



広報

なは市民の友

2023年(令和5年)

第866号 毎月1日発行

3月

めざせ!
ちゅら那覇!

家庭ごみ排出量

前月比 -0.91kg

1月/1世帯あたり

29.47kg



発行:那覇市 〒900-8585 那覇市泉崎1丁目1番1号 ☎(代表)867-0111 印刷:株式会社近代美術 配布:那覇市シルバー人材センター

新市場んかい、めんそーりよー!
(新市場へ是非お越しください!)

新 那覇市第一 牧志公設市場

3.19 SUN
10時OPEN

那覇市第一牧志公設市場
Makishi Public Market



はいさい!
市民・県民の台所として親しまれ、また、那覇の観光スポットとして、国内外の多くの観光客にも人気の第一牧志公設市場が、3月19日にリニューアルオープンいたします。

新公設市場の開設に向けては、新しくもどこか懐かし、昔ながらの良さが感じられる場となるよう整備いたしました。

従前の人情味あふれる相対売りを継承し、多様な食材を扱う沖縄の「食」の魅力発信拠点としての役割を担うとともに、多くの買い物客で賑わい、幅広い世代に愛される市場になるものと期待しています。

活気に満ち溢れ、笑顔あふれる市場へ是非お越しください。

ただ、新しいマチグワーをお楽しみ下さい。

第一牧志公設市場 リニューアルオープン



那覇市長 知念 覚



Catalog Pocket

カタポケ iPhone / Android

無料 Free App



「広報なは市民の友」を10言語で読むことができます。



FOREIGN
RESIDENTS
PORTAL



あなたが見つけた **なは募集中!**



市が実施する事業やイベント、防災情報などの情報を発信しています。右記QRコードからそれぞれご覧いただけます。



那覇市の人口と世帯
※()内はうち外国人
2023(令和5)年1月末現在

総人口 316,771人(5,655人)
男 153,509人(2,941人) 女 163,262人(2,714人)
世帯数 158,153世帯(3,837世帯)
住民基本台帳人口の内訳(外国人)

1階 精肉・鮮魚・生鮮

新鮮な肉・魚・果物をはじめ昆布などの乾物やイラブチャー、じーまみ豆腐といった沖縄ならではの食材を多く取り揃えています！



3月19日 10時OPEN

新 那覇市第一牧志公設市場

第一牧志公設市場は、昭和25年に開設して以降、沖縄県民の台所として多くの人々に親しまれ、近年では、県外や海外観光客が訪れる観光地として人気のスポットとなっています。施設の老朽化のため再整備が進められていましたが、3月19日(日)に「沖縄の食」の魅力発信拠点施設としてリニューアルオープンします。

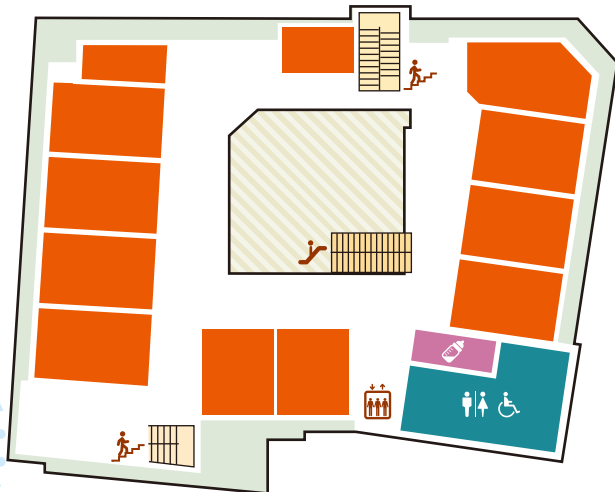
生まれ変わった那覇市第一牧志公設市場へ、みなさんぜひお越しください！
問 などはまち振興課 ☎863・1750

2階 飲食店

定番の沖縄そば、ちゃんぷるーをはじめ、イラブー汁、イカ墨汁、県産フルーツを使ったスイーツなど多彩なメニューを用意してます！
また、1階で購入した食材を調理して食べることができる「持ち上げ」も好評です。

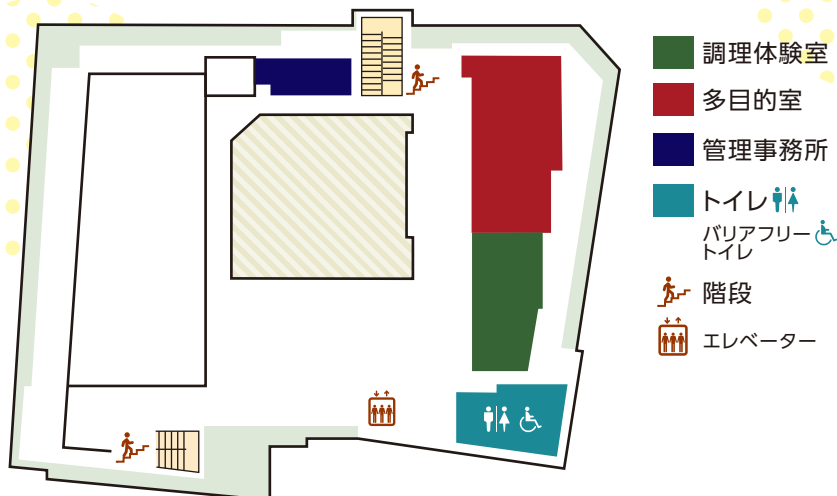


- 飲食店
- トイレ
- バリアフリートイレ
- 授乳室
- 階段
- エレベーター
- エスカレーター



3階 イベントスペース

調理体験室や会議・イベントなどに活用できる多目的室を完備。料理教室やグルメイベントなど、色々な目的で使えますので皆さんぜひご利用ください！



Before



After



第一牧志公設市場(仮設市場) 移転のお知らせ

第一牧志公設市場(仮設市場)は、新市場の完成に伴う移転により営業期間は下記になります。

3月4日(土曜)まで 営業

※3月5日(日)～3月18日(土)は移転準備期間となります。
皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

移転先は右のマップを
確認ください。

食でつなぐ、人との輪

第一牧志公設市場の再整備構想からここまでに約14年と本当に長い道のりでした。完成するまでに色々な課題もありコロナ禍の影響も多く受けましたが、市場事業者をはじめ、周辺地域の方々にご協力いただき、ようやく一つの大きなプロジェクトに区切りがついてホッとしています。新しい市場の中には新たな機能として、調理体験ができるスペースが設置されています。例えば、1階の市場で購入した食材を使って料理を作り、食べることもできます。こういった体験を通して、次世代に沖縄の食文化を繋いでいけたらいいですね。

魅力ある那覇のまちぐわー文化・スタイルを50年後100年後に残していけるように、今後も市場事業者や周辺地域の方々と協力しながら、進化し続けたいと思います。

那覇市第一牧志公設市場
栗国 智光 組合長



基本情報

営 8時～22時

所 那覇市松尾2-10-1

定休日 毎月第4日曜日(12月は除く)、正月、旧正月、旧盆

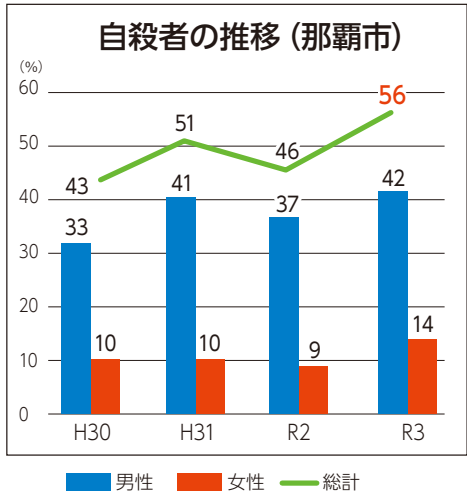
☎867・6560

※営業時間と定休日は店舗によって異なります。



◀ 市場の情報は
こちらから！





人口10万人あたりの自殺者数を表す「自殺死亡率」は、令和3年は全国が16.4、沖縄県が16.6、本市は17.4と高い状況です。さらに、本市の自殺者数は56名と前年に比べ10人増加しており、令和3年から過去4年間で最多となっています。特に、女性は平成30年以降、ほぼ横ばいが続いていましたが、令和3年は前年に比べ増加しています。本市においても尊い命を落とされる状況が続いています。

市内の自殺者数

これまで国を挙げて自殺対策を推進した結果、令和元年まで全国の自殺者数は減少傾向でした。しかし、新型コロナウイルス感染症拡大の影響などで自殺の要因となる様々な問題が悪化し、令和2年は11年ぶりに前年を上回りました。令和3年は全国で2万1007人と前年に比べ減少したものの女性の自殺者数は増加。また、小中高生の自殺者数も令和2年に次いで、473人と過去2番目の水準となっており、自殺によって大勢の人が命を落としています。

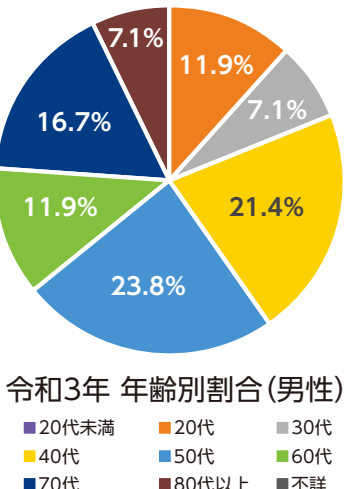
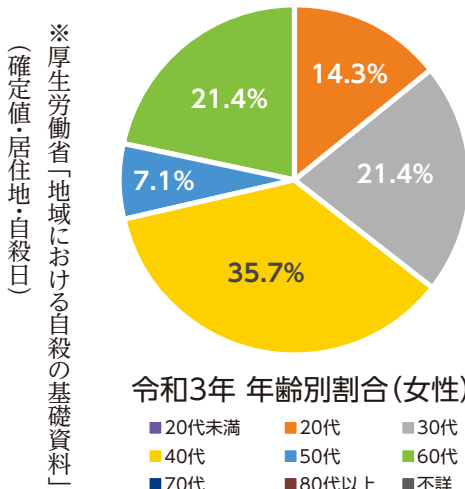
全国で女性や若者の自殺が増加

死を考えている人は、同時に「生きたい」という気持ちの狭間で揺れています。大切な人を守るために、まずは「どうしたの?」と、心配していることを言葉にしてみませんか?

