

# 情報パック

日 日時・期間      問 お問い合わせ      対 対象  
 場 会場・場所      申 お申し込み      期 期間  
 内 内容              費 費用              定 定員

講座・催し物などで特に記載のないものは誰でも参加可(申し込み不要)です。

地方独立行政法人 **那覇市立病院** ☎884-5111(代表)  
 ゆいレール：「市立病院前」下車  
 [24時間365日診療体制]

診療時間・受付場所		左記以外の時間【地下1階急病センター】										
月～金 8:45～17:00【1階総合受付】												
時間	内 科	小 児 科	外 科	整 形 外 科	脳 脊 髄 外 科	皮 膚 科	泌 尿 器 科	こ 耳 鼻 咽 科	眼 科	産 婦 人 科	歯 科	歯 口 外 科
月	●	●	●	●	●	●	●	●	▲	●	●	○
火	●	●	●	●	●	●	●	▲	●	●	●	○
水	●	●	●	▲	○	●	●	●	▲	●	●	○
木	●	●	●	●	●	●	●	▲	●	●	●	○
金	●	●	●	●	●	●	●	●	▲	●	●	○

※耳鼻いんこう科の月曜午後は第2・4週のみ診療  
 【●】:診療 【▲】:予約・紹介状のある方 【○】:紹介状のある方 【★】:予約のある方 【-】:休診

**なは女性センター** [利用時間] 月～金 9:00～21:00  
 土 9:00～17:00  
 [休 館 日] 日曜日・祝日・慰霊の日  
 ☎951-3203 FAX.951-3204

**男性の心とからだセミナー**  
**「解決志向アプローチ」をヒントに「男性更年期」を乗り切ろう!!**  
 講師：長田 清(精神科医・長田クリニック院長)  
 9月29日(土)14時～16時 那は女性センター第2学習室  
 30代～50代の男女 定員30人(先着順) 無料  
 ※一時保育、手話通訳を希望する方は9月25日(火)17時までに申し込みください。  
 本市では、毎年9月20日～26日を「男女平等週間」と設定し意識啓発に努めています。今年度は、「戦後50年 おきなわ女性のあゆみ 21世紀へのメッセージ」DVDの視聴会を行ないます。ぜひこの機会にご参加ください。  
 9月20日(木)～26日(水) \*日・祝日は除く【時間・場所】10時30分～11時(仮庁舎A棟・市民課前待合室)、12時15分～12時45分(銘苅庁舎・なは女性センター学習室)

**那覇市ぶんかテンプス館** ☎868-7810  
<http://tenbusu.jp>

日	催 物	開演	入場料
8(土)	落語寄席 in 沖縄 vol.2 風間杜夫 & きゃんひとみ	16時/19時	前売：一般 3,500円(当日500円増) 中高大 3,000円(当日も同額)
13(木)	木曜芸能公演 百花繚乱 劇団 隆清群	19時	大人：1,260円 中高：1,050円 小人：630円
18(火)	笑笑・メンソーレ寄席	14時/19時	前売：一般 2,000円 学生 1,000円(当日500円増)
20(木)	木曜芸能公演 百花繚乱 小浜郷友会「小浜島の十五夜遊び」	19時	大人：1,260円 中高：1,050円 小人：630円
27(木)	木曜芸能公演 百花繚乱 仲本政國&ハイブリットトロンボーン	19時	大人：1,260円 中高：1,050円 小人：630円
9/9(日)	いきいき健康あいらんどフェスタ		無 料
9/25(火)～30(日)	「琉球王国」と「宣教師ベッテルハイム」 その時代 写真資料展		無 料

※上記以外にも催物があります。詳しくはお問い合わせください。

## おしらせ

### 那覇市長選挙の立候補者説明会

平成24年11月11日(日)執行予定の那覇市長選挙の立候補者説明会を行います。  
 9月20日(木)13時半 場 新都心銘苅庁舎2階(IT会議室) 問 市選挙管理委員会 ☎951-32115

### 子ども手当(特別措置法)の申請

平成23年10月分～平成24年3月分の子ども手当特別措置法)を受け取るには、申請が必要で、申請がまだの方は、申請期間中に提出ください。  
 9月28日(金)まで 問 子育て応援課 ☎861-6951

