



なは

2023年(令和5年)
第872号 毎月1日発行

9月

広報

市民の友

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：丸正印刷株式会社 配布：那覇市シルバー人材センター

めざせ! ちゅら那覇!

家庭ごみ排出量
前年同月比 **Down**

7月/1世帯あたり
1日0.844kg

那覇市ごみ分別：
資源キャラクター
ナハソウくん



迅速な対応とチームワークで命をつなぐ

はいさい。

今月号は、1分1秒を争う救急現場で日々奮闘する救急隊にスポットを当て、ご紹介いたします。9月9日は語呂合わせで「救急の日」となっています。その日を含む一週間で「救急医療週間」として定め、市民の皆様は、救急医療や救急業務についての理解と認識を深めてもらうとともに、救急医療関係者の意識高揚を図っております。

本市では、「適切に救急医療につなげるまち」づくりに取り組み中で、今年、コロナ禍を経て4年ぶりに「救急・防災フェア」を開催いたします。お友達やご家族をお誘いあわせのうえ、是非ご参加いただき、救急や防災について学ばれますよう、ゆたさるぐとうにげーさびら。

那覇市長 知念 寛

Catalog Pocket 無料 Free App

カタポケ iPhone / Android

「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

#なはとび あなたが見つけた「なは」募集中!

いいね! いいね! いいね!

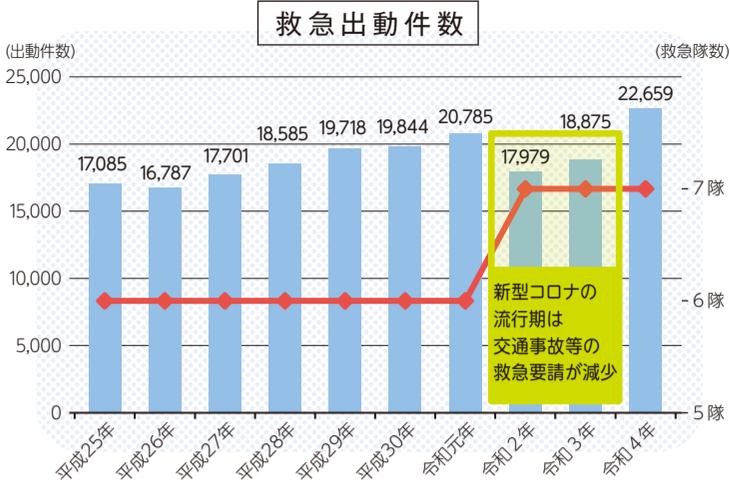
那覇市の人口と世帯
※()内はうち外国人
2023(令和5)年7月末現在

- 総人口 315,697人(6,215人)
男 152,858人(3,227人) 女 162,839人(2,988人)
- 世帯数 159,178世帯(4,310世帯)
住民基本台帳人口の内訳(外国人)

うちなーぐちや あじくーたー

沖縄語普及協議会 監修

【沖縄の肝心】
「肝」も心、「心」も心。
二つ重びてい、良たさ心。
【意味】心の重ね言葉でやさしさが増す。



救急出動件数が過去最多

市では市内の消防署所に救急隊を7隊配置し、日々の救急要請に対応しています。各種感染症の流行等が影響し、令和4年中には救急出動件数が過去最多の22,659件を記録しました。

今年も救急出動件数が増加傾向にあることや沖縄県内の医療機関がひっ迫していることも相まって、救急車が駆け付けても搬送先の病院が決定するまで30分以上要する「救急搬送困難事案」が増加しています。

特集

1秒でも早く 救いたい命がある限り

一刻を争う状況におかれた人々を一人でも多く救うため、救急隊員は日夜、力をつくして活動しています。今月の特集では、命を守る最前線で奮闘する救急隊や職員、救急の現状について紹介します。

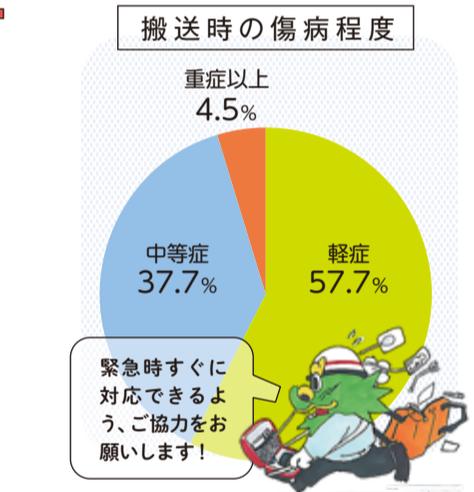
☎救急課 ☎867・1199

救急車を要請したのに 消防車が来た!?

消防局では119番通報を受けた際に「意識がない」「呼吸をしていない」といった緊急度の高いキーワードが聞き取れた場合、救急車と一緒に消防車も出動する「PA連携」



- こんな時は迷わず救急車を**
- 緊急性の高い病気やケガ
 - 呼吸、心臓が止まっている
 - 激しい頭痛、胸痛、腹痛
 - 突然倒れ、呼びかけても反応がない
 - 広い範囲のやけど
 - 交通事故等大きなケガ



軽症者が半数以上

救急搬送された際の傷病程度は多い順に、軽症(入院不要)、中等症(入院は必要だが重症には当てはまらない)、重症以上(3週間以上の入院が必要)となっています。軽症でもその後の通院が必要な場合もあり、全てが不要不急な救急要請ではありませんが、かかりつけ医を受診したり、救急病院を自己受診できるケースも多く含まれています。

救急車は限られた資源です。大切な命を守るため、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

を行っています。「PA」とは、ポンプ車(Pumper)と救急車(Ambulance)の頭文字からきた名称です。重症傷病者の場合、電気ショックや薬剤投与など様々な救命処置を行いながら搬送するため、より多くの隊員が処置に加わります。

また、救急車がすぐに向かえない場合は、近接の消防署所からポンプ隊が出動し、救急車が到着するまでの間、心肺蘇生法やAEDを使用した救急処置を行います。

救急・防災フェア開催!

応急手当体験、ちびっこ救助隊体験、消防車両展示など、多数のイベントをみなさん、ぜひお越しください!

【日時】
9月2日(土)
式典▼13時30分〜14時15分
イベント▼14時30分〜16時

救命講習を受けよう!

突然のけがや病気に対して応急手当ができるのは、その場に居合わせたあなたです。大切な命を守るためにも、正しい応急手当の知識を身につけませんか。

【救命講習会】
消防局では救命講習会を毎月開催しています。1名からでも受講可能です。

【出前講座】
5名以上で申し込みの場合、事業所・学校等へ指導員を派遣して講習会を行います。

詳しくは市ホームページを確認ください

屋根・外壁塗装に関するお知らせ

住宅の屋根・外壁塗装工事は「定価」がないため、数社から見積りを取るとその金額の差額が大きく違う場合があります。これら問題は住宅の大きさや作業のしやすさ等の理由に加え、各業者の工事方法・塗料の種類、会社の大小、利益率等の複雑な理由によるものでこの事が多くの消費者を混乱させているようです。

また「単なる価格比較による契約」という考え方は大きなリスクをとまなう事になります。これは屋根・外壁塗装工事というものが電化製品の様に新品で完成されたものではなく、何年も雨・風にさらされた壁のペンキを「剥がして塗る」という技能を要する工事であるという事に起因しています。

今回お知らせする建物診断は、当協会職員が建物の状況を把握し、適切な工事の提案と適正価格は何であるかを正確に知るための有効な手段であります。

記

受付期間：9月1日(金)〜9月29日(金)
受付時間：平日、午前9時〜午後5時
対象：築5年以上、3階建て以下の建物
診断費用：無料です。
受付予定棟数：10棟(予定棟数になり次第終了)

屋根・外壁塗装の適切な工事提案と適正価格の建物診断のお申し込みは：
一般社団法人 沖縄県建築職人協会

0120(931)540
沖縄県浦添市牧港2丁目8番3号
TEL:098-942-1155

A Day in The Life of A Paramedic

8:30 START

勤務交替・資器材の確認
前の隊と勤務を交替し、資器材に問題がないかチェックします。

よし、全部そろっているね。

引継ぎ事項や注意点などについて確認し、各隊の報告等を共有します。

9:40 全体会議

地図で場所を確認し、現場へ向かいます。

10:20 出動

愛妻弁当でエネルギーをチャージ!

