

## 平成29年度 第2期スポーツ教室

広く市民が生活の中でスポーツに親しみ、健康で明るく豊かな市民生活の向上とともに、「みんなのスポーツ」の提唱により地域のコミュニティーづくり運動の普及・振興をはかります。

開催場所:那覇市民体育館

教室名	開催期間	時間	定員	受講料	対象	内容
幼児体操教室	9/14~11/2 全8回 毎週木曜日	15時 ~ 17時	30人	4,000円	4~6歳児 (6歳児は幼稚園生に限る)	マット・跳び箱・鉄棒・トランポリンなどの幼児体操を中心に、親子でのふれあい遊び運動もあります。
ヨガ教室	9/14~11/2 全8回 毎週木曜日	19時 ~ 21時	30人	4,000円	18歳以上 (高校生は除く)	呼吸法(瞑想)を取り入れ、体幹部の強化と柔軟性の向上を図り、身心のバランスを整えます。
身体スリム 骨盤調整& 美容姿勢 トレーニング教室	9/15~11/3 全8回 毎週金曜日	10時 ~ 11時半	25人	4,000円	18歳以上 (高校生は除く)	コンディショニングで骨格を正しい位置に整え、筋肉を本来の状態に戻し、ピラティスを取り入れることにより効果的にコア(体幹)を引き締めます。
はつらつ 卓球教室	9/14~11/2 全8回 毎週木曜日	10時 ~ 12時	30人	4,000円		卓球の基礎からルール・ゲームまで分かりやすく指導します。

《申込受付》8月30日(水)~9月8日(金) 9時~20時

《申込場所》那覇市民体育館窓口

お問い合わせ先:NPO法人那覇市民体育協会  
(那覇市民体育館内) ☎853-6979

《ご注意》※先着順定員に達し次第締め切ります。

※窓口受付優先は8/30(水)の9時~10時となります。

そのため8月30日(水)のみ電話受付は、10時からとなります。

留意事項

1. 各教室とも申込者が1/2に満たない場合は開講を取りやめる場合があります。
2. 自己理由によるキャンセルの場合は、受講料(保険料含む)は返金しません。
3. 受講中の傷害については、レク保険で取り扱いします。
4. 全教室、運動制限のない人が対象です。
5. 幼児体操教室は家族単位での申し込みとなります。



### 地域スポーツ教室

【二ノ倉スポーツ教室】

8月6日(日)、13日(日)、20日(日) 14時~16時

6日▼天久小学校体育館、13日▼那覇小学校体育館、20日▼泊小学校体育館

テニソン、ラダーゲッター、ドッジビーなど(日によって異なる)

運動制限のない人※未就学児は要保護者同伴 費1回1人1000円※室内靴、飲み物、汗拭きタオル持参

「ストレッチボールでからだリセット運動 & 軽スポーツ」

7月25日(火)、8月3日(木)、8月8日(火)、8月15日(火) 10時~11時半

小祿南公民館

18歳以上の市在住・在勤者で、運動制限のない人

費1回1000円(保険料)

※室内運動靴・バスタオル(ヨガマット可)・飲料水持参

【全教室共通】

当日、直接会場にて申込  
市民スポーツ課 ☎917-3504



### 親子ふれあい教室「きみが生み出せ!! 自分だけのキャラクター!!」

オリジナルのキャラクターを親子で考え、作品として仕上げます。夏休み最後の思い出作りや学校への提出物に活かれます。

8月23日(水) 14時~17時

中央公民館ホール※駐車場なし

市在住在勤の親子(小学3年生以上) 20組(先着順) 費500円(材料費)

中央公民館 ☎917-3442

### 一般市民対象救命講習

講習名	普通救命講習I	普通救命講習III
日時	8月22日(火) 9時~12時	8月9日(水) 14時~17時
内容	心肺蘇生法(主に成人)、AED	心肺蘇生法(主に乳児および小児)、AED
募集期間	8月14日(月) 9時~ 電話受付のみ	7月31日(月) 9時~ 電話受付のみ
場所	消防局4階 講堂	
対象	市内在住または在勤・在学	
定員	先着24人(同時に2人まで申込可能)	
問合せ	消防局救急課 ☎867-1199	