### 特別障害者手当②障害児福祉手当制度

①心身に重度の障がいがあり、日常生活において常時特別の介護を要する20歳以上の在宅者(入院中および福祉施設入所者は対象外)②心身に重度の障がいがあり、日常生活において常時介護を要する20歳未満の在宅者または入院中の方(福祉施設入所者は対象外)【支給額】①月額2万6260円②月額1万4280円※①②とも、支給に関して所得制限などの要件があります。詳しくは担当課へお問い合わせください。  
 問 障がい福祉課 ☎862-3275

### 住宅用火災警報器の設置による成功事例

昨年9月那覇市壺屋で、コンロに火をつけたまま入浴し、煙が多量発生したものの、住宅用火災警報器が発報したため火事に

### 地域清掃月間中のゴミ収集

9月は地域清掃月間です。自治会などが、土・日に行った地域清掃活動から出されるごみを日曜日に収集します。ただし、ごみはきちんと分別して草や葉は袋に入れてしぼり、枝は1m以内に切って束ねてください。収集を希望する場合は受付が必要です。清掃実施予定日3日前の午前中までにご連絡ください。  
 問 クリーン推進課 ☎889-3567

### 事業主向け雇用相談事業巡回窓口

社会労務士による事業主向け巡回相談を開催いたします。  
 9月27日(木)10時～17時 場 銘苅庁舎2階(IT会議室) 問 新規雇用などに関する相談 対 事業主、創業予定者 費 無料 問 事業者向け雇用相談事業事務局 ☎941-2044 / 商工農水課 ☎951-3209

### 学校隣接校選択制の情報公開

平成25年度に市立小・中学校へ入学する新1年生を対象に「隣接校選択制」を実施します。これに伴い、隣接校一覧・学校紹介および定員枠などの情報を冊子にまとめ公開しています。なお、希望申請票については10月上旬頃に送付予定です。【閲覧用冊子設置場所】教育委員会学務課窓口・仮庁舎総合窓口・市立公民館・図書館・児童館・地域子育て支援センター・療育センター※市教育委員会学務課ホームページにも掲載。  
 問 教育委員会学務課 ☎891-3505

## 募集

### 市長へ手紙を出してみませんか

9月は「市長へ手紙を出す月間」です。市政への要望など市長へ手紙を出してみませんか。9月1日(土)～9月30日(日)①手紙またはハガキに「住所・氏名」を記入し、表に「市長へ手紙」と朱書きして郵送ください。②市ホームページの「インターネット相談窓口」の相談タイトル欄でタイトルに「市長への手紙」と記入し、住所・氏名を入力※回答は後日文書で「宛先」〒900-8585那覇市上之屋1-2-1「那覇市市民生活安全課 気付 那覇市長 翁長雄志」問 市民生活安全課 ☎862-9955

### 環境審議会委員の市民公募

市の環境計画や保全に関して市民のみなさまの意見を反映させるため、環境審議会委員を募集します。問 環境基本計画、廃棄物およびその他環境の保全と創造に関すること。の審議 定 2人以内 9月3日(月)～28日(金)履歴書(地域活動などの経歴も記入)「応募理由書(氏名・住所・電話番号、メールアドレス、簡潔にまとめた応募理由)」を担当課へ郵送、または直接ご提出ください。問 環境政策課 ☎951-3231

### 企業立地促進奨励助成金の申請

市内に事務所などを設置し、市民を一定数・一定期間以上、新規常時(常用)雇用を行った企業などに、予算の範囲内で助成金を交付します。交付は、事業内容・雇用や産業振興への効果などを総合的に検討して決定します。9月3日(月)～9月28日(金)平日9時～17時15分(12時～13時を

### 牧志公設市場の空き小間募集

衣料部(呉服、衣料品などの販売(小売)、雑貨部(日用雑貨品、化粧品等の販売(小売)) ①個人で本市居住1年以上、満20歳以上の方 ②市税滞納のない方 ③使用する小間で専業可能な方 ④商品の安定供給可能な方 9月3日(月)～12日(水) 問 なはまちなか振興課 ☎863-1750

### 市営住宅活用地活用事業者募集

市営住宅の建替事業により創出する活用地の売却について、土地の活用事業者を公募提案方式にて募集します。【対象土地】久場川市営住宅活用地(第2期)・首里久場川町2丁目18番8(宅地1926.24㎡) 9月25日(木)～31日(水)募集要項(市ホームページからダウンロード可)を確認の上、応募書類をご提出ください。問 建設企画課 ☎951-3235