署内の食堂でお昼ご飯。食堂には調理場も併設されています。

12:00 昼食

電氣系統に問題がないか確認します。

17:00 車両点検

点灯よし!

12:20 14:00 16:00 出動

お昼休憩時に通報があり、現場へ急行。

22:00 5:30 休憩・仮眠

通報があった際にすぐに出動できるように制服のまま仮眠します。今回は昼間6件、夜間9件の出動がありました。

車体・車内をキレイにします。

7:30 救急車の清掃

次の隊へ交替し、1日の勤務が終了!

8:30 FINISH 勤務終了

Q1 勤務体制はどうなっているの?

A 3人1組の隊を組み、3交替制で勤務。1日勤務(24時間)し、2日休みを繰り返します。



Q2 出動がないときはどうしているの?

A 出動後の報告書作成や救命訓練等を行っています。



Q3 運転中に緊急走行中の救急車を見つけたら?

A なるべく道路の端に車を寄せ一時停止をお願いします。交差点付近の場合は、交差点へ進入せず一時停止をお願いします。救急隊員が指示することもありますので、窓を開けて音が聞こえるようご協力をお願いします。



教えて、レスキュー!



Interview

現場を支える人々

指令情報課

1秒でも早く駆けつけるために



指令員
せいもり よしと
生盛 義人さん

消防局指令情報課では、市内すべての119番通報を受理しています。本市は、多いときに1日100件以上の119番通報がありますが、約7割が救急要請です。通報者から傷病者の容態や住所などを聞き、現場近くの救急車を出勤させています。また重症と判断した場合は、消防ポンプ車の連携出動、ドクターカーへの要請、救急車が到着するまで通報者に、傷病者の体位管理や心臓マッサージなどの心肺蘇生法の口頭指導を行っています。

これからも、救急通報を受理する最初の窓口として、聞き取りをしっかりと逃さずに行うことを心がけ、1秒でも早く救急隊が傷病者のもとに到着できるように日々努めてまいります。

中央救急隊

救急隊長
つはこ のりこ
津波古 典子さん



適切かつ迅速な対応を

大学生の頃、父の病気などの経験から自分の体力を活かして医療に携われることのできる職業につきたいと思い、今の職に就きました。今年から救急隊長として、頼もしい隊員のサポートもありながら日々奮闘しています。

1日に十数件の出動指令がかかることもありますが、命を預かる者として、傷病者の方の状態を的確に判断し、適切な病院へ搬送することを第一に、また、そのご家族が安心できるように相手に寄り添うことを心がけています。

命と接する責任ある仕事ではありませんが、1人でも多くの方を助けるために、命のバトンを医療機関へ的確に引き継げるよう走り続けたいと思います。

広告 25歳~60歳(女性)の方にお願いしています。



くもん書写教室の先生になりませんか

KUMON

教室開設説明会
参加費無料

- 中部 9/12(火) 10~12時 EMウェルネスセンター&ホテルコスタ ビスタ沖縄 2階『ブーゲンビレア』
- 那覇 9/13(水) 10~12時 沖縄産業支援センター 3階『308会議室』

※当日、ご都合の悪い方はご相談ください。

ペン習字 かきかた 筆ペン 毛筆

公文書写は全国で10万人の方が学ぶ書写団体です 福岡市博多区 博多駅前1-13-1 公文書写 先生 検索

公文エルアイエル 0120-410-297

詳細はホームページにて!!

「指導者の声」や会場情報、オンライン説明会の情報など、詳細はHPにてご確認ください。



指導者養成プログラムで未経験でも安心!

「防災の日」をきっかけに、 備えの見直しをしませんか？

問 防災危機管理課
☎861-1102

9月1日は「防災の日」です。由来となった関東大震災から、今年で100年目になります。この100年の間にも、日本各地では地震、台風、豪雨など様々な災害が起こりました。沖縄県は台風による被害が顕著ですが、最近では地震も多発しています。

大切な3つの要素

災害時には、「自助」「共助」「公助」の3つが連携し、機能することが必要です。

自助

自分で備え、助ける。
地域で備え、助け合う。

共助

公助

行政、消防、警察、自衛隊等による援助・支援。

備えの第一歩

災害への備えは、「自分(家族)の命は自分で守る」の意識と事前の備えがとても重要です。

災害時の避難について話し合おう

もしもの時に、自分の命を守るように家族で避難について話し合いをしておきましょう。また、避難所の確認も行いましょう。



災害の基本知識を学ぼう

災害から自分の命を守るための基本的な知識を学べるよう、オンライン学習教材を公開しています。

親子で学ぶ
那覇の防災



那覇市
ホームページ
動画で学ぶ防災



総務省
消防庁eカレッジ
子どもぼうさいランド



備蓄を日常に取り込もう

食料・生活用品を少し多めに買って置き、使った分だけ買い足す「ローリングストック」を始めてみましょう。少しずつ消費、補充をすることで、突然の災害にも対応できます。

ローリングストック

多めに備えて食べてまた買い足す



〈備えるリスト〉

水、缶詰、レトルト・インスタント食品、菓子、飲料、ティッシュ、トイレットペーパー、ゴミ袋、常備薬、歯磨き用品、乾電池、乳幼児・高齢者用に粉ミルク、離乳食、紙おむつ、おかげなど

11/12
SUN 開催

ひやみかち
なはウォーク 2023

ひやみかちなはウォークでは、幼児からシニアまで、それぞれに楽しめる全7コースを用意しています。また、「なは健康フェア」も同時開催しますので、ぜひご参加ください。

日時 11月12日(日)7時30分～15時 ※雨天決行
場所 沖縄セルラースタジアム那覇
エントランス広場(スタート・ゴール)
費用 大人:500円、高校生(18歳以下)・障がいのある人:無料
※申込後は、参加料の返金はできませんのでご了承ください。
定員 5,000人(定員に達し次第締め切り)
申込方法 ①オンライン申込



左記QRコードを読み取り申込ください。

②窓口での申込 期 9月1日(金)～10月13日(金)

場所	受付時間
市民スポーツ課(市役所10階)	9時～17時(平日のみ)
沖縄セルラースタジアム那覇	9時～20時
那覇市民体育館	9時～20時(第2・第4火曜日を除く)

※当日の申込受付は行いません。

問 市民スポーツ課 ☎917-3504

No.	コース名	距離(約)	受付開始	出発式	出発時間	ゴール想定時間
1	首里城まーい	20km	7:30	7:50	8:00～8:20	12:00～15:00
2	今昔マチグラーマーい	15km	8:20	8:40	8:50～9:10	11:50～14:10
3	ラムサール湿地帯まーい	5.5km	9:10	9:30	9:40～10:00	10:45～11:50
4	うるくまーい	10km	10:00	10:20	10:30～10:50	12:30～14:10
5	波の上・若狭海岸まーい	7.8km	10:50	11:10	11:20～11:40	12:55～14:15
6	奥武山まーい	3km	11:40	12:00	12:10～12:30	12:45～13:30
7	奥武山ぐまーまーい	2km	11:40	12:00	12:10～12:30	12:35～13:10

※奥武山(3km、2km)コースは、ベビーカーや車イスの人も参加できます。

ひやみかちなはウォークに備え、ウォーキング講座はいかがですか

首里城下町Night Walk

健康維持のために、正しい歩き方をマスターし、秋風舞う首里の城下町と一緒にナイトウォークしませんか♪

日 10月4日・11日・18日(各水曜)19時～21時

場 首里公民館および首里地域

期 9月7日(木)～15日(金)

対 18歳以上の市在住・在勤・在学者

定 20人(抽選) 費 200円(保険料)

申 電話・窓口(平日9時～17時)

問 首里公民館

☎917-3445

“頑張らないウォーキング”de健康づくり

正しい姿勢で歩くメリットや靴選びのポイント、呼吸法、基本の立ち方・歩き方など実践を通して学びます!(全4回講座)

日 10月1日・8日・15日・22日(各日曜)10時～12時

場 牧志駅前ほしぞら公民館

期 9月5日(火)～14日(木) 対 医師などから運動制限を受けていない、市在住・在勤・在学の人

定 20人(抽選) 費 900円

申 電話・窓口(平日9時～17時)・

オンライン 問 牧志駅前

ほしぞら公民館 ☎917-3443



もっと、みんなに、あんしん。全日本不動産協会

全国一斉 不動産無料相談会

不動産に関する法律・税金・建築・空き家等のお悩みに
弁護士・税理士等の専門家が無料でお答えします!