3月は自殺対策強化月間です

誰も自殺に追い込まれることのない社会を目指して

問 地域保健課 ☎853・7962



※厚生労働省「地域における自殺の基礎資料」(確定値・居住地・自殺日)

年代別でみた自殺者の割合

令和3年の市内における自殺者の年代を見てみると、前年に比べ男性は20代、40代、70代が増加しており、女性は20代、40代の子育て・働き世代において増加しています。全国で増加傾向である20代未満では、本市においては平成30年以降ありません。しかし、コロナ禍前と比べ経済的な困窮、行動制限やオンライン授業などの生活変化に伴い、学校や家庭での居場所がないなど10代の生きづらさの相談などが増えており、注視が必要です。

最近、こんなことはありませんか?

☐ 家庭内で、いろいろと問題があった	☐ 仕事において、何らかの変化があった
☐ 日頃、楽しみにしている趣味がない	☐ 特に、運動はしていない
☐ 人から言われたささいな一言がいつまでも心に引っかかることがある	
☐ 仕事に行くのが辛いと思う朝がある	☐ 一晩寝ても疲れがとれず、朝からだるい
☐ 最近、これが食べたい!というものが無い	☐ 最近よく夢を見る
☐ 肩こりや背中と腰が痛くなることもある	☐ お腹がはり、便秘と下痢を交互に繰り返す
☐ 手足が冷たく感じたり、汗をかきやすい	☐ よく風邪をひき、なかなか治らない
☐ 医師の診察を受けても、気のせいだといわれた	

☑の数 個

☑が12個以上…ストレスによる病気の疑いがある
 ☑が9～11個 …ストレス状態(要注意期)
 ☑が4～8個 …ストレス予備軍(警戒期)
 ☑が0～3個 …心の健康は理想的な状態

こころや身体の不調が長く続く場合は、早めに専門機関に相談することをお勧めします。(資料:健康な21(第2次)健康づくり実践ノートより作成)

相談機関	電 話	利用時間
那覇市保健所 地域保健課 精神保健福祉相談室	☎098-853-7973	平日9時～11時30分／ 13時～16時30分 (土日祝日除く)
沖縄いのちの電話	①☎098-888-4343 ②☎0120-783-556	①10時～23時(年中無休) ②毎日16時～21時(令和5年3月 まで)、毎月10日8時～翌8時
よりそいホットライン	☎0120-279-338	24時間対応(年中無休)

その他相談先は「那覇市 いのち支える相談窓口」で掲載しています。

那覇市保健所
いのち支える相談窓口
のご案内▶



いつもと違うなと思ったら

ストレスが重なり、心のバランスが崩れると、次のようなサインが見られます。

- 元気がなくなる
- イライラしやすい
- 急に涙がでる
- 眠れない
- 食欲がない



もし、いつもと様子が違うなと感じたら「どうしたの?」と声をかけ、話を聴きましょう。正しいかどうか、良いか悪いかを判断する必要はありません。本人に寄り添い、話や気持ちを真剣に聞くことで、相手に自分は1人ではないんだと伝わり、自死を思いとどまるきっかけになるかもしれません。

誰かが見守っているという視線は、相手にとっては大きな力になります。

自殺予防対策に向けた取り組み

自殺を防ぐには、自分の生きづらさや体調の変化に気づいてSOSを発したり、周囲の人がそれに気づいて適切な相談機関につなぎ、関係機関が連携して支援することが大切です。

本市では「あなたのSOSお聴きします」という各相談機関の連絡先などを掲載したカードを配布しています。また、自殺対策を支える人材育成として、ゲートキーパー養成研修会も開催しています。3月7日、3月17日(土・日除く)には那覇市役所1階で「こころの健康づくりパネル展」の開催を予定していますので、みなさんぜひお越しください。



▲パネル展の様子

1回の採血で『がんリスク』を判別

わずか6mLの採血だけで、男性6部位・女性9部位の現在がんである危険度を部位ごとにA～Dで同時に判定する検査です。大腸がC判定で医療機関で精密検査したところステージ0の大腸がんが見つかった受検者も。全国ですでに5万人以上の方が受検。短時間で心、採血のみで体、低価格で費用の「3つの負担」を軽くし、1人でも多くの方ががん早期発見・早期治療のきっかけになることを目指しています。検査は税込み16,500円、完全予約制です。

※保険適用外



※血液中の亜鉛など17種の微量元素濃度を測定し、濃度のバランスの違いを統計的手法で解析することで、現在がんであるリスク(可能性)をスクリーニング(ふるい分け)評価し、自覚症状が出る前や初期段階でのがんの発見を目的とする新しい検査方法です。 ※この検査は、採血時点でのがんのリスクを評価するものであり、がんであるか否かははっきり判断(確定診断)するものではありません。

経済産業省のGo-Tech事業(成長型中小企業等研究開発支援事業)採択によりメタロ・バランス検査を認知症と血液がんの検査に応用する研究が、レナテックと大阪精神医療センター・大阪国際がんセンターで、2年後の実用化に向けて共同研究がスタートいたしました。

完全予約制

うみかじ

海風クリニック

中頭郡中城村字南上原1005-2

3/19日

4/16日

5/21日

のはら元氣クリニック

那覇市銘苅3-21-21

3/26日

4/23日

5/28日

検査時間: 午前のみ(各会場時間はWEBでご確認ください) ※所要時間1人10分程度

お申込みはこちらから

メタロバランス

検索

●上記以降の検査日はWEBサイトにて随時掲載いたします。

https://metallo-balance.net/

お問合せ

0120-785-602

株式会社レナテック 神奈川伊勢原市高森4-19-15 ☎0463-74-6129

広告

令和5年度

施政方針

企画調整課
0862・9937

はじめに

はいさい
ぐすーよーちゅーうがなびら。
私は、昨年の那覇市長選挙において「市民のために」、「市民と共に」、「市民本位」を重要な視点に位置付けて挑み、多くの市民の皆様からの負託を受け、第34代那覇市長として歩み始めました。
当選後、たくさんの祝福をいただき、その期待の大きさと責任の重さを痛感しております。市長として、32万那覇市民の安全安心と暮らしに責任を持ち、本市の魅力あふれるポテンシャルをより高め、那覇をさらに幸せに満ちたまちにするため、私の全ての力と職員力、組織力を最大限に発揮し、市政運営を行っていく覚悟でございます。

市民福祉の向上をはじめ、経済の活性化、地域のさらなる発展による「那覇の未来」を光輝くものとするために、ニーズを的確に捉えた、幅広い分野での施策を横断的に展開しながら、立候補に際し決意した初心を忘れず、どのような状況にあっても臆することなく勇往邁進してまいります。
市民の皆様並びに、本市議会の皆様におかれましては、より良い市政の実現に向け、格段のご理解とご協力を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。
ゆたさるぐとう うにげーさびら。

1 未来を拓く、なは☆ひとづくり、まちづくり、ゆめづくり

私のまちづくりへの思いを、「未来を拓く、なは☆ひとづくり、まちづくり、ゆめづくり」という言葉で表現させていただきます。
この言葉には、様々な行政経験を積み重ねる過程において、未来に思いを馳せたとき、これからの時代に選ばれる自治体となるためには、包摂の心に満ちた寛容性と、誰もが違いを認め合える多様性が土台になると、強く意識した背景がございます。

そして、人々が笑顔にあふれ、支え合い、安心して生活が送れ、誰もがそれぞれの夢を描ける魅力的なまちでありたい、という思いが芽生えました。

この思いを形にするため、市民生活の向上に焦点を当て、市民目線を常に大事にしなが、すぐにやるべきもの・短期・中長期の観点から、様々な公約を掲げさせていただきます。

「ひとの、和、で、まちに笑顔、ひとの、輪、で、まちに元気を」、那覇に、暮らし、働き、集う、全ての人々の夢があふれたまちが私の思いであり、その実現に向けて全力を傾けていく所存であります。



