ 853-7961

日	栄養相談	妊産婦栄養相談
時間	13時半~14時半、 14時半~15時半、 15時半~16時半	
場所	那覇市保健所 (3階栄養相談室)	
内容	生活習慣病予防の食生活について、栄養士による個別相談	妊娠中や産後の食事について、栄養士による個別相談
対象	那覇市民	

栄養士が相談にのります。お気軽にお越
しください。
【生活習慣病を予防したい方、妊産婦のための栄養相談】

これまで、公設市場の空き小間募集は、
3月、6月、9月、12月に行っています。
たが、今後は、4月、7月、10月、1月に
募集時期を変更することになりました。
今年3月予定の空き小間募集は4月に
行いますので、ご了承ください。
【なはまちなか振興課】☎ 863-1750

公設市場の空き小間募集時期変更

市役所・中央郵便局で年金記録
を交付

「都市の低炭素化の促進に関する法律」
の認定制度が創設されました。低炭素建築物とは、建築物の建設時ににおいて、またその建築物で生活をするに当たつて、排出される二酸化炭素の排出が少ない環境に優しいエコな住宅で、特定行政がその認定を行つたものを言います。
認定を受けた低炭素建築物は次のように
な優遇措置を受けることができます。
【優遇措置】①住宅ローン減税制度における優遇措置、登録免許税の減税措置を設置する部分の床面積については、省令で定める範囲で算入しない
②容積率の緩和低炭素化に資する設備を設置する部分の床面積については、
【認定基準】①屋根・壁等の断熱がしっかりと行われている②消費電力の少ない効率の良い冷暖房・照明・給湯等の機器・設備を使用している③木造建築物であること
※認定に関しては建物の構造や使用する設備によって異なりますので、くわしくはお問い合わせください。

【建築指導課】☎ 951-3244

市では、地球温暖化対策・ヒートアイランド現象の緩和を目的に、緑の力による普及に努めており、毎年、「ご一や」との種の無料配布を行っています。みなさまもご家庭や職場で緑のカーテンに取り組んでみませんか?
【配布場所】本庁舎・各支所・新都心銘苅庁舎・緑化センターにて3月3日(月)から配布。
*各施設100セット(無くなり次第終了)
【環境政策課(地球温暖化対策推進グループ】☎ 951-3392

【市民スポーツ課】
9 1 7 · 3 5 0 4

【市民課(国民年金グループ)】
9 1 7 · 3 5 0 1

【文化財課】
9 1 7 · 3 5 0 1

	発掘調査作業員(臨時職員)	資料整理補助員ほか(非常勤職員)
業務内容	遺跡発掘現場での発掘作業	遺物の洗浄・実測・図版の資料整理
勤務時間	8時半~17時15分(土日・祝祭日除く)	10時~17時(土日・祝祭日除く)
給与等	日額6,470円(交通費は別途支給)	日額5,390円~(交通費は別途支給)
応募資格	60歳未満の方	65歳未満の方
申込方法	市所定の採用申込書(兼履歴書)を文化財課へ持参	履歴書を文化財課へ持参

平成26年度発掘調査作業員・資料整理補助員等募集

【申請書配布】3月3日(月)~14日(金)
【直接窓口へご提出ください】
【秘書広報課】広報G・本庁舎5階の窓口
で直接受け取るか、市ホームページからもダウンロード可
【申請期限】3月14日(金)17時15分まで
【秘書広報課】広報グループ☎ 862-

募集

【利用時間】月~金 9:00~21:00 土 9:00~17:00
【休館日】日曜日・祝日・慰靈の日
(銘苅庁舎1階) ☎ 951-3203 FAX 951-3204

【なはし就職なんでも相談センター】☎ 988-3163
3月の就職支援セミナー※就職活動中のあなたならどなたでも受講できます。(先着順)

セミナー 開催日 セミナー内容
就活道場(定員10名) 10(月)~12(水) 13時~16時 三日間の就職支援セミナー、履歴書の書き方・模擬面接等
就職活動チャレンジセミナー(定員30名) 6(木) 14時~16時 こころの整理術
14(金) 14時~16時 わたしの適職発見講座
お仕事説明会(定員30名) 17(月) 13時半~16時半 食品製造・加工のお仕事ナゼナニ
求職者向け基礎のパソコンと就職相談座(定員10名) 19(水)~20(木) 10時~17時 ワードとエクセルを学ぶ基礎のパソコン講座
希望日 個別就職相談
※パソコン講座のみ那覇市民で就職登録をしている方限定です。
申し込みの際にはハローワークカードをお持ちください。