ご予約不要!

どなた様も
お気軽にどうぞ!
(会場に直接お越しください)
※相談内容やプライバシーに関する秘密は厳守します。

(公社)全日本不動産協会
マスコットキャラクター
ラビーちゃん*



日時 令和5年10月2日(月)13:00～16:00

会場 沖縄タイムス 本社ビル1F

※予約不要(会場に直接お越しください) ※相談内容やプライバシーに関する秘密は厳守します。 ※天候により中止となる場合がございます。



(公社)全日本不動産協会 沖縄県本部
〒900-0015 沖縄県那覇市久茂地3-1-1 日本生命那覇ビル9F

TEL: 098-867-6644

後援 国土交通省
沖縄県、那覇市

Q 全日不動産 検索
https://www.zennichi.or.jp/



医療的ケア児 みんなと一緒に保育施設へ

医療的ケア児



市では、今年1月に「那覇市就学前教育・保育施設における医療的ケア実施ガイドライン(以下「ガイドライン」という。)」を策定しました。現在、このガイドラインに沿って、医療的ケア児の保育施設受入れを行っています。

医療的ケア児とは

日常的に人工呼吸器や胃ろう等を使用し、たんの吸引や経管栄養などの医療的ケアが必要な児童のことです。

家族が安心できる環境へ

医療的ケアが必要な児童の健やかな成長を図るとともに、その家族が仕事を諦めることのないよう、安心して子どもを産み、育てることができるよう環境づくりを目指しています。

保育施設における医療的ケア実施ガイドライン

ガイドラインは、医療的ケアを要する児童の保育施設での受入れに係る①基本的な考え方、②入所までの流れ、③入所後の対応等の留意点などを含めた内容となっています。詳しくは市HPをご確認ください。



問 こども教育保育課

☎861・2113

相談の流れ

1. 相談会(こどもみらい課窓口)

お子様と一緒に来庁し、必要な医療的ケアの確認や発育状況について聞きとりを行います。入所申し込みを希望される場合には、必要書類(医師の見書等)を準備して提出します。



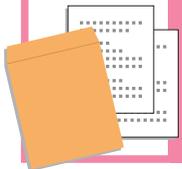
2. 入所検討会

お子様を安全に受け入れるため、必要書類や相談会での聞き取り内容をもとに「入所検討会」を行います。



3. 入所検討会の結果通知

こどもみらい課より、入所検討会の結果を通知します。



4. 入所申し込み

入所申し込みに必要な書類を揃え、こどもみらい課へ提出。



5. 入所に関する結果通知

内定通知、保留通知で入所申し込み結果をお知らせします。



問 こどもみらい課

☎863・0777

一歩踏み出す勇気を

昨年10月から市内の保育施設に通信開始の上里雅ちゃん(3)。雅ちゃんは、生まれて間もなく酸素値が低いことなどが判明し3か月入院。エドワーズ症候群(18トリソミー症候群)と診断され、現在も医療的ケアを受けています。

母の美紀さんは「外出する際も、酸素ボンベなどの医療機器を常に持ち歩くので制限はありますが、遠出もできるようになり、昨年は家族で北部へ行きました。悪いことや出来ないことを考えるのではなく、出来ることを考え、したいことをするようにしています。」と前向きですが、雅ちゃんの病名を知った当初は、ネットでの検索を繰り返し、その内容に落ち込みふさぎ込む日々だったと話します。

入所申し込みが転機に

きっかけは、育児休暇が終わりに近づいていたため、保育施設の入所申し込みをしたことでした。役所から連絡を受け、関係機関も含めて入所に向けた調整を重ねていきましたが、コロナ禍もあり、看護師の確保が難しいようでした。その頃、思い切った訪問看護の看護師さんへ胸の内を相談すると、福祉サービスの紹介があり、児童デイサービスの見学へ行くなど、これまで自宅で2人きりであった環境が徐々に変わろうとしていました。

これ以上育児延長ができない状況の中、福祉サービスの利用も視野に入れ準備を進めていたところ、看護師配置や受け入れ施設の入所体制がようやく整い、昨年10月から通所を開始しました。美紀さんも無事に仕事復帰することができています。

同じ悩みを抱える方へ

「インスタグラムで出会えた方々のおかげで気持ちが救われ、一歩踏み出すことができました。そうして色々な支援機関とも繋がりが、多くの人に支えられながら、娘は福祉サービスと保育施設の併用ができ、新たな刺激と友だちが増えています。今でも悩みは多いですが、様々なきっかけで繋がった仲間へ相談するなど、情報共有しています。もし、同じように悩んでいる方がいたら、ぜひ、勇気をもって一歩踏み出して欲しいです」と美紀さんは笑顔で話しました。



保育施設からのメッセージ

園でお友達もたくさんできたね。先生やお友達と一緒に、手遊びや歌リズム、感覚あそび、絵本読み聞かせなどに、足をクルクルしたり手をトントンしたりして楽しむ雅ちゃん！これからも楽しいことを見つけていっぱい遊ぼうね！



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！「自信をもって仕事を始めました。」



健康づくりをサポートするやり甲斐と楽しさを実感中!



ココが POINT
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ため、キャリアアップができる環境もありますよ

仕事内容
決まったエリアのお客さまへ訪問し、商品や健康情報をお届け。だんだん顔馴染みになり、安心して楽しくお仕事をできます。



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)
休日 休 月、水、金勤務で、他休みや
例 火~金勤務で土日月休みなど
あなたに合わせて、働き方相談可能!

待遇
無料駐車場完備、制服支給、社員登用制度、退職金制度有、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

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%

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
✉ akamine-naomi@okinawa-yakult.co.jp

担当/幸地・赤瀬
受付/月~金 9:00~17:00

ヤクルトさんの魅力や発見!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。



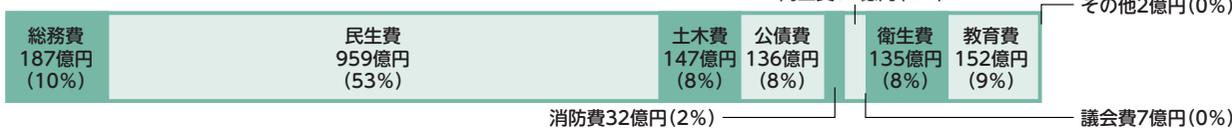
沖縄ヤクルト株式会社
〒901-2223 宜野湾市大山7丁目13番3号

広告

令和4年度歳入歳出決算総括表

Table with columns: 会計別, 区分, 歳入決算額, 歳出決算額, 歳入歳出差引額, 翌年度へ繰越すべき財源, 実質収支額. Includes sub-totals for 一般会計 and 特別会計.