2 物価上昇等への迅速な支援及びコロナ対応

コロナ禍で長く影響を受けている市民生活や地域経済に加えて、国際情勢の急激な変化による物価上昇等により、私たちを取り巻く状況は厳しさが増しております。

私は、この問題に迅速に取り組みべく、就任直後に全世帯、子育て世帯、事業者等に対する支援を早急に講じてまいりました。

また、学校給食費の無償化に向けて、県内市町村長と連携し、県に対し令和5年度中の実現を積極的に働きかけ、引き続き家計負担の軽減に最善を尽くしてまいります。

今後とも変化の激しい社会情勢を的確に捉え、新たに発生する幅広いニーズに対して、国や県の支援策や動向等を注視しながらしっかりと財源確保に努めつつ、スピード感をもって対応してまいります。

他方、コロナの対応については、社会の状況が変わりつつあることを踏まえ、国や県の動向を注視しながら市の責務をしっかりと果たしてまいります。引き続き、様々な局面を乗り越えるため関係機関等と連携を密にしながら、ウィズコロナにおける「社会生活支援」及び「コロナ対応」の両立を促進してまいります。

3 こどもたちの健やかな成長を育む土台作り

こどもたちは、未来を明るく照らす那覇の宝であり、希望であり、こどもたちの元気で笑顔に満ちた那覇を実現することは、市政を担う者の責務であります。

私は、子育て支援はユニバーサルサービスの認識から、こどもたちの健やかな成長を育むことに全力を注ぎ、妊娠・出産・保育・就学・進学等といった子育ての各段階で、きめ細やかな支援に取り組んでいく決意でございます。

現在、妊産婦に対する伴走型相談支援と経済的支援を一体とした「出産・子育て応援事業」に新たに「出産・子育て応援事業」を開始いたします。

その他、待機児童解消、保育士支援、まなびクーポン等については継続して実施していくとともに、さらなる拡充による子育て支援サービスの向上を図ってまいります。

来る4月、「こども基本法」が施行されます。私は、この機会をしっかりと捉え、福祉、健康、教育、文化などのあらゆる場面において等しくその権利を保障する「こどもの権利条例」の制定に向け、関係機関や関係団体等と連携を深めながら、取組を推進してまいります。

また、令和6年度から努力義務となつている「こども家庭センター」の設置に向けても、検討作業を進めてまいります。
那覇に生まれ、学び、育ち、そして社会へ羽ばたいていくこどもたちの健やかな成長の土台となる、子育て環境の充実を図り、こどもたちの笑顔が燦々と輝くまちづくりを実現してまいります。



4 経済のV字回復に向けて

コロナ禍を契機に、地域事業者の生産性向上や高付加価値化、人材の育成が求められております。経済の回復に向けて、事業者のDX（デジタル・トランスフォーメーション）化等の側面支援を図り、「稼ぐ力」の向上を後押しする取組を展開してまいります。

今年は、1月に国内クルーズ船が約2年10カ月ぶりに寄港し、今後、国際クルーズ船の寄港再開も予定されております。那覇港第二クルーズバースの整備も進み、また、国際航空路線の再開などによる観光関連産業の回復や、地場産業商品の消費拡大等を期待しているところでございます。

また、第一牧志公設市場が装いを新たに3月オープン予定でございます。多くの皆様方と共に、新たな市民・県民の台所の完成を祝いつつ、これをチャンスと捉え観光客など、たくさんの賑わいや活気にあふれる中心市街地を目指していきたいと思っております。

さらに、本市の充実した都市機能が集積する強みを活かした都市型MICEは、地域への大きな波及効果が期待できることから、誘致促進に向け積極的に取り組んでまいります。

コロナ禍を乗り越え、力強い経済社会を実現していくためには、地域事業者の活力を最大限に発揮するとともに、那覇の優位性を生かした起業・創業のスタートアップなど新たな芽を生み出すことも肝要であり、その機運醸成を図ってまいります。



5 福祉の充実により支え合える暮らしの安心

コロナ禍により生活が一変し、私たちの暮らしに安心を見出しにくい状況が続いております。

昨年の市長選挙の際に、市民の皆様から「暮らしを守って欲しい」、「毎日の生活が不安だ」等の切実な声を多く受け、私は、その抱えている不安を和らげ、「日々の暮らしが安心して笑顔にあふれるまちをつくらなければならない」という思いを「層強くなりました」。

市民の皆様一人ひとりの人生においては、楽しいこともあれば辛いこともあるでしょう。市民の皆様が困った時、苦しい時には、市役所がその心にしっかりと寄り添い、声に耳を傾け、最善な支援を行ってまいります。

また、安心できる地域生活の実現に向けて、地域が抱える多様な課題には庁内横断的に解決を図っていくことが、私が目指す地域包括ケアシステム構築への足がかりになると考えております。

この先、地域社会がどのような状況にあっても、行政は、市民ニーズへの迅速な対応力、時代の潮流を捉え確実に前に進める先導力が強く求められていることを常に自覚し、市民の皆様が安心して暮らし、温かく優しさあふれるまちを目指してまいります。

6 協働によるまちづくりの目指す姿

協働によるまちづくりは、多くの皆様方のご参画のもと、裾野を広げてきた本市の旗印でございます。コロナ禍によって人々の行動が制限されたことなども影響し、地域コミュニティの希薄化や、自治会加入率の低下、担い手不足といった課題が顕著に現れており、これに向き合っていかなければなりません。この状況を打開するためには、地域の主体性をより尊重し、地域において課題を洗い出すことを促すとともに、専門性が求められる課題については、本市も一緒に解決を図っていくことが重要であると考えております。

その実現に向けた本市の役割として、継続した財政支援や活動拠点の提供に加え、地域運営の中心的な役割を担う小学校区まちづくり協議会が関係団体等との繋がりの中で、その機能を有機的に向上させるなど、幅広い視点から模索してまいります。

引き続き、地域ニーズを柔軟に捉えた新たな取組についてもしっかりと検討を進め、私が描く協働によるまちづくりを目指してまいります。

7 ワクワクあふれる都市基盤の整備

那覇の魅力向上の観点から、大きなポテンシャルを秘めているものの一つに、都市基盤整備の強化があります。

道路や公園等のインフラ整備を行う中にも、経済・観光振興の他、様々な分野の振興にも寄与するという多角的な視点が重要であると考えております。

街路樹の適切な剪定や雑草の抑制管理による、まち並みと調和した美観形成は、市民のみならず、観光客等の本市を訪れる人々にとっても心地良い印象を与えます。

また、パークPFI制度の推進を図り、キャンプ場やカフェ等の憩いの場を設置するなど公園の付加価値を高め、その魅力を最大限に発揮し、利用される方が心ワクワクできる仕組みを作っていきたいと考えております。

他方、課題である交通渋滞については、国や県、民間企業との先進的な取組や周辺市町村ともしっかりと連携し、短期及び中長期の観点から改善に向けて取組を継続してまいります。

本市が未来に向けて持続可能な都市としてあり続けるために、市民や那覇を訪れる人々を癒し、心地よく笑顔あふれる都市基盤の整備を進めてまいります。



8 平和の尊さ、豊かな文化を受け継ぐ心をいつまでも

「ウクライナ危機」を発端として世界の平和が脅かされている状況に、平和な日常が人々にとってかけがえのないものであることを、改めて認識しております。

平和を想う時、私は、ノーベル平和賞を受賞した故ミハイル・ゴルバチョフ元大統領を、市制施行80周年記念講演にお招きした時のあの熱い気持ちを思い出します。

「世界の問題解決のために団結しよう。われわれは同じ地球人」を示したゴルバチョフ元大統領のメッセージは、まさに「平和を希求する心」を掲げる本市の想いと通じるものがあります。今日、不戦への決意を新たにし、「平和への想いを発信」、「平和の尊さを次世代へ継承」の想いをいつまでも大切に、平和行政に努めてまいります。



9 DXのさらなる推進で市民生活をより便利に

DXの推進による市民の利便性及び行政の生産性の向上は、優先すべき政策の一つであり、国においては、行政のデジタル化やマイナンバーカードの普及等、デジタル政策の推進を加速させております。

また、今後、自治体においては、DXの推進と並行してアナログ規制の見直し等が求められ、既存の規制は幅広い分野に及んでいるため、その見直しには、全庁横断的な対応が求められております。

本市においては、令和5年度から10年度までの6年間で推進期間とした「那覇市DX推進計画」に基づき、デジタル技術を戦略的に活用した「市民サービスの向上」と「行政事務の効率化」に繋がる取組を加速させ、市民満足度を高めてまいります。

あわせて、デジタル技術に不慣れた市民にも配慮したアクセシビリティの向上と、サポート体制を整えていくことで、デジタルの恩恵を最大限に生かす「誰ひとり取り残さない、人にやさしいデジタル化」を目指してまいります。

