の方　定先着50人　費3,500円
申10月20日(木)～27日(木)に市民体育館窓口またはお電話で。　問那覇市民体育館(☎853-6979FAX834-6802)

なは女性センター
☎951-3203 FAX951-3204
利用時間 月～金(9時～21時)、土曜日(9時～17時)/日曜、祝日休館

「わたしのための乳がん講座」
ー「乳がん」について、そろそろ本気で考えてみませんか?ー
日10月1日(土)14時～15時半
【講師】比嘉淳子氏(乳腺外科医)

「消費者トラブル」から身を守る!
ーインターネットや携帯電話などによる架空・不当請求ー
日10月5日(水)14時～16時
【講師】宮城初枝(消費生活相談員)

ジェンダーイコーリティ保育実践講座
第2回「乳幼児救急法」
日10月14日(金)13時半～16時半
【講師】那覇市消防本部救急係

第3回「ファミリーサポートの現場から」
日10月21日(金)10時～11時半
【講師】儀保えり子(那覇市ファミリーサポートセンター)

起業するための講座　初級(全3回)
日10月15日(土)13時～16時半
【講師】岡田　良(IT創造館インキュベート・マネージャー)

第6回うないフェスティバル実行委員会
日10月25日(火)18時半～20時半

第21回うないフェスティバル2005
【テーマ】あなたの想いで世界が変わる―始まりは小さなことから―
日10月30日(日)10時～17時
場新都心銘苅庁舎1階ピロティ

「ストップ・DV 情報提供会」
ドメスティック・バイオレンス(DV)で悩む女性を支援するための情報提供会を開催しています。詳しくは下記の相談室「ダイヤルうない」へお問い合わせください。
相談室「ダイヤルうない」
☎098-861-7515
月～土:9時～17時まで(12時～13時を除く)

文化・芸術

第40回首里文化祭(10月開催行事)
【演芸の夕べ】
日10月30日(日)18時半～21時
場首里農協ホール
【伝統芸能の宴】
日10月30日(日)　場首里城正殿下之御庭
問首里文化祭実行委員会(☎886-5547)

(1)那覇市民会館開館35周年記念事業「ハイドン作曲『天地創造』レクチャーコンサート」(入場無料)
日10月16日(日)14時半開演　場那覇市民会館　内公募による市民のみなさんが参加するコンサートです。指揮者を務める沖縄県立芸術大学の大勝助教授のわかりやすく楽しい解説もあります。

(2)第4回那覇平和芸術祭「ふれあいジャスフェスティバル」(入場無料)
日10月9日(日)16時開演　場那覇市民会館　(1)・(2)の問文化振興課(☎855-5081 FAX855-5089)

那覇市障害者美術展作品募集
対那覇市在住で障害(身体、知的、精神)のある方　【作品規格】絵画、書道、写真、陶芸から1人につき1点。テーマは自由です。　申次の3点を合わせて郵送してください。①**出品申込書**(身体障害者福祉協会、市役所本庁2階障害福祉課、3支所で配付)②**スナップ写真**　顔写真(裏に氏名を記入)と制作活動中の写真を各1枚ずつ(※グループで出展する場合も1作品につき1枚)③**返送用封筒**(官製はがきを折らずに入る大きさの封筒に90円切手を貼ること。※団体の場合は、A4サイズが折らずに入る封筒に270円切手を貼ってください)
【あて先】〒902-0061那覇市古島2-14-4　那覇市身体障害者福祉協会
【応募締切】10月31日(月)必着
問那覇市身体障害者福祉協会(☎885-9444 FAX885-0420)

那覇市民ギャラリー
(パレットくもじ6階)☎867-7663
開館時間 10時～19時／月曜休館

■10月4日(火)～9日(日)▼**燦陶会作品展**／陶芸／第1展示室▼**新象いちゃりば兄弟展**／絵画／第2展示室▼**加島治 池原優子二人展 ―光をテーマにして―**／絵画・彫刻／第3展示室
■10月11日(火)～16日(日)は臨時休館
■10月18日(火)～23日(日)▼**第1回なは市民芸術展**／絵画・版画・彫刻・デザイン・写真・書／全室
■10月25日(火)～30日(日)▼**赤嶺芳乃 絵画展**／絵画／第1展示室▼**赤嶺正則 絵画個展**／絵画／第2展示室▼**高良憲義 絵画**／絵画／第3展示室

壺屋焼物博物館
☎862-3761 FAX862-3762
開館時間 10時～18時
(入館は17時半まで)/月曜休館

現代沖縄陶工展　國場ー
日10月11日(火)～23日(日)
場3階企画展示室(無料)