一般会計 歳出 (1,795億円)



財産の状況 (令和4年度末現在高)

Table of assets: 土地 (行政財産 2,812,856㎡, 普通財産 321,234㎡), 建物 (行政財産 1,147,362㎡, 普通財産 17,587㎡), 有価証券・出資金等 (有価証券 657,104千円, 出資金 7,167,559千円, 債権 14,779,532千円), 基金 (財政調整基金 6,498,590千円, その他基金 19,291,109千円).

市債の状況

Table of municipal bonds: 一般会計 129,370,012, 市街地再開発事業特別会計 3,342,566, 母子父子寡婦福祉資金貸付事業特別会計 461,497, 合計 133,174,075.

令和4年度に各分野で支出した金額を、市民1人あたりに換算すると...

Infographic showing per capita expenditure by category: 総務費 5万9,337円, 民生費 30万3,892円, 土木費 4万6,487円, 公債費 4万3,035円, 消防費 1万21円, 商工費 1万2,126円, 議会費 2,372円, 衛生費 4万2,741円, 教育費 4万8,230円, その他 716円.

市民1人あたりの行政経費 56万8,957円
市民1人あたりの市税負担額 17万3,863円

那覇市通水90周年のお知らせ

那覇市の水道は、1933年(昭和8年)に給水を開始して今年で通水90周年を迎えます。本市の水道は創設期、復興期、拡張期を経て、現在は維持管理(更新・耐震化)事業を推進しています。

Timeline of water supply: 創設期 (1933-1945), 復興期 (1946-1959), 拡張期 (1960-2012), 維持管理期 (2004-). Includes photos and descriptions of key milestones.

1回の採血で『がんリスク』を評価

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。

Diagram showing body parts for cancer risk assessment: 男性 6部位 (大腸、胃、肺、すい臓、肝臓、前立腺), 女性 9部位 (大腸、胃、肺、すい臓、肝臓、乳、子宮頸、子宮体、卵巣).

※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。

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。

Advertisement for 'Metal Balance' cancer risk assessment. Includes contact info: 0120-785-602, website: https://metallo-balance.net/.

各項目の詳細をQRコードより確認できます

募集



少年教室「秋の自然体験」を実施します

キャンプファイヤーや星空観察など豊かな自然を一泊二日で体験しよう!
対市在住・在学の小学生4年生から6年生 定20名※多数の場合抽選
費3,000円 場糸満青少年の家に集合し現地解散 日10月7日、8日の一泊二日 申中央公民館窓口、電話、メールにて 募集期間 9月1日(金)~15日(金)。10月4日に事前説明会を行います。
問那覇市中央公民館 ☎917-3442

水難事故防止ポスターを募集します

テーマ浮力の確保(水難事故防止に伴う浮き輪やライフジャケット着用の推進)
募集作品『小学生の部』及び



『中学生・高校生の部』 募集期間7月1日(土)から10月31日(火)まで。A4~A2サイズの画用紙を縦に使用し文字は入れないでください。応募作品の著作権は沖縄県警察に帰属し、作品は原則返還しません。優秀賞以上の作品は、氏名・学校名等を広報予定です。
問那覇警察署地域課水上安全対策担当 ☎836-0110 (内線302)

交通指導員を募集します

地域の交通安全活動を推進する交通指導員が不足しており、毎朝の立哨活動など児童生徒の交通安全活動への影響が懸念されています。多くの方の応募をお待ちしています。
応募条件 交通安全について理解と関心を持ち、心身ともに健康で、街頭での交通指導が可能な20歳~概ね65歳までの方※75歳定年制
主な活動内容 登下校時の街頭活動、地域の小学校での交通安全教室参加、四半期毎に行われる

交通安全運動への協力、那覇ハーリーやNAHAMARASON等イベント時の交通指導など 問市民生活安全課 ☎862-9930



催し物

琉球伝統芸能パフォーマンス・アート

内実演家による琉球古典音楽の上演
日9月17日(日)午前10時~11時
場玉陵(東の御番所) 費玉陵の入場料。申込みや事前予約不要。直接、玉陵にお越し下さい。
問琉球伝統芸能デザイン研究室 ☎882-5090

うみそら上映会 in 若狭海浜公園

「海と空が映画館」をテーマに野外上映会を開催しています。夏の間は毎

月第3金曜日の夜をお楽しみにお散歩がてら気軽にお立ち寄りください。
日9月15日(金)19時~20時※18時30分より開場 場若狭海浜公園(雨天時:若狭公民館ホール) 費無料
問那覇市若狭公民館 ☎917-3446

第18回 やる気・元気 旗頭フェスタ in なは開催!



市内小中学校の児童生徒たちが学校や地域の方々の元で一生懸命練習してきた勇壮な旗頭の演舞を披露します。
日10月1日(日)10時から13時
場沖縄セルラースタジアム那覇 費入場無料 問生涯学習課 ☎917-3509

各項目の詳細をQRコードより確認できます

講座

「かみかみ講演会」を開催します

授乳期から離乳食開始までの「乳児の食べる機能の発達」について、歯科医師・歯科衛生士がお話します。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) ※お子さまの同伴は可能ですが、託児等は設けておりません。
場那覇市保健所3階 日9月19日(火)14時~15時30分 申9月1日13時受付開始。詳細は市HPで 問口腔保健支援センター ☎917-5066

「アフターコロナにおけるこころの健康づくり」ゲートキーパー養成研修会

コロナ禍により私たちのライフスタイルや人間関係が変化中、悩みをひとり抱えていますか?一人一人がこころの健康を学び、セルフケアや周囲への声掛けの仕方など、自殺予防について理解を深め、適切に対応できるようゲートキーパー養成研修会を行います。
日9月27日(水)14時~16時(受付13:30) 場那覇市保健所3階大会議室 対市民 定30名 費無料 申電話か、ウェブにて 問地域保健課(精神保健福祉相談室) ☎853-7973

親子ふれあい講座 親子星空教室

望遠鏡を組み立てて月を見てみよう! 季節で変わる星座をプラネタリウムで観察しよう!
対市内の小学4年生~6年生 定親子12組※多数の場合抽選 費300円 日10月14日、11月25日、12月16日、1月13日、2月3日(全5回)土曜の夕方から夜にかけて 場牧志駅前ほしぞら公民館 申9月11日(月)~9月22日(金)ウェブ、電話、窓口にて 問牧志駅前ほしぞら公民館 ☎917-3443

科学のびっくろ箱! なぜなにレクチャー「ホバークラフト」

トヨタ技術会の有志メンバーが講師を務める科学工作教室。水や陸の上を浮き上がって走るホバークラフトの仕組みはどうなっているのか実験を通じて体感しよう
日10月8日(日)10時~12時 場若狭公民館ホール 対市在住の小学4~6年生 定先着50名 費無料 申9月11日(月)から電話または公民館窓口にて。 問若狭公民館 ☎917-3446

講座名	おはなしボランティア養成講座(中級)	いきいき百歳体操リーダー養成講座	令和5年度 第2回 生活支援サポーター養成講座	生活支援訪問型サービス 従事者養成研修
内容	読み聞かせボランティア養成講座のステップアップ講座(全5回)	いきいき百歳体操の効果と実施方法、体力測定の方法等を学び、地域で本体操を普及するリーダーを養成します(全5回)	高齢者のちょっとした日常の困り事をお手伝いする。身近な地域ボランティアの養成講座です。《生活支援サポーターの活動内容》ゴミ出し、簡単な清掃、買い物代行など、週1回30分程度の活動。活動手当1回300円~500円。	ヘルパー資格を必要としない、「那覇市生活支援訪問型サービス」に従事する人や働きたい人の養成研修です。(全3回) ※就労を確約するものではありません。
対象	市在住または在勤・在学で、小学校等でおはなしボランティアとして活動している方かこれからボランティア参加を希望する方で全5回受講できる方	①運動制限のない20歳以上の那覇市民 ②講座の目的を理解し、受講後地域で本体操の普及およびボランティア活動できる方	市内で活動ができる18歳以上の方	18歳以上の生活支援訪問型サービスに従事予定で、全日程受講できる方
日時	9月20日、9月27日、10月4日、10月11日、10月18日 毎週水曜10時~12時	10月17日、24日、31日、11月7日、14日 毎週火曜14時~16時	9月29日(金) 10時~12時	10月24日(火)・25日(水)・26日(木) 9時半~17時
場所	中央公民館ホール	沖縄セルラースタジアム会議室	沖縄県立美術館 講座室	
定員	先着20人	先着15人	15名	
費用	無料			
申込み	9月6日(水)から電話、WEB、中央図書館カウンターにて受付	9月7日(木)~9月22日(金) 電話にて	9月25日(月)まで	10月16日(月)まで
お問合せ	中央図書館 ☎917-3449	ちゃーがんじゅう ☎862-9010(内2425)	那覇市社会福祉協議会 ☎857-7766	地域福祉課