*仕事のお悩みや、就職活動の中での不安、疑問を専門の相談員がサポートします。

【なは女性センター】
【利用時間】月~金 9:00~21:00 土 9:00~17:00
【休館日】日曜日・祝日・慰靈の日
(銘苅庁舎1階) ☎ 951-3203 FAX 951-3204
沖縄「子どもの貧困」と「世代間連鎖」の問題について考える
~「沖縄戦」の歴史的背景に学ぶ~
講師:山内 優子(「沖縄子どもの貧困解消ネットワーク」共同代表・沖縄大学非常勤講師)
日 3月1日(土)14時~16時 国 関心のある方 定 30人(事前申込先着順)
**働く人のためのストレス対処法
~セルフコントロールできること~(全2回)**
講師:高良 恵利子(産業カウンセラー・キャリアコンサルタント・日本心理学会認定心理士)
日 3月8日・15日(土)14時~16時 国 関心のある方(那覇市在住、在勤、在学の方優先)
定 30人(事前申込先着順)※1回のみの受講可
※一時保育(2歳児以上)・手話通訳をご希望の方は、3月3日(月)17時まで。
**男性の心とからだセミナー(全2回)
第1回「男らしさ」の縛りからの解放**
講師:棚原 一哉(精神科医・かなでクリニック院長)
日 3月12日(水)19時~20時半 定 30人(事前申込先着順)
第2回リラックス・ハッピー・ヨガ
講師:ハイエル・エスピ・フェレール(ヨガ講師)
日 3月19日(水)19時~20時半 定 20人(事前申込先着順)
国 関心のある男性(ご夫婦・パートナーと一緒に受講可)
※一時保育(2歳児以上)・手話通訳をご希望の方は3月5日(水)17時まで。

ご一や一種の無料配布

【平成26年度の協会けんぽ沖縄支部の健康保険料率は据え置きますが
介護保険料率が変わります1.55%→1.72%】

協会けんぽの健康保険料率については、昨年、健康保険法等が改正されたことを踏まえ、準備金を取り崩すことにより平成26年度も引き続き全国平均10%、各都道府県とともに平成25年度の保険料率に据え置き、沖縄支部は10.03%となりました。

しかしながら、40歳以上65歳未満の加入者の方に健康保険料と併せてお支払いしていただいている介護保険料については、介護給付費が年々増加していることに伴い、協会けんぽが負担しなければならない額(介護納付金)も増加しているため、介護保険料率は本年3月分(4月納付分)より引き上げをお願いせざるを得なくなりました。

加入者・事業主の皆さんには何卒ご理解、ご協力をいただきますようお願い申し上げます。
※任意継続被保険者の方は、本年4月分(平成26年4月10日納付期限)から変わります。

協会けんぽにご加入の40歳から74歳までの被扶養者(ご家族)の皆さまへ

平成26年度特定健康診査のご案内

特定健診受診券

●受診券は4月に被保険者様のご自宅へ黄色の封筒でお送りします。

受診場所

●協会けんぽが契約する健診機関
●市町村が実施する集団健診などの会場

※被保険者(ご本人)様は生活習慣病予防健診をお申し込みください。



【保険料率に関するお問い合わせ】

企画総務グループ(直通) ☎ 098-951-2246

【特定健診に関するお問い合わせ】

保健グループ(直通) ☎ 098-951-2011

全国健康保険協会 沖縄支部
協会けんぽ

協会けんぽ沖縄

検索

2014年(平成26年)3月



那覇市歴史博物館企画展

『那覇の史跡・旧跡』～みんなで歩こう Naha City～

那覇市は、1944年の10・10空襲、その後の地上戦により、首里城や円覚寺など琉球王国時代の歴史・文化遺産や、那覇市役所などの近代建築の多くを、消失しました。

本市では、沖縄戦や戦後の復興・開発の過程で失われた市内の旧跡、役立つことを目的に、1994年、那覇市旧跡・歴史的地名標示事業を始めました。

旧跡標示事業では、まず、有識者で構成する那覇市旧跡・歴史的地名標示委員会を組織し、那覇市内

内での史跡・旧跡地約500カ所をか

ら、歴史・民俗・地名などに分類し、標示板設置候補地100カ所余りを選選びました。1995年、

那覇市50周年を記念して、沖縄戦中、激戦地といわれたシユガーローフ跡

(現新都心安里配水池帯)、カーテー

(現マイハ軍壕跡)、後方田原公園(現小禄市営住宅)

2カ所に旧跡標示板を設置しました。事業開始から20年経た2014年3月末までに、那覇市内

の106カ所に標示板を設置を設置します。事業完了を記念して、標

示事業の完了を記念して、標

示事業の完了を記念して、標