DXのさらなる推進は、本市の発展に欠かすことのない重要な分野でもあるため、本市の総合力を結集し、私はその先頭に立ってスピード感のある取組を展開してまいります。

10 未来への種まき

さて、私たちの暮らしに彩りや賑わいをもたらす、観るものに感動を与える伝統文化は、琉球王国時代から紡いできた心が今なお脈々と受け継がれております。

その文化芸術の発信拠点である「なはーと」においては、こどもから高齢者、障がいのある方など全ての方に包摂の心で「うとういむち（おもてなし）」あふれた文化に親しめる場所として、さらに魅力を高めてまいります。

また、私たちの心の拠り所である首里城においては、昨年、関係者のご尽力による正殿の本体工事が始まり、念願の復元に向けた流れに胸が高鳴っております。

諸外国の国賓のうとういむちや、琉球文化を発信する芸能の殿堂でもある御茶屋御殿の首里城と一体となった早期復元に向けても取り組んでまいります。

先人から受け継いできた伝統文化の発展は、私たちの使命であり、紡いできたその心をつまでも大切にしていきたいと思います。

- 子供の貧困緊急対策事業 1億7,428万円
- なはーと文化芸術事業 1億55万6千円
- 那覇MICE受入推進事業 400万円
- 那覇市産業DX促進支援事業 2,200万円
- 泊漁港再整備事業 3億9,980万7千円
- 沖縄の「食」の魅力体験支援事業 600万円
- 第一牧志公設市場再整備事業 1億2,848万円
- 民間活力を活かした公園活性化事業 410万5千円
- 道路雑草対策事業 2億4,461万8千円
- 新真和志複合施設建設事業 2,286万9千円

令和5年度に実施する主な事業

- 親子健康手帳アプリ小児予防接種サービス事業 2,388万8千円
- 病院事業債貸付金（那覇市立病院建替え事業） 91億7310万円
- ランドセル来館モデル事業 442万千円
- 保育士負担軽減等加配事業 5,151万6千円
- 支援対象児童等見守り強化事業 712万千円
- 医療的ケア児保育支援事業 1,195万4千円
- 小中学校歯科保健予防事業 770万9千円
- 那覇市営奥武山体育施設照明設備及びスコアボードLED化整備事業 9億5,711万5千円



那覇市長 知念 寛

結びに
思いやりと寛容で、心をつないで

私は、副市長時代から先入観を持たず、広く平らかな心を肝に銘じ、多くの方々とお会いし、様々な声に真摯に耳を傾けてまいりました。

その声は、これまで38年間の行政経験の中で学び、培ってきたものを全てを、育ててくれたこの那覇に還元してまいりたいという、私の思いを強くさせてくれました。

この思いを実現していく中において、これからも魅力ある自治体になるには、思いやりあふれる寛容性と多様性を相互に結び付け、本市の持つパワーを最大限に引き出すことが重要であると考えております。

寛容の心で、互いの違いを認めつつ、その違いを乗り越え、共に手を携えていけば、私たちの歩む道が開けてくるものと信じております。

那覇の明るい未来を展望し、鳥の目のように遠くのことまで目ざとく捉え、兎の耳のように変化にスピーディーに対応し、様々な情報収集を高めた鷲目兎耳の姿勢で邁進していく所存でございます。

尊敬するアップル創業者、故スティーブ・ジョブズ氏の「自分の心と直感に従う勇氣を持ちなさい。」という言葉に胸に、勇氣と自信、覚悟を持って市政運営の舵取り役を担ってまいります。

これから歩んでいく道のりは決して平坦なものではなく、山あり谷ありの様々な場面に真正面から向き合い、一つひとつ着実に乗り越え、一心に歩んでまいります。

市民の皆様並びに議員各位におかれましては、ご理解、ご協力をよろしくお願い申し上げます。

令和5年2月8日

入場無料 第9回 なは健康フェア

健康に関する体験や情報がいっぱいのイベントです！体験ブースではいつもの健診では分からない新たな発見があるかも！みなさんのご来場をお待ちしています！

日時 3月21日(火・祝) 11時～16時

場所 サンエー那覇メインプレイス 2階 シネマQ前広場



市ホームページ

体験ブース



▶ **ベジチェック**
たった5秒、手をかざすだけで野菜摂取量を測定。

▶ **血管年齢測定(18歳以上)**
機械で簡単、血管の老化がわかります。

▶ **インボディ測定**
服を着たまま、筋肉量や体脂肪を簡単・正確に測定。

▶ **フィットネス体験**
ゲーム機器を使った体験

食ブース



▶ **食の健康づくり応援団・なはベジ協力店の弁当販売**
(数量限定)
食から健康を応援する店舗が出店。**野菜が100gとれる**弁当などを販売。

学びブース



▶ **健康づくりの秘訣伝授**
・1日に必要な野菜の取り方
・血管をイキイキ保つためには？
・腹囲測定後のアドバイス

▶ **妊婦体験**

▶ **パネル展示**

≡ 他にも楽しい体験や相談会がたくさん！ ≡ 問 健康増進課 ☎853-7961

※掲載の情報は、2月15日時点のものです。状況により変更になる場合があります。

新型コロナワクチン接種のお知らせ

図 那覇市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎917-5672
(祝日除く月～金) 9時～17時(この番号では予約はできません)



現時点では、新型コロナワクチン接種は令和5年3月31日までとなっていますが、令和5年4月1日以降の接種については国において、検討が行われています。まだ接種されていない人は期間内での接種をご検討ください。オミクロン株対応ワクチンの接種は「1人1回」となります。

※集団接種の実施は終了しました。接種を希望する人は、医療機関での個別接種となります。

オミクロン株対応の新型コロナワクチン接種

接種対象者

12歳以上で2～4回目接種を完了し、最終の接種から3か月以上経過した人。
⇒従来株ワクチン接種後3か月以上経過した人に接種券を郵送します(接種券の発行申請は必要ありません)。

接種券の発行に関するお願い

対象者で接種券が届いていない人、紛失した人は市ホームページから発行申請を行ってください。

電話でも発行申請できます。

☎098-917-5672(新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター)



市ホームページ

医療機関での個別接種

各医療機関では、以下の接種が可能です。

- 12歳以上の初回接種(1・2回目)、追加接種(3回目～)
- 小児接種の初回接種(1・2回目)、追加接種(3回目)
- 乳幼児接種の初回接種(1・2・3回目)

実施している医療機関は、市ホームページで確認いただくか、コールセンター(☎098-917-5672)までお問い合わせください。



手続きの流れ

- (1) マイナポータルから、「引っ越し手続き」の申請画面で、引っ越しする日、新住所、引っ越しする人の氏名などを入力します。マイナンバーカードを読み取ることで、申請者の氏名・性別・生年月日・住所(現住所)は自動入力されます。
- (2) 転入先市区町村への来庁予定場所(窓口)および来庁予定日を入力します。
- (3) スマートフォンやICカードリーダーでマイナンバーカードを読み取り、申請情報を転出元市区町村へ送信します。
- (4) 来庁予定日にマイナンバーカードを持参して、転入先市区町村の窓口で転入手続きを行います。

マイナポータルはこちら



市ホームページ



デジタル庁ホームページ

注意事項

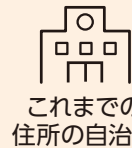
- ▶ マイナンバーカードの券面情報(氏名・住所・生年月日・性別)を更新していない場合や署名用電子証明書が失効している場合などは、転出元市区町村の窓口での手続きが必要です。
- ▶ 転入届(転居届)についてはオンラインの申請だけでは手続きが完了しません。新しい住所地の市区町村窓口で14日以内の手続きが必要です。

令和5年2月6日から、転出届については、マイナンバークードを利用して、マイナポータルを通じたオンラインでの届出が可能となりました。このサービスを利用する人は、転出にあたり市役所への来庁が原則不要となります。

電子証明書が有効なマイナンバークードをお持ちの人で、日本国内での引越をする人が利用できます。引っ越しをする本人の他、同じ世帯の人が手続きすることもできます。

詳しくはホームページよりご確認ください。

原則来庁不要



これまでの住所の自治体

転出届

来庁が必要



新しい住所の自治体

転入届(転居届)

マイナポータルからオンラインで
転出届を提出できるようになりました

問 ハイサイ市民課 ☎862-3274



2023年3月分から協会けんぽ沖縄支部の保険料率が変わります

広告

健康保険料率
(沖縄支部)

2023年2月分まで
10.09%



2023年3月分から
9.89%

介護保険料率
(全国一律)

2023年2月分まで
1.64%



2023年3月分から
1.82%

保険料率の変更は、

2023年3月分(4月納付分) からとなります。

※任意継続被保険者の方の保険料率は2023年4月分(4月納付分)から変更となります。
※健康保険料率は加入している都道府県支部毎に異なります。

加入者皆さまの健康づくりが、保険料率引き下げにつながります。

- ✓ 健診・特定保健指導を受ける
- ✓ 健診の結果「要治療(再検査)」となったら医療機関を受診する

お問い合わせ ☎098-951-2211 (音声ガイダンス4番)