講座名	【市民の学習・交流講座】 パソコンを活用しよう~ワード・エクセル	第5回 セルラースタジアム ムーンライトヨガ	あなたも気軽に始められる! 「市民ウォーキング講座」	市民講座 レッジャムダンス	楽しもう! 空手とニュースポーツ (ターゲットゲーム/ドッチビー/カーリコン)	無料スマホ教室 (総務省デジタル活用支援推進事業)
内容	最低限必要とされるパソコンの基礎知識やワード・エクセル(楽文内書作成、四則計算、表・グラフ作成)の基礎を学びます。 講師:宮里弥杉(シムネットワーク代表)	毎年大好評のムーンライトヨガ。今年も開催します! スタジアムの夜風と芝生の感触を感じながら、心身ともにリフレッシュしましょう。	いつでもどこでも、気軽に始められる「ウォーキング」。あらためて正しい歩き方や正しい姿勢で歩くことを学び、からだの健康のみならず、こころの健康に役立つことを体感しましょう。	DISCO音楽に合わせてエアロビクスとヒップホップを組み合わせたダンスを健康的に楽しく踊りましょう 講師:崎原希美(ダンスフィットネスインストラクター)	空手もニュースポーツも初めての方大歓迎! 年齢に関係なく体験して頂けるよう配慮します。一回だけの参加も可能です!(全4回)	ソフトバンク・NTTドコモ・沖縄セルラー(au)の各携帯電話ショップでスマホ教室が開催されます。申込みや問い合わせは下記店舗へ
対象	市内在住・在勤・在学の18歳以上の方	18歳以上(高校生、医師から運動を止められている方、妊婦は除く)	市在住・在勤・在学の医師などから運動制限を受けていない方 持ち物:タオル・飲み物など	那覇市在住または在勤・在学の方	市在住、在勤または在学で運動制限を受けていない方(小学生以上は子供だけの参加も可能)各自でタオル、飲料水をご用意下さい。	どなたでも ※費用はかかりません
日時	9月12日(火) 午後7時~午後9時30分	9/29(金) 午後7時30分~午後8時45分	10月3日、10、17、24日 毎週火曜19:00~21:00	10月7日(土) 午後2時~午後4時	10月7日、14日、21日、28日 毎週土曜10時~11時30分	
場所	まーいまいNaha会議室	沖縄セルラースタジアム 那覇	那覇市中央公民館ホール、神原小学校地域連携室	石嶺公民館	牧志駅前ほしぞら公民館 第1学習室	NTTドコモ ・おもろまち店 ☎0120-207-332 ・小祿店 ☎0120-784-069
定員	先着10名	先着80名	20名 多数の場合抽選	先着20人	先着10名	沖縄セルラー(au) ・小祿駅前店 ☎0800-777-4011
費用	無料	1,500円	300円(保険料ほか)	保険料50円	一回100円(保険料)	
申込み	9月4日(月)~ 電話、窓口、FAX、ウェブにて	9/3(日)10時~20時 窓口または電話にて	9月4日(月)~9月22日(金) 電話、ウェブ、窓口にて	9月4日(月)~ 電話または来館にて	予約不要 当日9時45分から受付します。	
お問合せ	まーいまいNaha ☎917-3314 Fax 836-3355	沖縄セルラースタジアム那覇 ☎857-0889	中央公民館 ☎917-3442	石嶺公民館 ☎917-3447	市民スポーツ課 ☎917-3504	

シニア向け

講座名	男性のための筋力アップ教室	高齢者学級 「はじめて触るスマホ体験講座」	あなたのチャレンジを応援!! シニアのための「スマートフォン体験」講座~入門編~	シニア スマホ入門
内容	筋力低下の予防、体力維持のためにマシン運動などを行い、筋力アップを目指します。	スマホに触ったことがない方のために、スマホの楽しさと便利さを体験します。 ※スマホは貸出用を使用します	【座学編】ガラケーとスマホの違い、スマホの特長等 【実機体験編】地図・カメラ撮影と写真・LINE(ライン)・音声アシスタントほか、本市の電子システム(市のSNS、電子図書館等)の紹介※参加者自身のスマホは使用せず、貸出機を使用します。 ①②とも同様の内容です。	①「スマホの基本操作!」 ②「写真・地図・LINEの使い方!」 <講座の対応機種> ・iphone 8名 ・Android 8名 かんたんスマホは除く
対象	那覇市在住65歳以上の男性の方、運動制限の指示を受けていない方、自身で会場まで来られる方 ※過去に参加された方は応募不可です。	市内在住・在勤で60歳以上の方	市内在住・在勤の60歳以上の人 受講は①②どちらか1回です	市在住・在学・在勤の60歳以上で、スマートフォンを持っている方
日時	10月教室(10/11、18、25、11/1)毎週水曜 10時~12時	11月教室(11/15、22、29、12/6)毎週水曜 10時~12時	9月20日(水)または27日(水) (どちらか1回)各10時~12時	①9/19(火)9時~12時 ②9/26(火)9時~12時 全2回
場所	那覇市奥武山トレーニング室	石嶺公民館	牧志駅前ほしぞら公民館 パソコン室	小祿南公民館 視聴覚室 (那覇市高良2-7-1)
定員	各教室15人 多数の場合抽選	各回先着20名	各回20人 多数の場合抽選	16名 多数の場合抽選
費用	無料	無料	無料	
申込み	9/12(火)必着。①氏名(ふりがな)②生年月日③住所④電話番号⑤希望教室(両方希望も可)を明記しハガキで申込み。 【宛先】〒900-8585 ちゃーがんじゅう課筋力アップ教室行	9月4日(月)から。 電話または石嶺公民館へ来館	9月5日(火)~9月11日(月) 窓口、TEL(平日:9時~17時)、ウェブにて	9月10日(日)まで。 電話、公民館窓口、ウェブにて
お問合せ	ちゃーがんじゅう課 包括支援グループ ☎862-9010(内線2424,2425)	石嶺公民館 ☎917-3447	牧志駅前ほしぞら公民館 ☎917-3443	小祿南公民館 ☎917-3444

情報パック



日 日 時 期 期 間 場 場 所 内 内 容 対 対 象 定 定 員 費 費 用 申 申 込 込 み 問 問 合 合 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

各項目の詳細をQRコードより確認できます

お知らせ



虎瀬公園は虎頭(とらじ)公園になりました

地域より、虎瀬公園のある場所は古くから虎頭山と呼ばれており、その名を冠した「虎頭公園」への名称変更要望を受け、意見を募集したところ、賛成意見が多数を占めていたため、8月1日から公園の名称を虎頭公園に変更しました。

問 公園管理課 ☎ 951-3239

令和5年度那覇市民意識調査へご協力ください

市民の皆様の日常生活に関する意識と市政運営に対する評価を把握・分析し今後の市政運営に反映させるため、隔年で市民意識調査を実施しています。調査票(アンケート用紙)が届いた方は、回答のご協力をお願いします。対 無作為抽出された18歳以上の市民5,000人

問 企画調整課 ☎ 862-9937

屋外広告物適正化旬間について

9月1日から9月10日は屋外広告物適正化旬間です。美しい景観を守るため屋外広告物のルールを守り、魅力あるまちづくりを進めましょう。屋外に表示されているポスター、立看板、のぼり、広告板、屋上広告、壁面広告といった屋外広告物の設置には、その多くに許可手続きが必要です。地域によって表示できる広告物の大きさや高さ

に基準があります。

問 都市計画課 ☎ 951-3246

こころの健康づくりパネル展

9月10日～9月16日の自殺予防週間にあわせてパネル展を開催します。あなたや身近な人のこころの健康について、関心を寄せてはいかがでしょうか。

場 本庁舎 1階

日 9月11日(月)～9月15日(金)

問 地域保健課 ☎ 853-7962

結核予防週間について

9月24日～9月30日は結核予防週間です。期間中、パネル展示と街頭キャンペーンを行います。咳などの症状が長引く場合は早期受診を!

