

各項目の詳細を二次元コードより確認できます



認知症サポーター養成講座

認知症を正しく理解し、認知症の人と家族を応援する認知症サポーターになりましょう。日11月29日(金)14時～16時(受付13時半)場市役所本庁舎1階市民会議室対市内在住・在勤・在学の18歳以上 定20人費無料申11月1日(金)～11月22日(金)電話・ウェブにて

問 ちゃーがんじゅう課 ☎862-9010

認知症市民講演会

認知症に関する正しい知識を専門科医の先生がわかりやすく講話します。日11月27日(水)14時～16時場沖縄県立博物館3階講堂対市内在住・在勤の人 定先着200人費無料

問 ちゃーがんじゅう課 ☎862-9010

介護予防講演会

高齢期を自分らしくいきいきと過ごすために、介護予防について医療の専門職がくわしく・わかりやすく講話します。日11月20日(水)14時～16時場沖縄県立博物館3階講堂対市内在住・在勤の人 定先着200人費無料

問 ちゃーがんじゅう課 ☎862-9010

冬に向けての腸活・葉膳・発酵パワー

腸活や葉膳、発酵など漢方の知識を学び健康な体作りを目指します。日12月7日(土)10時～13時 場市保健所対市在住、在勤、在学の18歳以上の人 定20人 申込多数は抽選費3,000円(材料費など)申11月1日(金)～8日(金)電話・窓口・ウェブにて

問 中央公民館 ☎917-3442(平日9時～17時)

ギターでうたごえ

ギターの音色に合わせ、懐かしい歌をみんなで歌います。みんなで歌って「ごっくん筋」を鍛えましょう♪日11月19日、26日、12月3日10時～12時全3回各火曜場中央公民館ホール対市内在住・在勤の60歳以上の人 定20人費保険料200円申11月1日(金)～11月11日(月)電話・窓口・ウェブにて

問 中央公民館 ☎917-3442

リトミック&クリスマスコンサート

親子で音脳Englishリトミックの体験。ピアノとフルートの演奏を親子で聴きます。日12月11日(水)10時～12時 場中央公民館ホール対市内在住・在勤で小学校入学前の子を持つ保護者と

その子ども。リトミックは首すわりから1歳まで定30組(リトミック&コンサート15組、コンサート15組)費1家族100円(保険料)申11月1日(金)～22日(金)電話・窓口・ウェブにて 問中央公民館 ☎917-3442

ニュースポーツ体験♪

ドッチビー、ピロポロ、ラダーゲッターなど、誰でもできるニュースポーツで楽しく体を動かそう!日11月23日(土)、24日(日)14時～16時場天久小学校体育館(駐車場なし)対運動制限を受けていない方(未就学児は保護者同伴) 費100円(保険料)持ち物室内シューズ・飲み物・タオル

問 市民スポーツ課 ☎917-3504

Discoダンス&コンディショニングでリフレッシュ!

70～90年代の洋楽に合わせて楽しく踊れる有酸素運動と筋肉を緩め整えるセルフコンディショニングを学びます。日全2回①11月17日(日)10時～12時、②11月24日(日)9時半～11時半 場小祿南公民館対医師から運動制限を受けていない市内在住・在勤・在学の人 定20人費100円(保険料)申10月24日(木)～11月6日(水)電話・窓口・ウェブにて

問 小祿南公民館 ☎917-3444

「かぎやで風」を弾こう! 初級三線講座

日全2回①11月18日(月)②11月25日(月)14時～16時 場小祿南公民館視聴覚室対市内在住・在勤・在学の人 定8人(抽選)費無料申10月24日(木)～11月6日(水)電話・窓口・ウェブにて

問 小祿南公民館 ☎917-3444

シニアのためのチャレンジ講座

①11月20日健康ヨガ②11月27日ボイストレーニング③12月4日脳トレ④12月11日シニア英会話日全4回各水曜14時～16時 場小祿南公民館ホール対医師から運動制限を受けていない市内在住・在勤・在学の60歳以上の人 定15人(抽選)費100円(保険料ほか)申10月24日(木)～11月6日(水)電話・窓口・ウェブにて

問 小祿南公民館 ☎917-3444

南の島の南極教室2024

各地より集結した南極観測隊OBの皆さんのお話やクイズで南極について楽しく学ぼう!日12月8日(日)13時～15時 場若狭公民館ホール対市内在住・在勤・在学で南極に興味がある方 定50人費無料申11月1日～12月6