全国健康保険協会 沖縄支部
協会けんぽ



ニュースダイジェスト



1/24
[火曜日]

なはまぐろ水産教室を開催

■ 若狭小学校

市魚であるマグロの認知度を高め、市の水産業に関心をもってもらうことを目的に、3年ぶりになはまぐろ水産教室を開催しました。

マグロ漁について「どうやって持ち上げるの?」「食べると頭が良くなるって本当?」「マグロの泳ぐ速さは?」と、生徒たちからは様々な質問が飛び出しました。那覇の港で揚げたクロマグロが解体実演され、みんなで試食ののち甘辛丼を作って、もずくのスープやフルーツヨーグルトと一緒に美味しくいただきました。



1/26
[木曜日]

識名園での防火訓練

■ 識名園

1月26日は法隆寺金堂壁画が焼損した日にあたり、文化財防火デーと定められたこの日に、国指定特別名勝識名園の防火訓練を実施しました。

識名園は木造建築物のため、火災が起きるとすぐに延焼してしまいます。今回、御殿から出火したことを想定し、園の職員により発見→消防署へ通報→来園者の避難誘導→消防隊による放水と、訓練が行われました。消防局立会いの下、消火器を使って実際に炎を消す練習も行っています。



2/1
[水曜日]

小禄南出張所が運用開始

■ 西消防署小禄南出張所

小禄南地域の消防力を強化するべく、西消防署小禄南出張所が運用を開始しました。

小型のポンプ車を配置し、狭隘道路の多い場面でも機動性の高さを確保します。同出張所の設置により、これまで小禄地区の一部で6分30秒以上かかっていた未到達エリア(※)がほぼ解消されます。

※消防車の出動から放水開始までの所要時間は、6分30秒以内を限界としている。これを超えると急激に延焼率が高まる。「消防力の整備指針・消防水利の基準」p27.28より

地域の暮らしを支える

みん せい い いん じ どう い いん

民生委員・児童委員が足りません

主な活動

見守り

お弁当を届けながらの
声かけ

訪問

相談・
支援

登下校時のあいさつ運動
高齢者を招いての昼食会

関係機関
との連携

地域住民の相談・支援を行う民生委員・児童委員が不足しています。あなたも地域のために活動してみませんか。

流れ 履歴書の提出、面談を経て委嘱されます(報酬はありません)。

条件 那覇市在住の、住民登録のある75歳未満の方

問合せ 098-862-9002 那覇市福祉政策課
098-858-5166 那覇市民生委員児童委員連合会

市ホームページ

詳細はお問い合わせ下さい。仕事をしている方も歓迎します。

歩けるアート～福州園～

近所の方は散歩で訪れ、ビジネスマンがひらめきを求めて歩く中国式庭園がこちら。#久米 #なは #那覇
撮影者: xiuwen9639

市公式Instagramでは、「#なはとぴ」を付けて投稿されたみなさんの写真の中から、那覇の魅力的なシーンを紹介しています。ステキな那覇を見つけたら「#なはとぴ」を付けて投稿してくださいね!

naha_cityを
フォローしてね

燃やさないごみ出し忘れたー!!

そんなときは ごみの出し忘れ防止に通知を受け取ろう!

LINE 友だち追加の手順

QRコードから

QRコードを読み取り追加

ID検索から

@kouhou.nahacityでID検索をして追加。

ごみ出し

ごみ出し受信設定

ごみの種類や通知時間を選んで送信

傘が壊れた!! これって何ごみ!?

そんなときは **ごみの分け方** をタップ

「かさ」と入力するとごみの分別がわかりますよ。

公式LINEではイベント情報や気象情報を毎日お届けしています。様々な機能がついているので、トーク画面のメニューから気になる項目をタップしてください。このたび図書館の利用者カードを表示させて貸出手続きができるようになりました。これからも機能が充実していきますので登録お待ちしています。

多言語にも対応中!

問 秘書広報課 ☎862-9942

元銀行支店長と税理士による

軍用地&相続セミナー

軍用地のメリット・デメリットは?

税金対策って何から始めたらいいの?

そのお悩み、
私たちがお答えします。

金城一也税理士事務所
所長 金城 一也

オロク商会株式会社
専務取締役 平良 吉彦

2023年4月21日 金

時間 14:00～〈個別相談会 15:30～16:00〉

会場 産業支援センター 会議室(307)

住所 〒901-0152 那覇市字小禄1831番地1

要予約 定員**10**名様

※定員に達し次第、受付を締め切らせていただきます。早めのご予約をお願い致します。

参加費 **2,000円**

※現金のみのお支払いとなります。当日受付の際にお支払いください。

第1部 不動産オーナー向け
相続税対策について

「相続の不安、どうすれば解消できるのか?」考え方の順番があります軍用地の相続税対策など、基礎からお話しさせていただきます。

第2部 軍用地のメリット
から最新情報まで

「施設別賃貸料の値上がり率」や「軍用地の銀行の担保評価額」など、元銀行員だからこそ目録でわかりやすくお話しいたします。

お申し込み
お問合せ先

098-858-0069

お申し込み
お問合せ先

オロク商会

営業時間 | 9:00～17:30 土・日・祝営業中

オロク商会 株式会社

石綿(アスベスト)健康被害の救済延長

過去に、施設(沖縄米軍基地含む)での作中に石綿にさらされたことで疾病にかかった場合「労災保険制度」「石綿健康被害救済制度」に基づく補償または救済を受けられる可能性があります。【対象の疾病】中皮腫、肺がん、石綿肺、良性石綿胸水、びまん性胸膜肥厚

問 救済相談ダイヤル ☎0120-389-931

問 沖縄労働局労災補償課 ☎868-3559 問 健康増進課 ☎853-7961



①【特定不妊治療費助成金】
②【先進医療不妊治療費助成金】

期限を過ぎると原則受付ができません。期3月31日(金)まで、郵送申請も要必着。3月1日～31日に治療が終了し申請期限に間に合わない場合は、直接ご連絡ください。申 問 保健所 ①▶

地域保健課医療費助成グループ ☎902-0076 与儀1-3-21 ☎853-7962 ②▶



【国保税・後期高齢者医療保険料】減免

新型コロナの影響で収入が減少した人は「国民健康保険税」「後期高齢者医療保険料」の減免を受けられる場合があります。納付が困難な人は早めにご相談ください。期3月31日(金)まで 問 国民健康保険課 ☎862-4262 (国保) ☎917-0410 (後期高齢)

第11回特別弔慰金【戦没者等の遺族】

期限を過ぎると受ける権利がなくなります。【支給内容】額面25万(5年償還の記名国債)期3月31日(金)まで 対 令和2年4月1日時点で公務扶助料や遺族年金などを受ける人がいない場合に最先順位の遺族(1人) 問 福祉政策課 ☎917-0831

【ひとり親家庭】進学費用相談お早めに

ひとり親家庭の自立に向け、生活やお子さんの進学に必要な資金などの貸付を行っています。貸付には要件があり貸付後は返済が必要となります。※貸付の可否は審査後に決定し、受付から口座振込まで約1か月半かかります。※令和5年度入学の就学支度資金申請は3月31日(金)まで 問 子育て応援課 ☎861-6951



【春の全国火災予防運動】実施中!

『お出かけは マスク戸締り 火の用心』

期3月1日(水)～7日(火)、火災の発生しやすい時季です。防火防災の意識を高め大切な命と財産を守りましょう。

■もし火災が発生した時は?

①一刻も早く気付く!
②初期消火!
③消火できない時は素早く避難・通報を!

■早期発見に有効な【住宅用火災警報器】の設置は義務です。しかし沖縄の設置率は全国最下位。設置・点検はむずかしいありません、この機会に自宅の防火対策を考えてみましょう。問 消防局予防課 ☎867-0212





使い捨てコンタクトレンズ
【空ケース】回収ボックスを設置

『アイシティ ecoプロジェクト!』プラスチックごみ削減と再資源化へ取り組みます。対 使い捨てコンタクトレンズの空ケース(メーカー不問・保存ケース不可)※レンズやアルミ箔などは、すべて除去をお願いします。



回収可(ケースのみ) 回収不可(レンズあり) 回収不可(アルミあり)

【実施】HOYA(株)アイケアカンパニー
【設置場所】本庁舎1階(総合案内近く)、なほ市民協働プラザ2階 問 環境政策課 ☎951-3231

【識名霊園】市民共同墓は随時受付中

【使用資格】①～④すべてに該当する人
①市に住民登録がある(外国人は永住者または特別永住者)②祭祀を主宰する③焼骨(分骨は除く)を所持④使用許可を受けた日から1年以内に焼骨を埋蔵又は収蔵可能※③④は生前予約除く



申 問 環境保全課 ☎951-3229(平日8時30分～17時15分)



【宝くじ助成金】を活かし自治会施設が充実しました!