■ パネル展示

場 那覇市保健所 1階ロビー

期 9月25日(月)～9月29日(金)

■ 街頭キャンペーン 場 県民広場

日 9月25日(月) 17時～17時40分

問 保健総務課 ☎ 853-7972

健康づくり推進員企画の健康講話～血管年齢と生活習慣病～

講師 那覇市医師会生活習慣検診センター 所長 崎原永辰医師 内 講話と血管年齢測定※当日受付のみ。先着50名 場 那覇市保健所3階大会議室 日 9月20日(水) 14時～16時。13時30分より受付。公共交通機関でお越しください。問 地域保健課 ☎ 853-7962

マイナポイントの申込みはお済みですか

マイナポイント申込期限は9月末まで。ご自身のスマートフォンや市役所窓口で申込みができます。詳しくはHPで 問 市役所内マイナポイント支援窓口 ☎ 917-0416

令和6年度 小学校入学準備金支給について

新入学用品購入等の経済的負担を軽減するため入学準備金を支給します。支給額 対象児童一人につき54,060円 支給対象 市在住で、令和6年度に市立小学校へ入学を予定している児童の保護者でいずれかに該当する世帯 ① 市民税非課税世帯 ② 令和4年4月1日以降に生活保護が停止又は廃止になった世帯 ③ 生活保護を受けている家庭に準ずる程度に、生活が困窮していると認められる世帯など 申請方法 申請書に必要書類を添付の上、学務課窓口

に保護者が直接提出

申請期間 9月1日(金)～9月29日(金)

世帯の所得を審査し、支給の可否通知を12月に郵送します。詳細は市HPで 問 学務課 ☎ 917-3505

学校給食費支援事業について

物価が高騰している現状を踏まえ、子育て世帯の負担軽減を図るために令和5年9月から令和6年3月まで、学校給食費の全額を市が支援します(申請不要) 対 那覇市立小中学校の児童生徒の保護者

問 学校給食課 ☎ 917-3507

令和6年度新入学 学校隣接校選択制情報冊子の公開について

学校隣接校選択制は、住所地によって定められた指定校の隣接校へ、受入れ人数枠内で入学できる制度です。10月上旬に、新1年生の保護者へ学校隣接校選択制希望申請票を送付します。隣接校一覧、学校紹介、定員枠などが記載された冊子は本庁舎11階の学務課、1F総合窓口などで閲覧できます。詳細は市HPで 対 令和6年度に市立小中学校へ入学予定の新1年生 問 学務課 ☎ 917-3505

子ども医療費助成金支給申請(償還払い)について

子ども医療費助成制度では、償還払いの申請手続きについて、オンライン申請の導入に向けて、9月より実証実験を開始します。詳細は市HPで。

問 子育て応援課 ☎ 861-6951

令和5年度 ハイサイ歯科健診について

後期高齢者医療広域連合では、ハイサイ歯科健診を実施しています。受診券が届いた方は、記載された歯科医院に電話予約のうえ受診ください。期 令和5年9月1日から令和6年1月31日まで 対 令和5年4月1日時点で75歳から79歳の被保険者(ただし、要介護1から5の方、介護施設等に入所中の方、長期入院者を除きます) 費 無料(受診期間内1回限り) 問 沖縄県後期高齢者医療広域連合事業課 ☎ 963-8013

9月の乳幼児健診について

9月の乳幼児健診について

乳児後期健診、1歳6か月児健診、2歳児歯科健診、3歳児健診を予約制の集団健診で実施しています。各自で予約し受診してください。※乳児前期健診は、契約医療機関での個別健診です。いずれも対象のお子さんには通知を送付済みです。詳細は市HPで 場 ともかぜ振興会館(金城3-5-3) 問 地域保健課 ☎ 853-7962

夜間中学で学びたい、もしくは興味がある方へご協力ください

夜間中学のニーズ調査を目的に直接お話を伺いたいと考えています。学校教育課までご連絡ください。対 市在住で、夜間中学で学びたい人や興味がある人 期 9月1日から10月31日まで 問 学校教育課 ☎ 917-3506

給付金の申請期限は10月31日(必着)です

電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金について、対象者へ確認書を送付しました。要件に該当するが、お知らせなどが届いていない場合は、お問い合わせください。

問 コールセンター ☎ 0120-031-350

特定健診は毎年受けましょう!

【まちかど健診】※定員に限りあり			
実施日時	会場	検査	申込方法
10月30日(月) 午後	市役所本庁舎	特定健診 大腸がん 乳がん	【ウェブ(左上QR)】 【電話】 どちらも 随時受付
11月13日(月) 午後		特定健診 大腸がん 肺がん	
対 20～74歳の国保加入者 問 健康増進課 ☎ 853-7961			

【集団健診】※定員に限りあり			
実施日時	会場	検査	申込方法
11月26日(日) 午前	市役所本庁舎	特定健診 大腸がん 肺がん 胃がん 子宮がん 乳がん	【ウェブ(左上QR)】 9月22日(金)～10月16日(月) 【電話】 10月23日(月)～10月25日(水)
対 国保・後期高齢・生保・社保扶養の方 問 健康づくり財団 8時30分～16時 ☎ 889-6452(申込み専用) ☎ 889-6474(他)			

公共交通事業者を応援します

アフターコロナにおける公共交通サービスの継続を支援するため、地域公共交通の事業者に応援金を給付します 対象事業者および対象車両 路線バス(1台あたり5万円)市内を運行している路線バス事業者、または市外線のうち市内で乗降のある路線バス事業者で、その運行に使用する車両 タクシー(1台あたり3万円)市内に本社又は営業所がある法人タクシー事業者(介護タクシー・ハイヤー事業

者含む)および市内に営業所がある個人タクシー事業者(介護タクシー事業者含む)で、その運行に使用する車両 申請期間 10月16日(月)消印有効 申請方法 特定記録郵便またはレターパックでの郵送。詳しくは、市HPで 問 都市計画課 ☎ 951-3246

浄化槽の適正な維持管理を!!

