

の方 先着50人 3,500円
10月20日(木)~27日(木)に市民体育館窓口またはお電話で。

なほ女性センター
951-3203 951-3204
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」
「乳がん」について、そろそろ本気で考えてみませんか?~

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!
インターネットや携帯電話などによる架空・不当請求~

10月5日(水)14時~16時
【講師】宮城初枝(消費生活相談員)
ジェンダーイコリティ保育実践講座
第2回「乳幼児救急法」

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」

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)
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
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~

10月30日(日)10時~17時
【会場】新都心銘苅庁舎1階ビロティ

「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。

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】

10月30日(日)18時半~21時
【会場】首里農協ホール
【伝統芸能の宴】

10月30日(日) 【会場】首里城正殿下之御庭
【会場】首里文化祭実行委員会(098-866-5547)

(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)

10月16日(日)14時半開演
那覇市民会館
【公募による市民のみ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太勝助教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「ふれあいジャズフェスティバル」(入場無料)

10月9日(日)16時開演
那覇市民会館 (1)・(2)の文化振興課(098-855-5081 098-855-5089)



那覇市障害者美術展作品募集
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。【出品】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支所で配布) 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は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きの封筒に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
那覇市身体障害者福祉協会(098-885-9444 098-885-0420)

那覇市民ギャラリー
(パレットくもじ6階) 098-7-7663
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▼新象いちやりば兄弟展/絵画/第2展示室▼加島治 池原優子二人展 一光をテーマにして/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回うなは市民芸術展/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
098-862-3761 098-862-3762
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 國場一
10月11日(火)~23日(日)
3階企画展示室(無料)

ぶんかテンプス館
(てんぶす那覇4階)
098-868-7810 098-868-7820
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
10月1日(土)19時 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~
10月15日(土)~16日(日)19時

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」
10月22日(土)14時 無料

うまんちゅ混声合唱団定期演奏会
10月30日(日)18時半 無料

テンブスギャラリー 10月
デジタルデザイン展
9月30日(金)~10月2日(日)10時~18時 無料

御寮織へのお願い
10月6日(木)~8日(土)10時~20時 無料

2004年8月13日沖国大米軍ヘリ墜落事件 私の見た壁-1000の記憶-
10月10日(月)~15日(土)10時~20時 無料

第6回日本繊維物サミット
10月17日(月)~18日(火)、17日(11時~19時)、18日(10時~16時) 無料

いけばな池坊第21回琉球会いけばな展
10月28日(金)~30日(日)10時~19時

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~

10月20日(木)13時半~16時
パレット市民劇場(パレットくもじ9階)

①落語(落語家 はち好さん) ②講演「元気で長生き、PKKのコツ!」がん患者200人の富士登山に参加して~(日本笑い学会副会長・医師 昇

幹夫氏) 図学校教育課(098-832-4166 098-831-9048)

体力アップ教室の開催団体募集
全5回 19時~21時(※日程は調整)
入館は17時半まで/月曜休館
那覇市在住の40~59歳の市民団体 無料 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。
那覇市保健センター(098-858-1456 098-858-2992)

市民健康相談
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。
健康推進課(098-862-9016 098-862-4266) 【時間】9時半~12時※第4水曜は13時半~16時

Table with 2 columns: 開催日, 場所. Rows include 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
11月~12月の毎週1回①13時~15時半②15時半~17時半
那覇市ぶんかテンプス館3階
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) 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)

10月21日(金)までに障害福祉課(098-862-3275 098-862-0621)へ ※応募者多数の場合は抽選

(1)こころの健康相談(予約制)
毎月第2水曜日14時~16時
市保健センター(那覇西高校隣)

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
10月3日(月)~11月30日(木)
「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)の那覇市保健センター(098-858-1456 098-858-2992)

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参098-858-1456 市保健センター

大感謝セール ドカンと安く この機会にご注文服を!
★バレンチノ・イタリア製・国産 限定 30,000円均一
★美幸・英国製 限定 40,000円均一
★ウンガロ・ポロクラブ 限定 50,000円均一
★カノニコ・アンドレ キゲール 限定 60,000円均一
★在庫、一流品プレザー仕立て上り 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
098-862-0144