### 栄養相談・妊産婦栄養相談

生活習慣病予防の食事・妊産婦の食事など栄養士がご相談に応じます。問 栄養相談 9月10日(月)・10月1日(月)13時半～16時(各40分間)、妊産婦栄養相談 9月28日(金)・10月26日(金)13時半～16時半(各1時間)※要予約 場 保健センター(相談室) 問 健康推進課 ☎862-9016

### 普通・上級救命講習会受講生募集

家庭の問題・ドメスティックバイオレンスなど、女性の抱える様々な相談に応じます。ダイヤルのない ☎861-7515

## 保険の見直し0円相談



「生命保険に加入する事はとても大切な事」多くの方がこうお考えです。しかし、ただなんとなく加入するのではなく、「選んで加入する事」が大切です。

「知り合いだから」「紹介で加入」と言う方も多いはずですが、果たしてそれが自分に適したものでしょうか?結婚、出産、子どもの進学や独立などで必要な保障も変わります。家族構成やライフ設計、誰のための保障でいつまで必要なのか、今必要な保障をもう一度確認してみませんか?また、家計を管理して保

## 家族と家計の味方! でおなじみのクリニック。

保険が負担な方、必要な保険だけをうまく組み合わせることで保険料を減らすこともできます。保険を見直してみようとお考えの方は、全国に158店舗を展開する保険クリニックへご相談ください。相談の結果変更される場合は、どこの保険会社に偏る事なくお客様にぴったりの保険を全25社の保険会社の中よりイトコどりでご提案いたします。ご希望の方は9月20日(木)までに電話予約をいただければ、相談・お見積り・申込み手続きなど全て0円で承ります。是非ご利用下さい。



相談予約お問い合わせ  
**保険クリニック新都心店**  
 ☎0120-960-219  
 土・日・祝日も相談受付中・キッズスペース完備  
 住所/那覇市上之屋1-20-9富士家ビル(上之屋交差点角)  
 時間/9時～18時 定休/なし 駐車場/あり  
 取扱保険会社/アフラック、ソニー生命、オリックス生命、日本生命、メットライフアリコ生命、メディケア生命ほか全25社  
 取扱代理店/株式会社ヒューマン&アソシエイツ

市民会館		☎855-5081 FAX.855-5089	
[開館時間] 9:00~22:00/火曜日休館			
日	催物	開演	入場料
2(日)	医療法人寿仁会 沖縄セントラル病院「市民公開講座 切らずに治す“がん”治療」	13:15	無 料
9(日)	八重山高等学校沖縄尚志会「第13回尚志会芸能祭」	18:00	¥2,000
16(日)	「宮城武碩古典民謡研究所 第4回発表会」～弦(いと)に咲かせ～	17:00	前売 ¥2,000 当日 ¥2,500
17(月)	沖縄テレビ 事業部 仲田幸子芸歴65周年記念「敬老の日特別公演」	15:00	前売 ¥3,000 当日 ¥3,500
22(土)	「琉球民謡音楽協会 第11回芸能祭」	18:00	¥1,500
28(金)	南部広域市町村圏事務組合「日露交歓コンサート2012」	19:00	無 料 (整理券が必要)
8(土)	ライフ&ミュージックの会 Life & Music 「北野 大・知花 幹雄のビッグ対談」&「第2部 ステージショー」	18:30	前売 ¥3,500 当日 ¥4,000
16(日)	なは群星の会 「那覇・南会津平和舞台交流公演」	13:00 18:00 2回公演	¥1,000
28(金)	市議会「交通フォーラム」市民報告会	18:00	無 料
30(日)	スタジオ YOU 「おでかけライブ in 沖縄」	11:00	パンフレット代 ¥500