法定検査を1年以上未受検の管理者へ順次通知を発送します。[管理者の3大義務(業務の依頼先)] ①年3回以上の保守点検(県登録業者) ②年1回以上の清掃(市の許可業者) ③年1回の法定検査(沖縄県環境整備協会) 問 環境保全課 ☎ 917-3229

那覇市自営業者傷病手当金について

那覇市国民健康保険の加入者で、令和4年4月1日から令和5年5月7日の間に新型コロナウイルス感染症に感染し4日以上療養した事業所得(自営業・フリーランス・個人事業主など)の方に傷病手当金を支給しています。期 令和6年2月29日まで。詳細は市HPで 問 国民健康保険課 ☎ 862-4262

住宅・土地統計調査へご協力ください

令和5年10月1日を調査基準日として、全国一斉に実施される本調査は、国や地方公共団体の「住生活基本計画」の成果指標の設定、耐震や防災を中心とした都市計画の策定、空き家対策条例の制定などに幅広く利用されます。調査員が訪問した際には、調査へのご協力をお願いします。調査員は、「調査員証」を携帯しています。本調査を装った不審な訪問者や、電話・電子メールなどにご注意ください。 問 企画調整課 ☎ 951-3223

ひとり親家庭対象! 進学費用等の相談はお早めに

生活や進学に必要な資金の貸付を行っています。各貸付には要件があり、返済が必要です。詳細は市HPで。 問 子育て応援課 ☎ 861-6951

MR1期・2期予防接種のお知らせ

MRワクチンで麻しん(はしか)と風しん(三日はしか)の両方を予防できます。2回接種により、十分な抗体を得られます。必ず接種を完了させましょう。期 1期=2歳誕生日を迎える前日まで、2期=令和6年3月末日まで 費 無料 問 健康増進課 ☎ 853-7961

世界遺産解説会

世界遺産である識名園や玉陵について管理指導員やボランティアガイドが解説します。日 9月17日(日) 場 識名園は午前9時～10時、玉陵は午前11時～12時。券売所前に5分前までに集合 費 無料 問 文化財課 ☎ 917-3501

那覇文化芸術劇場なはーと Information

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)
開館、祝日が重なった場合は翌日休館、年末年始(12/29～1/3)



情報は7月1日現在のものです。
※催事内容など変更になる場合がございます。

日時	ジャンル	タイトル	会場	料金
9月3日(日)まで開催中 11時～19時(休館日除く)	展示	志喜屋徹展「BASE OF PEACE」	小スタジオ ロビー 展示室	無料
9月2日(土)開演19時 9月3日(日)開演14時	パフォーマンス	パラ色ダンス 純粋性愛批判	小劇場	一般 …3,000円 24歳以下 …1,500円 ※全席自由、障がい者割引20%、当日は500円増 中学生以下入場不可
9月10日(日)開演16時	クラシック	琉球交響楽団 第46回定期演奏会 琉球交響楽団(平日10時～17時) ☎090-9783-7645 ✉ryukyu.sym@gmail.com	大劇場	一般 …4,000円 学生(大学生以下) …1,500円 ※全席指定、障がい者割引20%、当日は500円増、未就学児入場不可
9月15日(金)開演14時/開演19時 9月16日(土)開演13時/開演17時	ダンス	Co.山田うん「In C」 (問)Co.山田うん ✉info@unyamada-co.com	小劇場	一般 …3,000円 25歳以下 …2,000円 中学生以下 …1,000円 ※全席自由、未就学児入場不可
9月24日(日)開演14時	歌舞伎	令和五年度(公社)全国公立文化施設協会主催 西コース 松竹大歌舞伎「土屋主税」『汐汲』	大劇場	一般 SS席 …7,000円 S席 …5,000円 A席 …3,000円 24歳以下 全席半額 ※全席指定、障がい者割引20% 当日は500円増

※上記催事を含む情報については、なはーとホームページ(上記QRコード)で更新中。

ピックアップイベント

なはーとダイアログ2023-24

『みんなのための劇場とは?』

—文化施設におけるバリアフリーの現在地、そして未来—

なはーとは、元・久茂地小学校という立地の歴史をふまえ、劇場が市民の対話と学び合いの場となるよう「なはーとダイアログ」事業を継続中です。今回は公立文化施設のバリアフリー(ソフト面)をテーマに識者と意見交換します。※手話通訳有



日 9月18日(月・祝)14時開始

場 小スタジオ 費 無料

申 なはーとインフォメーションカウンター*10時～19時(休館日除く)

木ノ下歌舞伎『勸進帳』 沖縄初上陸!

義経一行の関所越えを描いた忠義の物語「勸進帳」を現代演劇として再構築した快作です。本公演は聞こえない、聞こえづらいお客様のために鑑賞サポートがあります。



日 9月29日(金)、30日(土)19時開演

*アフタートーク有

10月1日(日)14時開演

*字幕機の貸出有(詳細はHPIにて)

場 大劇場(特設客席)

費 (全席自由)一般 3,000円 / 24歳以下 2,000円 / 18歳以下 1,000円 / 障がい者割引20% ※当日券は500円増 / 未就学児入場不可

予告イベント

出会いシリーズ① 和田ながら × 新垣七奈『声』

20世紀を代表するフランスの作家、ジャン・コクトーによる、1930年に初演された一人芝居の戯曲『声』。いま注目の演出家・和田ながらと「演劇ユニット多々ら」として県内で活躍する若手演出家・新垣七奈が共に挑みます。



日 10月21日(土)19時開演 / 22日(日)14時開演 場 大スタジオ

費 (全席自由)一般 2,500円 / 24歳以下 1,500円 / 障がい者割引20% ※当日は500円増 / 未就学児入場不可

壺屋焼物博物館

博物館へ行ってみよう!

那覇市歴史博物館

学芸員と展示を見よう ～常設展ギャラリートーク～

毎月テーマに沿って、学芸員が常設展示の解説を行います。9月は「壺屋焼のかざり」と題し、壺屋焼の文様や技法のいろはについてご紹介します。ぜひこの機会に博物館にある色々な「壺屋焼」を見てみませんか?

日 9月17日(日) 午前10時(1時間程度) 場 常設展示室 費 常設展観覧料 申 不要

神原こども園 やちむん展

46人の園児たちが、壺屋焼作りに挑戦し、それぞれ個性豊かなお皿を作り上げました。世界に一つしかない子どもたちの力作をお披露目します。ぜひご観覧ください。

日 9月13日(水)～24日(日) 場 3階企画展示室

費 無料 主催 神原こども園



展示作品(お皿)



展示会ポスター

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

特別展「王家の宝剣」

特別展では国宝「王家の宝剣」三振を展示しています。展示中の刀剣一つ目は千代金丸(ちよがねまる)です。元々は今帰仁グスクを居城とする山北王攀安知(はんあんち)が所有していました。しかし、尚巴志によって今帰仁グスクが攻略された際、攀安知は千代金丸で自害してしまい、後にこの刀剣は首里王府に献上されたと伝わります。琉球王国時代から「王府第一宝剣」と評される名刀です。二つ目は冶金丸(じがねまる)です。16世紀に宮古島の仲宗根玄雅が武太川で光り輝く冶金丸を拾い、首里の尚真王に献上したとされます。最後は北谷菜切(チャタンナーチリー)です。北谷菜切を振り下ろしたところ、刃が触れてもいないのに人が死んでしまったという恐ろしい逸話を持つ妖刀です。三振同時公開は5年ぶり、で、「王家の宝剣」が一挙に観覧できるまたとない機会となります。琉球の名刀をぜひお楽しみください。



期 10月30日(月)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 観覧料▶一般350円(大学生以下無料)
☎869-5266 FAX 869-5267

那覇市立図書館

なぼんちゃんブックトーク

はいたい!「なぼんちゃん」です。
今年の9月18日は、「しまくとぅばの日」と「敬老の日」です。それにちなみ、今月は、沖縄のわらべうたの本と、お年寄りの気持ちが分かる本を紹介します。敬老の日には、一緒にわらべうたを歌うのもいいですね。

『絵本 沖縄のわらべうた』
儀間比呂志 / 著 沖縄タイムス社 / 発行
子どもたちの生活や遊びの中から生まれた沖縄のわらべうたを紹介している1冊です。すべてに日本語訳と英語訳としまくとぅばのローマ字表記と楽譜が付いているので、歌詞の意味や発音もよく分かります。味わい深い儀間比呂志さんの絵とともに楽しみください。

『少しだけおかわりと言ったのに』
前田 理容 / 著 パレード 星雲社 / 共同発行
思わずクスツとなったり、心がフツと軽くなる自由律俳句282句とともに、ちょうど良い長さのショートエッセイ23編も収録されています。川柳の入選作60句には、秀逸な句がたくさんあります。一度お手に取ってみてはいかがでしょうか。

(担当:石嶺図書館)

問 中央図書館 ☎917-3449

ベジ家と学ぶ健康ライフ

～その表示、見逃してませんか?～

はい菜! みなさんは食品を購入するとき栄養成分表示をみていますか? 栄養成分表示は、商品に「どんな栄養素がどのくらい含まれているか」を知ることができます。表示の見方が分かると、食品の選択肢が広がりますよ～

栄養成分表示を活用しよう!