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に、(一財)自治総合センターが実施しています。令和4年度は「真地自治会集会所の建設補助(1,500万円)」および「那覇市自治会長会連合会ほか8自治会へ、活動に必要な備品などを助成(250万円)」を行いました。問 まちづくり協働推進課 ☎861-3846



宝くじの助成金で整備した「自治会長会連合会のパソコン」

宝くじの補助金で建設した「真地自治会集会所」

講座

【保護者向け】子どもに学ぶ～効果的な伝え方・学び方～



人それぞれ違うと言われている学びの好み!学校生活を楽しく送れるように、家庭でできる子どもへのサポートを知る機会にしませんか。日[中学生編]3月17日(金)19時～21時[小学生編]3月18日(土)14時～16時 場 若狭公民館、Zoom 対 小・中学生の親や保護者、関心のある人 定 先着20人(Zoom制限なし) 費 無料 申 3月6日(月)～15日(水)、電話・QRコードから 問 若狭公民館 ☎917-3446



【乳幼児】かみかみ講演会

日3月25日(土)10時～11時30分 場 保健所 内 乳児(授乳期～離乳食開始)の食べる機能の発達【講師】歯科医師・衛生士 対 市在住の妊婦、生後6か月までの乳児をもつ保護者(祖父母可)※子ども同伴可(託児無し) 定 先着25人 申 3月2日(木)開始、QRコードから 問 口腔保健支援センター ☎917-5066



世界遺産解説会(識名園・玉陵)

【識名園】3月19日(日)9時～10時
【玉陵】同日11時～12時※各券売所前5分前集合 内 学芸員・ボランティアガイドの解説で各施設について学習 費 無料

年間パスポート販売中

各施設の券売所にてご購入ください。

〈玉 陵〉 大人用600円 小人用300円	〈識名園〉 大人用800円 小人用400円
	

問 文化財課 ☎917-3501

催し物

第19回 那覇農産物フェア

安全 安心! ハイ菜 那覇やさしい!

那覇の農家さんが、丹精込めて育てた新鮮野菜の即売会です!売り切れ次第終了しますので、お早めにお買い求めください。

日 3月4日(土)9時30分開会式 ※12時～13時頃終了

場 JAおきなわ首里支店前広場 首里石嶺町4-7-1 ☎887-7882



※ご来場の際は公共交通をご利用ください。 問 商工農水課 ☎951-3209

「指定したエリア」の「訪問者・居住者」が聴いているスマホにCM配信

オンラインオーディオ

※音楽ストリーミング配信アプリ

地図上の好きな場所を指定するだけ

月額 44,000円(税込)

最大10ヶ所 配信先を指定可能 再生回数 150,000回 ※月平均約12,500回

Spotify 聴取完了率 平均97.3%

「ながら聴取」で、ほぼ離脱いたしません。

●スマホの画面を見れない時・見ていない時でもアプローチ可能!

●ユーザーは広告慣れしていない為ブランドメッセージが伝わりやすい

お申込み・お問合せ

【受付時間】平日10:00-17:30 ☎03-5860-9468

株式会社 キョウエイインターナショナル

東京都千代田区内幸町2-2-3 https://www.kyoeiad.co.jp

「広報なほ市民の友」への広告を募集中。問い合わせ先 (株)キョウエイアドインターナショナル ☎03-5860-9468

日日時 **期**期間 **場**場所 **内**内容 **対**対象 **定**定員 **費**費用 **申**申込み **問**問い合わせ
 講座・催し物などで特に記載のないものは誰でも参加可能(申込不要)、場所のないものは問い合わせと同じです。
 那覇市の市外局番は**☎ 098** **【那覇市役所】**〒900-8585 那覇市泉崎1-1-1

広告

自分らしく働ける沖縄ヤクルトです

不安もあったけど
「挑戦してよかった」
感謝!!

私は勤続20年!
「自信をもってお仕事
始めました」

保育所があるので安心!
ママ仲間で支え合ういい雰囲気

健康づくりをサポートする
やり甲斐と楽しさを実感中!

仕事内容

決まったエリアのお客さまへ
訪問し、商品や健康情報の
お届け。だんだん顔馴染み
になり、安心して楽しくお仕
事できます。

男女問わず多くの
スタッフが活躍中!!
社員登用も積極的に行って
いるので、キャリアアップが
できる環境もありますよ

ココが
POINT

スタッフ募集

勤務地	ご自宅近くのヤクルトセンター
時間	例/8:30~15:00 ※変動有
資格	普通運転免許 (原付免許) 週2~4日
休日	休月、水、金勤務で、他休みや 例火~金勤務で土日休みなど あなたに合わせて、働き方相談可能!

約2週間の
事前研修が
あります。

ヤクルトスタッフ
アンケート結果
(2021年9月度)

- 総合満足度.....88%
- 今後も仕事を続けたい.....83%
- ワークライフバランス.....84%
- 商品への自信.....92%
- 仕事のやりがい.....89%
- 仲間との関係性.....89%

待遇

無料駐車場完備、制服支給、社員登用制度、離職金制度有、
優秀ヤクルトレディ報奨旅行有、保育手当有
ヤクルトレディ健康専用ダイヤル完備(365日対応)、
各種助成金有、保育所あり(保育料:月々5,000円)、
※ノルマ・買取は一切なし

報酬

スタッフ平均月収例

- 週3日勤務の場合、月85,000円以上
- 週4日勤務の場合、月128,000円以上
- 週5日勤務の場合、月150,000円以上

※3ヶ月間収入差額補償制度有

現在、週3でも
10万円以上の
収入の方も
います!

応募方法

フリーダイヤルよりお気軽にご連絡ください。

0120-8960-95

担当/幸地・赤嶺
受付/月~金 9:00~17:00
✉ akamine-naomi@okinawa-yakult.co.jp

ヤクルトさんの
魅力を発見!
特設ページは
コチラから

「健康をお届けする」
あなたを応援します。

人も地球も健康に
Yakult

沖縄ヤクルト株式会社
〒901-2223 宜野湾市大山7丁目13番3号

高校生
発案連載



見ていく？なはまち
ふらっと

寄り道

ふらっと11
壺屋やちむん
通り

皆さんこんにちは、沖縄尚学高校の地域研究部です。三月は、卒業や進級準備などであわただしく過ぎていってしましますね。

今回は、ゆつくり歩いて巡りたい壺屋やちむん通りについて紹介します。



成り立ちと立地

壺屋は1682年に琉球王府が複数の窯場を集めて以来、焼物の街です。やちむんとは沖縄の方言で陶器を指し、多くの店舗が軒を連ねる通りでは様々な焼き物を身近に感じることが出来ます。

壺屋地域で作られたものだけでなく、県内各地で作られた焼き物が揃っていることも魅力のひとつです。平和通りをサンライズ通りとの接点を右に曲がらずにまっすぐ進むと、壺屋やちむん通り。通りの一角には壺屋焼物博物館があります。



やちむん入門のススメ

伝統的な工芸品以外にも、最近はお洒落なデザインや色味をした焼き物も多く見られます。壺屋やちむん通り会長の島袋弘貴さんは「新しいお店も入つつ伝統を伝えていくことが、やちむん通りの役割だと思っています」と素敵な笑顔で話してくれました。気さくで元気なおばちゃんたち(あつ、おじちゃんも...)が、初



心者にもやさしく説明してくれるので、お店の人との会話も楽しみながらお気に入りの品を見つけてください。

足を運ぶたびに新たな発見がある

やちむん通りのもう一つの魅力は何度訪れても新しい発見が得られることです。4月3日のシーサーの日や、11月初旬のやちむん通り祭りなど、通り会のイベントをきっかけにリピーターになる方も多いとのこと。国指定重要文化財の新垣家住宅や荒焼登り窯など、伝統的な石垣に囲まれた昔ながらの街並みが残っており、4、5月には、蜚(土ボタル)が飛ぶ姿が見られるなど、歴史・自然と文化・伝統の融合が各所にあります。



取材▼沖縄尚学高等学校 森 理緒奈

Vol.11

事業者の
新しいチャレンジを応援します！

事業刷新支援事業II 同商工農水課 ☎951・3212



市ホームページ

市では、業務転換や新事業などに取り組む事業者へ、経費の一部を補助しています。

今回は、コンピュータメインドエンジニア株式会社の竹内さんに話を伺いました。



コンピュータメインドエンジニア株式会社
那覇市松尾1丁目19番27号 ミルク那覇ビル3階
☎868・9922

Qどのような事業を始めましたか？

海の「安全・安心」を守るIoT位置情報デバイスのレンタル販売事業です。万が一の遭難・漂流時に、対象者を電波で探す機器「サーチミ」によりマリン



レジャー関連事業者、漁業者、ダイバー等に安全・安心を提供していきます。

Q応募のきっかけを教えてください。

市内でダイビングサービス業を営んでいましたが、コロナ禍において、軽石や燃料高騰などの影響もあり売上が大きく減少。新たな収入源確保が課題でした。また、観光客の回復を見据え、サービス多様化の必要性や海難事故の増加に伴う安全対策の強化も求められていることから、市場ニーズも高いと判断しました。