日電話にて 問若狭公民館 ☎917-3446

スマホデビューからもう一歩

スマホで電話・メール程度しか使用したことがないという方へ、貸出機を使用し、使えると便利な機能(LINEや防災アプリ)の体験学習を行います。日11月12日(火)10時～12時 場石嶺公民館対市内在住・在勤の60歳以上の人 定先着20人費無料申11月5日(火)～定員に達するまで。電話・来館にて

問 石嶺公民館 ☎917-3447

あなたの魅力を引き出す パーソナルカラー

あなたの肌や目、唇の色に合ったパーソナルカラーのグループ色を知ることによって自分自身の魅力を引き出し、日々の生活をより明るく、楽しむための学習です。日12月7日(土)10時～12時 場石嶺公民館対市内在住・在勤・在学の人 定15人費無料申11月5日(火)～定員に達するまで。ウェブにて

問 石嶺公民館 ☎917-3447

Bistrot 首里 2024

お酒に合う料理と一緒に作ってみませんか。素敵な味と人に出会えるかも?! 場第一牧志公設市場3階 調理実習室 日11月30日、12月21日、1月11日(各土曜13時～16時)全3回申10月29日(火)9時～11月17日(日)専用フォームから対市内在住・在勤・在学の20歳から39歳までの人で全3回参加出来る人 定12人(定員超えた場合は抽選)費5千円(材料費・保険)

問 首里公民館 ☎917-3445

かみかみ講演会

授乳期から離乳食後期までのこのもののお口の動きや発達についてわかりやすくお話しします。日11月21日(木)10時30分～12時(10時15分受付) 場市保健所3階大会議室 対妊婦、乳幼児をもつ保護者費無料 申11月1日(金)～20日(水)ウェブにて

問 那覇市口腔保健支援センター ☎917-5066

南米料理講座ーブラジル編

バラエティー豊かな食品を使ったブラジル料理と一緒に作ってみませんか。日11月16日(土)10時半～13時半 場繁多川公民館 調理室(駐車場なし)対興味のある方 定10人 費市民の会会員1000円、非会員2000円申11月6日(水)正午までにウェブにて

問 那覇市国際交流市民の会事務局 ☎861-5195

【市民向け】ひきこもり講演会

あなたの近くに、ひきこもりで悩んでいる方はいませんか? ひきこもりは誰にでも起こりえます。地域でできることを一緒に学び考えてみませんか。日11月14日(木)14時～16時(受付13時半) 場市保健所3階大会議室対市内在住・在勤の人 定先着30人 費無料申定員に達するまで。電話・ウェブにて

※詳細は市HPを参照。 問 地域保健課 ☎853-7973

那覇市生活支援訪問型サービス(訪問A)従事者養成研修

那覇市生活支援訪問型サービス(訪問A)に従事する人材の養成を目的に、訪問介護についての基本的知識を学びます。日12月18日(水)～20日(金)9時半～17時 場ともかぜ振興会館、那覇市総合福祉センター 定先着15人費無料申12月11日(水)17時

問 那覇市社会福祉協議会 ☎857-7766

サービス介助セミナー

高齢者・障がい者の疑似体験をとおり、その人にとって必要なコミュニケーション(対話)や対応の基本について学びます。日11月27日(水)14時～16時 場那覇文化芸術劇場なは一と対市内在住・在勤の人 定先着20人費無料申11月1日(金)～11月20日(水)※定員に達し次第終了。詳細は市HPより

問 福祉政策課 ☎862-9002

弁護士直伝!「トラブルを未然に防ぐための終活講座」

「もしも、の時のために」「終活って?」「生前に色々整理したい」興味がある方は参加してみませんか。※手話通訳希望者は申込時に連絡ください。

日11月27日(水)10時～12時 場市役所本庁舎対市内在住の60歳以上(昨年受講者は不可) 定先着50人費無料申11月5日(火)～11月20日(水)電話・FAX861-3769・ウェブにて

問 市民生活安全課 ☎862-9955

ビジネスプランを磨きあげよう!はじめての事業計画書作成セミナー

事業計画書の必要性と基本的な作成方法や外せないポイントをわかりやすく解説し、ワークショップを通して事業計画書を作成してもらいます。日11月7日(木)、12月5日(木)13時～16時 場那覇市IT創造館2階大会議室 費無料 定20人 申電話または市HPにて

問 なはし創業・就職サポートセンター ☎988-3163

広告

都道府県民共済グループ

沖縄県民共済

☎098(901)4333(代)

【営業時間】9:00～17:00 【定休日】土・日・祝日

共済取扱団体 沖縄県民共済生活協同組合 沖縄県認可 〒900-0015 那覇市久茂地2-8-1 JET那覇ビル7F

共済元受団体 全国生活協同組合連合会 厚生労働省認可 https://www.kyosai-cc.or.jp/

保障内容についてはホームページをご覧ください。



沖縄県民共済 検索

沖縄県でも大好評! 全国で2,100万件*が加入!