ぶんかテンブス館
(てんぶす那覇4階)
☎868-7810 FAX868-7820
開館時間 9時～24時/第2・4月曜、休館

テンブスホール　10月

「沖縄から発信、アンチエイジング素材馬鞭草」講演会
日10月1日(土)19時　費無料
2005演芸集団フリーエンジョイカンパニー旗揚げ12周年記念公演お笑いライブ「シャカニカ上等!」～2days～
日10月15日(土)～16日(日)19時
費前売1,500円、当日2,000円
前立腺癌市民公開講座「わかいやっさん前立腺癌」
日10月22日(土)14時　費無料
うまんちゅ混声合唱団定期演奏会
日10月30日(日)18時半　費無料

テンブスギャラリー　10月

デジタルデザイン展
日9月30日(金)～10月2日(日)10時～18時　費無料
御寮織へのお誘い
日10月6日(木)～8日(土)10時～20時
費無料
2004年8月13日沖国大米軍ヘリ墜落事件 私の見た壁ー1000の記憶ー
日10月10日(月)～15日(土)10時～20時
費無料
第6回日本紬織物サミット
日10月17日(月)～18日(火)、17日(11時～19時)、18日(10時～16時)　費無料
いけばな池坊第21回琉櫻会いけばな展
日10月28日(金)～30日(日)10時～19時
費前売450円、当日500円

健康・福祉

歯～がんじゅうフェスタ
(第21回那覇市学校歯科保健大会)
～かむことはなぜ大切なのでしょう～
日10月20日(木)13時半～16時
場パレット市民劇場(パレットくもじ9階)
内①落語(落語家　はち好さん)②講演「元気で長生き、PKKのコツ!ーがん患者200人の富士登山に参加してー」(日本笑い学会副会長・医師 昇幹夫氏)　問学校教育課(☎832-4166 FAX831-9048)

体力アップ教室の開催団体募集
日全5回 19時～21時(※日程は調整)
場普段、団体が利用している会場
対那覇市在住の40～59歳の市民団体　費無料　内老化に伴い衰えやすい膝や足腰の筋力低下を防ぐ体操教室です。　問那覇市保健センター(☎858-1456 FAX858-2992)

市民健康相談
内生活習慣病や介護、子育てなどについて健康相談を行っています。
問健康推進課(☎862-9016 FAX862-4266)　【時間】9時半～12時※第4水曜は13時半～16時

開催日	場所
第1・3月曜	本庁1階
第2・4火曜	真和志支所2階
第3木曜	首里支所2階
第4水曜	保健センター 北保健センター

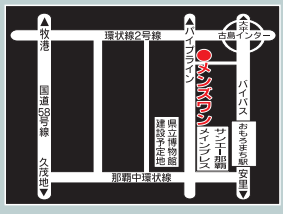
障害者パソコン教室
日11月～12月の毎週1回①13時～15時半②15時半～17時半　場那覇市ぶんかテンブス館3階　対那覇市にお住まいで障害のある方(※送迎や付き添いは各自手配)　内・定①インターネット・パソコン基礎コース35人(視覚障害向けコースは5名、聴覚障害向けコース・その他の障害コース(A・B)は各10人)②デザイン基礎コース20人(視覚障害向けコースの設定なし)
申10月21日(金)までに障害福祉課(☎862-3275 FAX862-0621)へ
※応募者多数の場合は抽選

(1)こころの健康相談(予約制)
日毎月第2水曜日14時～16時
場市保健センター(那覇西高校隣)
対40歳以上の方で、何となく元気がない、人間関係で悩んでいるなど、お気軽にご相談ください。

(2)ビデオテープ、講演会のテープ、パネルを無料貸し出し
【ビデオテープ】生活習慣病について、血管やわらか訓練法、中高年からの筋トレ術【講演会のテープ】心の健康法 ストレスとうまくつきあうためには、糖尿病は血管病?!【パネル】がん予防について、運動についてなど他にも多数あります。

(3)パネル展示
日10月3日(月)～11月30日(水)
内・場「糖尿病予防について」市保健センター、「こころの健康づくり」市北保健センター(那覇市立病院敷地内)
(1)・(2)・(3)の問那覇市保健センター(☎858-1456 FAX858-2992)

地域ウォーキング教室を開催! 19時15分～①上山中(10/13・10/19)②神原中(10/27・11/1)保険料50円と室内シューズ持参☎858-1456 市保健センター

大感謝セール ドカーンと安く
この機会にご注文服を!
★バレンチノ・イタリア製・国産 ¥68,000～¥78,000の品 限定 30,000円均一
★美幸・英国製 ¥88,000～¥98,000の品 限定 40,000円均一
★ウンガロ・ポロクラブ ¥128,000～¥148,000の品 限定 50,000円均一
★カノニコ・アンドレ　キゲール ¥148,000～¥188,000の品 限定 60,000円均一
★在庫，一流品ブレザー仕立て上り ¥58,000～¥88,000の品 限定 28,000円均一

MENS' ONE メンズワン
那覇市銘苅1-12-18(那覇新都心)休日:第4日曜日
営業時間 AM11:00～PM7:00
☎862-0144