Q現在の状況や今後の展望について

まずはお試しでサーチミを利用していただき、存在を広く知ってもらうことが重要だと考えています。現在はホールウォッチング分野などでレンタルを開始しており、春ごろには本格的に事業を進める予定です。この取り組みを元にマリンレジャー業界のDX化を推進していきたいと考えています。

那覇市立図書館
なぽんちゃんのブックトーク



市立図書館キャラクター「なぽんちゃん」

はいたい!なぽんちゃんです。今月は、健康に関する本と、写真絵本を紹介します。年度の変り目であわただしい時期ですね。忙しくて本を読む時間なんてないという人もいるかもしれませんが、隙間時間を利用して読書でリフレッシュしてみたいかがでしょうか。



『誰でも健康になれる ノブナガ式食べ方大全』

吉富 信長／著 (主婦の友社)
健康になれる食べ方についてマンガでわかりやすく書かれている本です。100点満点の食事をする必要はなく、まずは知識を持って今の食事を少しずつ変えてみるのが大事なのだから。本書を参考に自分の健康を作る食べ方について考えてみませんか？



『おすしがふくをかいにきた』

田中 達也／作 (白泉社)
マグロのおすしがお店に買い物にやってきた!身近なものを、本物そっくりの何かに見立てる「みたて」の世界を描くミニチュア写真家、田中達也さんの絵本です。おすしや肉まんが、とってもリアルな仮想の街で愉快なお買い物をします。ページのすみからすみまで楽しい写真絵本です。

(担当: 若狭図書館)

中央図書館 ☎917-3449

広告

自宅を「売ってもそのまま住める」資産活用法です。

8つの特徴 /
てるまさリースバック
売っても住むぞ
軍用地等の不動産も
直接買い取ります!

- その① お支払いは最短5営業日
- その② 売却後もそのまま住める
- その③ 買戻し(再購入)も可能です
- その④ 資金の使いみちは自由
- その⑤ 住宅ローンが残っていても大丈夫
- その⑥ 年齢や同居の人数に制限なし
- その⑦ 固定資産税などが不要
- その⑧ 相続対策になる

査定無料! ご連絡はコチラ >>> てるまさリース TEL.098-943-4355
平日9:00~17:00(土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)

新型コロナウイルス 感染症拡大防止のため、施設の臨時休館、催し物が中止・変更となる場合があります。事前にお問い合わせ先にご確認ください。



パレット市民劇場

☎869-4880 (パレットくもじ9F)

【開館時間】9時～22時(催し物がない日は17時閉館)【休館日】火曜日



掲載時点で開催を予定している催し物についても、変更の可能性があります。
最新の状況は、主催者もしくはパレット市民劇場(098-869-4880)にてご確認ください。

日 時	タイトル	入 場 料
3月3日(金) 18時30分	第31回あけもどろ総合文化祭 ピアノ部会 「ピアノの響き」	¥990
3月4日(土) 18時	第31回あけもどろ総合文化祭 声楽部会 「ベルカント」	¥1,500 ※未就学児は要問合せ
3月5日(日) ①14時 ②18時	第31回あけもどろ総合文化祭 演劇部会 うちなー芝居 「想い」「中城情話」	一 般 ¥2,500 高校生以下 ¥1,000 当 日 各¥500増
3月8日(水) 18時30分	開邦高校芸術科音楽コース31期生 有志による大学卒業記念コンサート 旅の奏で	一 般 ¥1,000 高校生以下 ¥500
3月9日(木) ①10時30分 ②13時30分	学校法人フジ学園 合同卒業式	無料
3月10日(金) 16時	うまんちゅ混声合唱団 22周年記念演奏会	¥999
3月11日(土) 14時	おきなわうたゆん 沖縄公演	一 般 ¥2,800 学 生 ¥1,500 未就学児入場不可

グルッポ・ムジチーニ沖縄ツアー2023

3月15日(水)
19時

小さな音楽の夜会

S 席 ¥5,000
A 席 ¥4,000
B 席 ¥3,000
当 日 各¥500増
※U25席 ¥1,500



3月16日(木)
19時

ヴェルディ オペラ・ガラ
(ピアノ伴奏)

※U25・親子チケットは予約フォーム又は
メール申し込みのみ。詳細は主催者まで

3月18日(土)
16時

モーツァルトの調べ

※親子チケット
S席/A席/B席いずれかを
購入した保護者1人につき
子ども2人まで¥1,500で
販売。



3月19日(日)
18時

第24回 弦楽アンサンブルのタベ

¥800
当 日 ¥200増

3月24日(金)
18時

第31回 木管アンサンブルのタベ

一 般 ¥1,000
学 生 ¥500

3月25日(土)
17時

沖縄尚学高等学校・附属中学校合唱部
「第18回 定期演奏会」

一 般 ¥800
学 生 ¥500

3月26日(日)
13時

K's Lesson Studio
ピアノコンサートVol.23

無料

3月30日(木)
14時

ベルカントにあこがれて 姉弟による
春のジョイントコンサート(姉弟あわせて167才)

¥999

3月31日(金)
19時

おからコンサート

一 般 ¥2,980
高校生以下 ¥1,000



那覇市ぶんかテンプス館

☎868-7810

【開館時間】9時～22時(月曜日は18時まで)
【休館日】第2・第4月曜日



日 時	イベント内容	入 場 料
木曜芸能公演		
3月2日(木) 19時	<落語・大道芸・お笑い>『てんぶず演芸まつりvol.3』 出演:北山亭メンソーレ、たまんちゅ、ゴリラコーポレーション	
3月9日(木) 19時	<沖縄民謡> 『春らんまん～仲宗根創 新垣成世 二人歌会～』	一 般 ¥1,500 高校生 ¥1,130 小中学生 ¥750 シニア ¥750 ※市在住で65歳以上の 人(要身分証)
3月16日(木) 19時	<音楽ライブ> 『PLATYと千尋 -THE ORIGINAL沖縄んMusic 2023-』	
3月23日(木) 19時	<琉球舞踊・創作舞踊> 『蒼天に～輝く星が舞い降りて～』 出演:琉球きらら	
3月30日(木) 19時	『テンプスクラシックvol.19 C→BRASSウインドオーケストラ -フレキシブルアンサンブルと超小編成吹奏楽の魅力-』	
木曜芸能公演・自主企画公演 以外の催物		
3月18日(土)	FEC お笑い劇場	有料
3月19日(日)	キンピラゴボウ 単独ライブ	有料
3月25日(土)	オリジン お笑いライブ 喜笑転決	有料



森の家みんな

☎882-3195 FAX 882-3196

首里儀保町4-79-8
【利用時間】9時～18時【休館日】火曜日



日 時	タイトル	内 容	定員／費用
3月4日(土) 10時～12時	空と森のおさんぽ	空と森から、末吉公園の季節を 楽しむイベントです。	15人／400円
3月11日(土) 10時～12時	安謝川クリーンアップ 大作戦	川・滝の清掃ボランティアです。 きもちいいです。	無 料
3月18日(土) 10時～12時	自然を感じる ゲーム	自然遊びで、末吉公園を 満喫しよう。	15人／400円
3月26日(日) 9時30分～12時	親子で森の遠足	ガイドの解説で那覇の森を 楽しむ企画です。	15人／400円

☆集合場所:森の家みんな ※費用は保険料を含みます。



那覇文化芸術劇場 なはーと

☎861-7810

【開館時間】9時～22時(受付19時まで)
【休館日】第1・第3月曜日(祝日・慰霊の日)は開館、祝日が重なった場合は翌日休館)



日 時	ジャンル	タイトル	会 場	料 金
3月3日(金) 19時～20時30分	トーク	根間智子×倉石信乃 〈MARGINALIAをめぐって〉	小スタジオ	無料 ※要予約
展示: 開催中～ 3月12日(日) 上映: 開催中～ 3月31日(金) 11時～19時	展覧会	根間智子 「MARGINALIA (マージナリア)」	共用ロビー 展示室	無料
3月4日(土) 15時	音楽	第31回あけもどろ総合文化祭 大正琴部会 問那覇市文化協会☎861-1909	小劇場	全席自由 ¥500
3月5日(日) 14時～17時	トーク	シンポジウム 「地域芸能と地域コミュニティ 現状と今後の課題」	小スタジオ	無料 ※要予約
3月18日(土) 16時	フラ ダンス	第31回あけもどろ総合文化祭 ハワイアンカルチャー部会 問ハワイアンカルチャー部会 ☎090-4774-2126	小劇場	全席自由 ¥1,500

※各催事の詳細につきましては、主催者へご確認ください。
※上記以外の催事については、なはーとホームページ(上記QRコード)で更新中。



那覇市民ギャラリー

☎867-7663 (パレットくもじ6F)