手厚い保障が魅力! 保障は県民共済

総合保障2型

お申し込みは 満18歳～満64歳の健康な方

月掛金2,000円で入院も死亡も保障!

手頃な掛金で充実した保障が備えられると評判の県民共済。「総合保障2型」は月掛金2,000円で入院にも死亡にも備えられる県民共済で1番人気の保障です。

*すべての共済事業の合計2,166万9,336件/2024年8月末現在



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 申込み 問 問合わせ
申込み表記のないものは申込み不要で、場所表記のないものは問い合わせ先が開催場所です。
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

各項目の詳細を二次元コードより確認できます

お知らせ



宝くじ社会貢献広報事業を活用し、自治会の備品・設備を整備しました

(一財)自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源に実施する「宝くじ社会貢献広報事業(コミュニティ助成事業)」による助成金を活用し、那覇市自治会長会連合会や首里崎山ハイツ自治会など10団体の活動に必要な設備・備品を整備しました。問まちづくり協働推進課 ☎861-3846



ハッピーアイランド特別番組

メッセージ募集 アンケート募集

FM Kinowa 87.3MHz

人生会議スペシャル

令和6年11月27日(水) 11:30~13:55
「人生会議」とは、もしもの時のためにご自身が望む医療やケアについて、身近な人と前もって話し合い共有することです。元気な今だからこそ命や将来と向き合い、目の前の暮らしについて、ラジオを通して掘り下げてみませんか。問ちゅういしーじー那覇(那覇市医師会) ☎860-5666

小児慢性特定疾病児童日常生活用具の給付

那覇市に住民登録のある在宅の小児慢性特定疾病児童(受給者証をお持ちの児童)に対し、疾病の内容および程度に応じ、ネブライザー(吸入器)、電気式たん吸引器、パルスオキシメーターなどの日常生活用具の給付をします。世帯の収入状況に応じ、費用の一部自己負担があります。詳しくは担当までお問い合わせください。

問障がい福祉課 ☎862-3275

那覇市障がい者運動会

日 11月17日(日)10時~15時 ※受付9時半~場開南小学校グラウンド(雨天中止)対市在住の障がいのある

方(身体・知的・精神)およびその家族
参加方法 案内ハガキやチラシ、もしくは所持している障害者手帳を持参し、来場してください。

問那覇市身体障害者福祉協会 ☎885-9444

ツルヒヨドリ防除にご協力ください

特定外来生物のツルヒヨドリは、繁殖力が旺盛で、他の植物や生態系へ影響を及ぼしています。外来種の防除対策は侵入初期の対応が重要です。身近な場所でツルヒヨドリらしき植物を見つけたら環境保全課までご連絡ください。※ツルヒヨドリの栽培、拡散は法律で禁じられています。

問環境保全課 ☎951-3229

那覇市物品購入等入札参加資格審査申請(追加申請)の受付

令和7年度の物品購入に係る入札参加資格審査申請を受け付けます。

申郵送のみ 11月15日(金)~11月29日(金)当日消印有効 ※申請書は市HPからダウンロード【11月1日(金)~29日(金)】問郵送先 法制契約課 物品契約グループ ☎951-3253

建設工事等に係る競争入札参加資格審査申請の受付

令和7・8年度に市が発注する「建設工事」[業務委託(建設コンサルタント等)]に係る競争入札参加資格審査申請を受け付けます。申郵送のみ(CD-Rを用いたデータ提出あり)【県内業者】12月2日(月)~17日(火)※必着【県外業者】12月17日(火)~24日(火)※必着 ※申請書および要領は市HPからダウンロード(11月初旬に掲載予定)

問郵送先 法制契約課 工事契約グループ ☎951-3253

那覇市庁舎等清掃・警備業務委託入札参加資格審査申請の受付

令和7・8年度の制限付一般競争入札参加に必要な資格審査申請を受け付けます。申郵送のみ 11月15日(金)~11月29日(金)当日消印有効 ※申請書は市HPからダウンロード【11月1日(金)~29日(金)】問郵送先 管財課 庁舎管理グループ ☎862-9904

水道施設工事等に係る競争入札参加資格取得申請の受付

令和7・8年度に上下水道局が発注する「水道施設工事」、「上下水道材料購

入」[漏水調査業務]に係る競争入札参加資格取得申請を受け付けます。

申郵送のみ(CD-Rを用いたデータ提出あり)【県内業者】12月2日(月)~17日(火)※必着【県外業者】12月17日(火)~24日(火)※必着 申請書・要領は局ホームページからダウンロード(11月中旬に掲載予定)