例えば高血圧治療中の方が、かかりつけ医より「塩分は1日6g以内」と言われた場合、右記の商品では、1食で4.5gの塩分を摂取することになります。成分量によって食べる量を減らしたり、食塩相当量の少ない商品に変更するなど自分にあった選択をすることができます。

栄養成分表示 1個(100g)あたり	
エネルギー	817kcal
たんぱく質	28.6g
脂質	31.2g
炭水化物	109.8g
食塩相当量	4.5g

★毎月2店舗ずつ紹介していきます★

「食の環境づくり事業」店舗紹介

レストラン首里社
場 首里金城町1-2(首里城公園内)
☎098-886-2020
営 10時～17時 (L.O.16時30分)
休 なし

キッチンリュウグウ
場 鏡原町3-7
キヨハラスポーツビル101
☎070-6449-4448
営 18時～24時
休 月・火・その他あり

食の健康づくり応援団 またはなはベジ協力店で使える

店舗共通 クーポン 9月号

クーポンが使用できる店舗一覧はこちら

有効期限:令和5年9月末日

問 健康増進課 ☎853-7961

パレット市民劇場 869-4880 (パレットくもじ9F)

Table with columns: 日時, タイトル, 開演, 入場料. Includes events like '沖縄芝居研究会 秋の公演' and 'ENTERTAINMENT FESTIVAL 2023 IN OKINAWA'.

那覇市ぶんかテンプス館 868-7810

Table with columns: 日時, イベント内容, 入場料. Includes '木曜芸能公演' and '木曜芸能公演・自主企画公演 以外の催物'.

那覇市民ギャラリー 867-7663 (パレットくもじ6F)

Table with columns: 日時, タイトル, 場所, 内容(入場無料). Lists art exhibitions such as 'メッシュサポート15周年 NFTチャリティーアート展'.

なは市民活動支援センター 861-5024

Table with columns: 日時, タイトル, 講師, 申込期限. Lists activities like '資金調達講座' and '法人格選択講座'.

なは女性センター 951-3203

Table with columns: 日時, タイトル, 講師, 定員. Lists seminars like '「ハンセン病と女性」' and 'フェムテックと女性の健康'.

森の家みんな 882-3195

Table with columns: 日時, タイトル, 内容, 定員/費用. Lists activities like '空と森のおさんぽ' and 'みどりのトカゲのみわけかた'.

なはし創業・就職サポートセンター 988-3163

Table with columns: 日時, タイトル, 内容. Lists support services like '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'.



るな 上原 瑠称 ちゃん
令和4年9月(真地在住)



りゅう 仲宗根 琉 ちゃん
令和4年9月(泊在住)



ゆいと 木村 結翔 ちゃん
令和4年8月(与儀在住)



はる 新垣 芭琉 ちゃん
令和4年9月(壺屋在住)



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



すくすく元気に! なはDE子育て

ら・ら・ら ステーション

子育てについて「不安なこと」や「知りたい情報」などありませんか? ら・ら・らステーションでは、就学前までの子育てに関する相談に保育士が対応します。電話や窓口、LINEでの相談も行っていますので、お気軽にご相談ください。

よくある質問

「子どもと一緒に遊べる施設はどこ?」
「出産後の上の子の預け先をどうしたら?」

相談対応日時

電話、窓口: 平日8時30分~17時
LINE: 24時間受付(返信は平日9時~16時のみ)

問 こどもみらい課ら・ら・らステーション
本庁舎3階48番窓口 ☎863-0777

LINE相談はこちらから▶



せりな 久高 星莉菜 ちゃん
令和4年9月(小禄在住)



まさき 仲島 正晃 ちゃん
令和4年9月(識名在住)



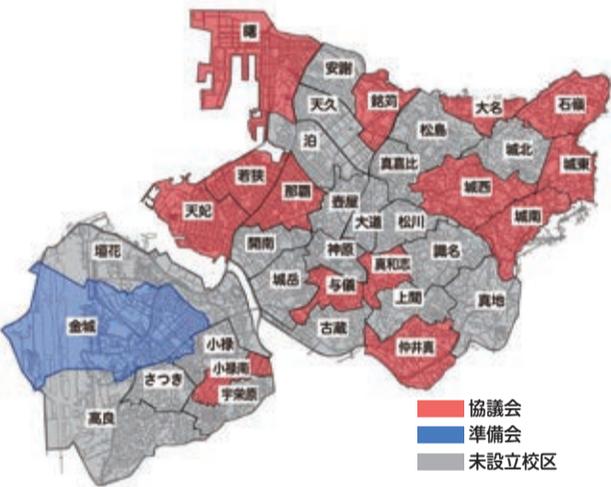
たいと 佐野 堆斗 ちゃん
令和4年8月(山下町在住)



たいせい 翁長 大晴 ちゃん
令和4年8月(繁多川在住)



りょうま 我謝 りょうま ちゃん
令和4年8月(古波蔵在住)



協議会未設立の校区でも立ち上げに向けた、ワークショップなどを開催しています。



高良小学校でのワークショップ

◆小学校区まちづくり協議会ってなに? 市では、市内各36小学校区を範囲とした協議会による地域運営を推進しています。令和5年8月現在、15の小学校区で協議会と準備会が結成され、地域に住む人、活動する団体、企業のみならず、地域の課題解決や繋がりのために活動しています。また、協議会未設立の校区でも立ち上げに向けた、ワークショップなどを開催しています。

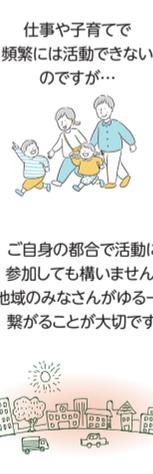
◆協働とは? 協働とは、「多様な主体が、同じ目的のために、互いの特性を活かし、補い合い、影響し合いながら、協力して取り組むこと」です。

◆協議会って必要なの? 那覇市は都市化が進み、地域のコミュニティを担っていた自治会の加入率も令和5年8月現在、14.9%と年々下がり、自治会の無い地域も多数存在します。地域のコミュニティが希薄になると、災害時や防犯面など地域で助け合う体制が取れず、被害が大きくなるのが考えられます。そのような点からも既存の自治会と協議会が互いの特性を活かしながら協力していく必要があります。

協働によるまちづくり編
那覇市の今をCheck it out!

◆地域づくりはひとりの「思い」から 地域の魅力や課題に気づいた一人ひとりが「地域の魅力を高めたい」「地域をもっと暮らしやすくしたい」「困りごとをほっとけたい」などの思いで行動し、それが地域づくりにつながります。地域のくらしは地域に関わるみんなで作られるものです。

◆協議会には誰でも参加できるの? 協議会は、その校区に住む人、活動する人みなさんがメンバーです。



仕事や子育てで頻繁には活動できないのですが...
ご自身の都合で活動に参加しても構いません。地域のみならず、ゆるく繋がるのが大切です!



問 まちづくり協働推進課 ☎861-3846

弁護士による相続無料法律相談会

遺言 家族信託 相続手続き 遺産分割 遺留分

9月9日(土)・9月16日(土)・9月30日(土)

開催場所 弁護士法人 琉球法律事務所 沖縄県那覇市牧志2丁目16番46号 タカランションマキシー1 201号室

開催時間 10時~16時30分

主催 弁護士法人 琉球法律事務所

代表弁護士 久保 以明 (29685) 沖縄弁護士会所属

無料法律相談会のご予約は ☎0120-927-122 受付時間 平日 9時~17時30分