【開館時間】10時～19時／(日終日は17時または18時)
【休館日】月曜日



日 時	タイトル	場 所	【入場無料】内容
2月28日(火) ～3月5日(日)	第31回あけもどろ総合文化祭 写真・美術工芸合同展	全 室	写真・絵画・彫刻 陶芸・版画等
3月7日(火) ～3月12日(日)	第31回あけもどろ総合文化祭 書道・生活美術・フラワーデザイン合同展 沖縄写真デザイン工芸学校 卒業作品展	第1・2 展示室 第3展示室	書道・人形・押し花・ ちぎり絵・フラワーデザイン 写真
3月14日(火) ～3月19日(日)	百名 恒子 水墨画展 -103歳記念- 第4回 宮良 修 油絵展	第1展示室 第3展示室	水墨画 油絵
3月21日(火・祝) ～3月26日(日)	友寄淳・友寄万梨奈 陶×刺繍の二人展	第3展示室	陶芸・刺繍・オブジェ

※都合により内容変更する場合があります。最新情報はギャラリーホームページまたはギャラリー窓口へ
お問い合わせ下さい。HP:https://naha-palette.jp/gallery/ ㊚info-gallery@palette-naha.jp



なはし創業・就職サポートセンター

☎988-3163

銘苅2-3-1 なは市民協働プラザBコア地下1階
【利用時間】平日9時～18時



■なはし創業・就職サポートセンター&よろず支援拠点合同出張相談会(相談料無料)
㊚3月27日(月)9時～17時 場那覇市役所本庁舎1階エスカレーター横スペース
内創業・就職・経営(よろず支援)に関するご相談に対応します。※よろず支援拠点支援員へ
の相談は事前予約(☎851-8460)が必要ですが、空きがあれば当日でも受付可能です。

■創業セミナー(受講料無料)※電話で申込
㊚各回10人 ㊚なは市民協働プラザ5階研修室 ※内容詳細はHP参照

日 時	タイトル	講 師
3月10日(金) 10時～12時	事業計画書の作り方	竹内経営オフィス代表 竹内 成人氏(中小企業診断士)
3月17日(金) 14時～16時	土業選びで失敗しない 選び方のポイント	行政書士法人ウィアライズ統括代表 前原 正人氏(行政書士)

■就職支援セミナー(受講料無料)※電話で申込 ㊚当センター ㊚14時～15時 ㊚各回4人

日 時	タイトル	日 時	タイトル
3月2日(木)	応募書類の書き方	3月14日(火)	求人探し方
3月7日(火)	面接のキホン	3月16日(木)	相手に伝わるコミュニケーション
3月9日(木)	就職活動のキホン	3月23日(木)	就職活動のための時間管理

・このセミナーの受講はハローワーク失業認定申告書の就職活動実績対象となります
有料駐車場あり(当センター利用者は一部免除により、最初の2時間まで100円、以降1時間ごとに100円加算)



なは女性センター

☎951-3203 FAX 951-3204

銘苅2-3-1 なは市民協働プラザ1階Aコア【利用時間】9時～21時(土曜日は17時まで)
【休館日】日曜日・祝日・慰霊の日・年末年始(12月29日～1月3日)



日 時	講座タイトル	場 所	講 師	定 員
3月3日(金) 19時～ 20時30分	女性のための心とからだセミナー 第2回更年期をより良く過ごすために 知っておきたいヘルスケア	学習室	大島 教子 氏 (Joyレディース クリニックくもじ院長)	先着 36人
3月18日(土) 14時～16時	「性の多様性と人権」 ～ありのままの自分を生きる～	学習室	宮城 里沙 氏 (「いろいろな想いの カタチ」代表)	先着 36人

有料駐車場あり(当センター利用者は一部免除により、最初の2時間まで100円、以降1時間ごとに100円加算)

レインボー交流会
LGBTQを含む性の多様性について語り合いたい人のための交流会です。
テーマ:「好きな本(LGBTQ+関係・絵本や漫画OK)を持ち寄って語ろう」
㊚3月25日(土)14時～16時 場なは女性センター-学習室
問tiidaami.okinawa@gmail.com 主催 市民団体てぃーだあみ Facebook▶



ねね 砂川 寧希 ちゃん
令和4年3月生(泊在住)



りょうじ 新垣 凌司 ちゃん
令和4年6月生(おもろまち在住)



いつつ 長浜 一徹 ちゃん
令和3年6月生(国場在住)



かいと 東 海斗 ちゃん
令和4年5月生(小禄在住)



あやと 田中 綾人 ちゃん
令和4年6月生(小禄在住)



好評につき、数か月先の掲載分まで応募をいただいているため受付を一時休止しています。ご了承ください。
問 秘書広報課 ☎862-9942



ひなた 新垣 ひなた ちゃん
令和3年12月生(真嘉比在住)



けんと 比嘉 健人 ちゃん
令和4年1月生(宇栄原在住)



あさと 仲田 哲叶 ちゃん
令和4年2月生(真嘉比在住)



みおと 永吉 滯透 ちゃん
令和4年3月生(小禄在住)



ちはや 石塚 千隼 ちゃん
令和3年11月生(具志在住)



れい 納見 怜 ちゃん
令和3年9月生(赤嶺在住)



そら 新垣 奏空 ちゃん
令和3年7月生(小禄在住)



そらな 仲尾次 空奈 ちゃん
令和3年12月生(小禄在住)



ゆい 上原 結 ちゃん
令和4年8月生(おもろまち在住)



ひなた 花城 陽向 ちゃん
令和2年12月生(上之屋在住)



いちか 照喜名 一花 ちゃん
令和3年7月生(国場在住)

うちな〜ぐちや
あじく〜たー



意▼生き物
例▼ぬくばーてい
いちむしたーん つんじゅち はじみーん。
(暖かくなり 生き物たちも 動きだします。)
問 那覇市文化協会 ☎861・1909



博物館TOPICS

那覇市歴史博物館

3月4日は「三線の日」。三線は14〜15世紀頃、中国から伝わったといわれています。琉球では、公式の場で歌舞音曲を演じるのは士族男子でした。そのため士族の教養として三線の習得が奨励されました。

三線の楽譜「工工四」は、屋嘉比朝寄が初めて作ったといわれています。しかし、それは書き流し式のため拍子や速度が乱れがちで、案じた尚泰王は新しい工工四の作製を野村安趙に命じます。1869年、野村は高弟の松村真信とともに1行12画、1画1拍とする碁盤目状の楽譜を献上。「欽定工工四」と呼ばれました。後に湛水親方に奏法と歌唱法を伝授された松村は1872年「湛水流工工四」を編纂しました。

今回は、二つの工工四とともに、尚家から賜った三線「老石」などを紹介します。

期 4月24日(月)まで

国宝尚家資料3月の特別展示
「龍型の紅型衣裳」
期 3月29日(水)まで

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 休館日▶木曜
※3月7日(火)・8日(水)は臨時休館
観覧料▶一般350円(大学生以下無料)
☎869・5266 FAX 869・5267

桃色地波貝藻流水文様
紅型木綿袴衣裳

壺屋焼物博物館

4月3日(日)「シーサーの日」は無料開館!

「シーサー展」
「壺屋でシーサーの日!」にあわせて、県内作家の手によるシーサーが大集合!
焼物を始め漆喰など様々なシーサーを一堂に集めるべく企画中です。

この機会に、お気に入りのシーサーを見つけてみてはいかがでしょうか。

期 4月3日(日)〜23日(日)
場 3階企画展示室 無料

2023年
協働によるまちづくりin壺屋
第22回「壺屋でシーサーの日!」
「やちむんシーサー」
発祥の地・壺屋から、シーサー文化を全国に向けて、発信するイベントです。

当日は、シーサーや壺屋のまちが楽しめるような様々な企画を予定しています。ぜひご参加ください。

日 4月3日(日) 10時〜18時
場 壺屋やちむん通り・壺屋焼物博物館
主催「壺屋でシーサーの日!」実行委員会

壺屋焼物博物館 那覇市壺屋1丁目9番32号
開館時間▶10時〜18時(入館は17時30分まで)
休館日▶月曜※休日の場合は開館
常設展示観覧料▶一般350円(大学生以下無料)
☎862・3761 FAX 862・3762

シーサー作り実演の様子

昨年の展示作品

不安や困りごと
ひとりで抱え込まずに
まずは **ご相談ください**

相談無料

那覇市 就職・生活支援パーソナルサポートセンター(那覇市PS)

場所 那覇市泉崎1-20-1(グッジョブセンター)バスターミナル6階
公共交通機関のご利用をお願いします。(駐車場代は有料となります。)
開所時間/月〜金曜日(祝日、慰霊の日、年末年始を除く) 9:00〜17:00
受付時間/9:00〜12:00 13:00〜16:00
LINE 相談OK
※電話にて面談日の予約をされると、相談がスムーズです

どこに相談していいかわからない
ずっと働いていないので就職が不安
家賃が払えない
生活に困っている
借金を抱えている
ひきこもりかもしれない
家族の飲酒で困っている

那覇市 那覇市保護管理課委託事業
098-917-5348
※電話にて面談日の予約をされると、相談がスムーズです

くらしと仕事の相談窓口 Life and work consultation desk

久茂地交差点 国道58号線 旭橋駅 市役所 小開南 県庁前駅 市役所 小開南 県庁前駅 市役所 小開南 県庁前駅