問郵送先 上下水道局 総務課 契約検査室 ☎941-7809

新型コロナワクチン予防接種

接種できる医療機関やワクチンの情報を市HPに掲載していますのでご確認ください。対65歳以上、または60~64歳で内部疾患による身体障がい者手帳1級をお持ちの方

期 10月1日~1月31日 問健康増進課 ☎853-7961

各項目の詳細を二次元コードより確認できます

募集

令和7年1月開講 沖縄県障がい者職業訓練生

コース名: パソコンビジネス科(知識・技能)対象可能な障がい者区分: 上肢・下肢(車椅子不可)、聴覚障がい(口話ができる方)、内部障がい、精神障がい、発達障がい、高次脳障がい、難病期 令和7年1月6日~3月31日 場旭町114-4おきでん那覇ビル3F申11月1日~11月25日 住所地の管轄ハローワークへ費テキスト代

問沖縄県立浦添職業能力開発校 ☎879-2560

各項目の詳細を二次元コードより確認できます

催し物

世界遺産解説会

識名園、玉陵について管理指導員及びボランティアガイドが解説します。日 11月17日(日)場 識名園9時~10時、玉陵11時~12時※5分前までに集合 問文化財課 ☎917-3501

琉球王朝祭り首里

日 11月3日(日)①古式行列12時50分~(首里城公園~鳥堀交差点)②祝賀パレード13時半~(池端三叉路~鳥堀交差点)③各町旗頭ガーエー18時~(首里中学校グラウンド) 問観光課 ☎862-3276

特選沖縄の伝統芸能

沖縄各地に伝わる伝統芸能などを一堂に集め舞台上で上演します。出演団体: 首里クレーナ、七福神、仲西の獅子舞、東風平の棒術、角皿スヌザラパーシイ 日 11月24日(日)18時~20時半場 国立劇場おきなわ(大劇場) 費無料(全席指定※要整理券) 問沖縄県文化協会 ☎867-4746/ 平日10時~16時

国場川水あしび

たのしく漫湖をきれいにしてみませんか。詳細は市HPで。日 11月16日(土)10時~12時半※悪天候の場合は12月14日(土)に順延。延期の判断は前日に市HPにて案内。場 漫湖水鳥・湿地センター申 当日9時半受付(団体での参加、観察会は事前申込み) 費無料 問環境保全課 ☎951-3229

琉球びんがた組合展 『布(ぬぬ)に藍(あい)をこめて』

着尺、帯、小物類の展示販売やびんがたと藍の染め体験のほか、うちくい(風呂敷)の限定商品の販売もあります。場 首里染織館 suikara 2階 日 11月15日(金)~17日(日)10時半~18時 費無料 問琉球びんがた事業協同組合 ☎894-3363

首里織展 首里風(すいかじ)~いまむかし~

組合員の作品・展示販売・新作かりゆしウェア、着尺、帯地、小物他・後継者育成事業終了生の作品展示・しおりの機織り体験コーナー 場 首里染織館 suikara 2階 日 11月22日(金)~25日(月)10時半~18時 費無料 問那覇伝統織物事業協同組合 ☎887-2746

エコドライブ体験会

エコドライブとは、燃料消費量やCO2排出量を減らす環境に優しい運転技術や心がけのことで、燃料代の節約だけでなく、安全運転にもつながります。ドライブシュミレーターでエコドライブ体験をしてみませんか。日 11月6日(水)~8日(金)10時~15時 場 市役所本庁舎1階売店側展示コーナー 対 運転免許所有者 所要時間 1人20分程度 費無料 問環境政策課 ☎951-3392

こどもの権利を考えるシンポジウム

「那覇市こどもの権利に関する条例」の制定に向けて、市内での機運を高めることを目的に開催します。日 11月20日(水) 開場 17時半、開演 18時 予定 場 那覇文化芸術劇場なはーと 小劇場 問こども政策課 ☎861-2110

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-ず 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営業日です	その2 売却後もそのまま住めます	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です
その5 住宅ローンが残っていても大丈夫です	その6 年齢や同居人の制約はありません	その7 固定資産税などが不要です	その8 相続対策になります

査定無料! お問い合わせはこちら



てるまさリース

TEL.098-943-4355

スマホ



那覇市泉崎1丁目12番15号

平日9:00~17:00(土曜日・日曜日・祝日・年末年始はお休み)