※向かいの赤十字病院立体駐車場は有料で利用できます。  
※一般のお客様がご入場いただける催物のみを掲載しています。

パレット市民劇場		(パレットくもじ9F)	
[開館時間] 9:00~22:00/火曜日休館			
☎869-4880 FAX.869-4883			
日	催物	開演	入場料
2(日)	マイ フェイパレット メロディ～石垣 円 フルトリサイタル～	14:00	一般 ¥2,000 学生(大学生以下) ¥1,000 (当日 ¥300増)
5(水)	金沢ジャズストリート出演記念「OJAジャズオーケストラ壮行演奏会」	19:00	¥2,000 (当日 ¥500増)
8(土)	素人声楽同好会 第2回発表会	14:00	無 料
9(日)	《チェロフェスタ2012 in 沖縄》CELLISSIMO V	16:00	一般 ¥1,000 学生 ¥500
15(土)	マキノ ジョウ 牧野 持術 ヒーリングコンサート ①ガイアシンフォニー地球交響曲6番 ～全ての存在は響き合っている～ ②アルケミー・クリスタルボウルオーケストラ ～宇宙交響曲～	①13:30 ②17:30	① ¥1,200 (当日 ¥300増) ② ¥2,000 (当日 ¥500増) ①②通し券 ¥3,000 (前売のみ)
17(月)	エコー・ド・ミュージック パレエ発表会	15:00	無 料 (整理券)
21(金)	那覇市中核市移行記念 第31回那覇市民生委員児童委員大会	13:30	無 料
22(土)	佐久間龍也と門下生による 第19回ピアノソロ・アンサンブルのタベ	19:00	¥800
23(日)	クラヴィア クラヴィア Klavier Kreis 作曲家・作品探究シリーズ vol.7 ピアノで楽しむフランス～生誕100年を記念して～	16:00	一般 ¥2,000 学生 ¥1,500 (当日 ¥500増)
26(水)	上地さとみ 黒島舞季子ジョイントコンサート ～ソロと重唱のタベ～	19:30	一般 ¥2,000 (当日 ¥500増) 高校生以下無料 (整理券あり)
29(土)	第26回沖縄マンドリンアンサンブル定期演奏会	19:00	¥1,000 (当日 ¥200増)
30(日)	ピティナ ピアノ ステップ 那覇地区	10:30	無 料

※主催者・催物の都合により変更することもあります。

市民ギャラリー		パレットくもじ6階 ☎867-7663
[開館時間] 10:00~19:00/月曜日休館		
日	展示室	催物
9/4(火)~9/9(日)	第二	NORI 絵画展 <絵画>
	第三	新生美術 秋展 <絵画>
9/11(火)~9/16(日)	第一	幸地 右雅 写真展 <写真>
	第二	第25回 みかんの会 絵画展 <絵画>
	第三	知念 文吉 個展 <絵画・陶芸>
9/18(火)~9/23(日)	第一	第38回 沖縄女流美術展 <絵画・彫素・染・織・他>
	第二	豊里 友行 写真展 <写真>
9/25(火)~9/30(日)	第一	うまんちゅ work 展 <陶芸・書・イラスト・三味線・絵画>
	第二	ペンドル会 展 <絵画>
	第三	二科会 沖縄支部 絵画部 小品展 <絵画・彫刻>

※主催者・催物の都合により変更することもあります。

### 後納制度がスタート

#### ～国民年金保険料の納付期限の延長～

今年10月より3年間に限り、過去10年以内に納め忘れた保険料を納めることができる「後納制度」が始まります。

これまでは、国民年金保険料を納め忘れたまま2年を超えると納めることはできませんでしたが、この制度を利用して過去の保険料を納めることで、将来の年金額を増やしたり(すでに老齢基礎年金受給の方は、制度を利用できません)、受給権を取得できる場合があります。またご自身の年金記録は、ねんきんネット(<http://www.nenkin.go.jp>)で確認できます。詳しくはお近くの年金事務所か国民年金保険料専用ダイヤルへお問い合わせください。

【お問い合わせ】 国民年金保険料専用ダイヤル ☎0570-011-050  
那覇年金事務所 ☎855-1122

## ラジオ「那覇市民の時間」は毎週土曜日17:50～(RBC AM738kHz)

障がい者コース	期 間	時 間
聴覚(初級)	10/10(水)・11(木)・17(水)～26(金)の毎週水・金	13時～15時
身体(上級)		15時半～17時半
知的(上級)	10/29(月)～11/9(金)の毎週月・水・金	13時～15時
精神(上級)		15時半～17時半

※各コースの受講生募集(各全6回)

### 障がい者パソコン教室受講生募集

障がい者コース

聴覚(初級) 10/10(水)・11(木)・17(水)～26(金)の毎週水・金 13時～15時

身体(上級) 15時半～17時半

知的(上級) 10/29(月)～11/9(金)の毎週月・水・金 13時～15時

精神(上級) 15時半～17時半

※各コースの受講生募集(各全6回)

### 世界遺産解説会参加者募集

9月16日(日) 場 識名園(9時～10時)・玉陵(11時～12時) いずれも券売所前に5分前までに集合 内 管理指導員の解説を聞きながらの見学 費 参加費・観覧料ともに無料 申 不要。直接集合場所へお越しください 問 文化財課 ☎891-3501

### 農業ボランティア養成講座受講生募集

基礎的な農業研修を行い、農業ボランティアを育成します。平成24年10月～平成25年1月(全12回、平日午後2時間程度予定) 内 土作りから収穫まで基礎的な農業研修 対 市内在住・在勤の方。雨天など急な日程変更に対応できる方 定 18人(定員達し次第締め切り) 申 9月3日(月)～25日(火) (平日のみ直接窓口へお越しください) 費 2千円(教材費、保険料など) 問 商工農水課 ☎951-3209

### 「救急・防災フェア」

9月9日(日) 14時～16時半 場 イオン那覇ショッピングセンター前広場 内 消防車の展示・スタンブラリー、AED体験、無料健康相談、初期消火体験、医療関係者表彰式、子供消防服の写真撮影会など 問 救急課 ☎867-1199

### ボランティア養成市民講座「草遊びをはじめよう」受講生募集

沖縄にある植物を使った草編み玩具の作り方を覚えて、子ども達に伝えてみませんか 9月29日(土)、10月6日(土) 14時～16時(全2回) 場 小緑南公民館 対 市内在住・在勤で18歳以上の方 定 15人 費 200円(保険料など) 申 9月6日(木) 12日(水) 平日9時～17時受付 問 小緑南公民館 ☎891-3444

### 「HAGANA」信念の人

10月6日(土) 開演15時半、開演16時 内 市民舞台プログラム「HAGANA」のメンバーが出演。戦後の沖縄を描いた劇で平和を表現します。

### 「ふれあいジャズフェスティバル」

10月8日(月) 開演12時、開演13時 内 市内小中学校の子どもたちによるジャズ演奏や、OJAジャズオーケストラの迫力ある演奏などが行われます。 ※2公演とも場所は市民会館大ホール。入場無料、駐車場に限りがありますので、ご来場の際は公共交通機関をご利用ください。 問 文化振興課 ☎831-8401

### 「第52回 下水道の日」

9月10日(月)は「下水道の日」です。市民のみならず、下水道の仕組みや役割をご理解していただくため、相談会やパネル展示などを行います。 9月10日(月)～14日(金) 場 上下水道局1階ロビー ※最終日は11時から、上下水道局前にてバガス(さとうきびの搾りかすで作った堆肥)と花の苗の無料配布を行います(無くなり次第終了) 問 上下水道局総務課 ☎941-7801

### 那覇平和芸術祭 開催

10月6日(土) 開演15時半、開演16時 内 市民舞台プログラム「HAGANA」のメンバーが出演。戦後の沖縄を描いた劇で平和を表現します。

## ライスサラダ

調理時間：15分 (1人分 カロリー：514kcal、塩分：2.9g)

市が認証する「健康づくり協力店」のこだわりのレシピ紹介

材料 (2人分)

ごはん……………320g

蒸し鶏ささみ……60g

切れてるチーズ…4枚

玉ねぎ……………1/6個

黄・赤ピーマン…各1/4個

セロリ(葉のみ)…1/3本

ししとう……………4本

レタス……………2枚

酢……………大さじ1

マスタード…小さじ2

砂糖……………小さじ1

塩……………小さじ1/3

油……………大さじ2

ヨーグルト(無糖)…100g

にんにく……………1/2かけ

塩……………1つまみ

作り方

①Aを全てみじん切りにし、ご飯とあわせる。

②Bを全て合わせ、①に加えてよく混ぜる。

③皿にレタスを敷き、②を盛り付ける。

Cは混ぜ合わせ、ドレッシングとして使用する。

健康づくり協力店 『自家焙煎珈琲 田原屋』 場所：田原3-11-2 電話：098-859-5248 営業時間 11:00～20:00 定休日：日曜・祝日

お問い合わせ 健康推進課 ☎862-9016