### 事業者向け海外販路開拓支援講座

8月16日(水) 14時~16時(受付13時半) 場メカルヨンゴ(なは産業支援センター) 5階研修室

中国越境EC(電子取引)市場のビジネスチャンスについて

海外市場への販路開拓・拡大に関心のある市内企業者、個人事業主など

申園ジェット口沖縄貿易情報センター ☎859-7002

### 沖縄の産業まつり「市町村コーナー」出展者募集

10月27日(金)~10月29日(日) 場奥武山公園(産業まつり会場内「市町村コーナー」) 市内事業者

費7万5千円(電気・水道代別) ※出展助成制度あり

8月3日(木)~8月22日(火) ※定員に達し次第締め切ります。申し込み方法など詳しくはお問い合わせください。

国場児童館指定管理者募集 ☎951-3212

### 国場児童館指定管理者募集

【指定期間】

平成30年4月1日~平成35年3月31日

【募集要項等配布】

7月中旬から配布開始

場市ホームページよりダウンロード 場こども政策課 ☎861-2110

## 催し物

### 世界遺産解説会 in 玉陵

8月20日(日) 11時~12時 場玉陵

管理指導員による解説を聞きながら、世界遺産の玉陵について学ぶ。

※識名園解説会については奇数月開催

事前予約不要。玉陵券売所前に5分前に集合

文化財課 ☎917-3501



## 那覇市ぶんかテンプス館

【利用時間】月9時~18時 火~日9時~22時 ※第2・4月曜休館

4Fテンプスホール ※満席の場合もあります。要予約。

主催/那覇市ぶんかテンプス館 問合せ先/868-7810

日	時間	公演内容	費用
3(木)	19時	木曜芸能公演 琉球舞踊/玉城流直和会	一般1,500円、 高校生1,130円、 小・中学生750円
10(木)	19時半	木曜芸能公演 お笑いライブ/パッション屋良、 FEC、オリジン/コーポレーション	一般1,500円、 高校生以下750円
17(木)	19時	木曜芸能公演 組踊寄席「銘子」/尋芸能塾	一般1,500円、 高校生1,130円、 小・中学生750円
24(木)	17時/19時	木曜芸能公演 琉球舞踊/阿波連本流啓扇南 風の会 砂川美鈴舞舞研究所	一般1,500円、 高校生1,130円、 小・中学生750円
31(木)	14時/19時	木曜芸能公演 うちなー芝居「大新城忠勇伝」より 抜粋/一般社団法人 沖縄俳優協会	一般1,500円、 高校生1,130円、 小・中学生750円

## なはし就職なんでも相談センターと

なはし創業支援相談窓口は8月14日(月)から

【なは市民協働プラザBコア地下1階】へ移転しサービスを開始します。

移転場所(8月14日から)



- 【支援内容】
- 就職支援
  - 就職相談
  - PCを利用した情報収集
  - 求人情報の提供
  - 創業支援
  - 創業に関する相談(要予約)
  - 融資や申請手続きなどの情報提供
  - 連携支援機関への案内
  - 創業支援を受けた証明書の発行

(※8月10日(木)までは、市役所本庁2階中央エレベーター横にて窓口開設しています。) ☎988-3163 【利用時間】平日9時~18時 駐車場有(2時間無料)

## なは女性センター

【利用時間】月~金 9時~21時 土 9時~17時

【休館日】日曜・祝日・慰霊の日(6/23)・12/29~1/3

なは市民協働プラザ1階(旧銘子庁舎) ☎951-3203 FAX951-3204

女性のための心からだセミナー ①「思春期の子どもたちへ伝えたい、正しいからだ(性)の知識」

講師:宮良 美代子(産婦人科医・美代子クリニック院長)

8月24日(木)19時~20時半 関心のある方(中学生以上) 30人(事前申込先着順)

\*一時保育(2歳児以上未就学児)、手話通訳をご希望の方は8月16日(水)17時までに申込みください。

「大人の発達障がい」~パートナー間のコミュニケーション~

協力:NPO法人わくわくの会「那覇市発達障がい者サポート事業」

講師:前田 智子(NPO法人わくわくの会「さぼーとせんたー」所長)

8月30日(水)19時~20時半 関心のある方 50人(事前申込先着順)

\*一時保育(2歳児以上未就学児)、手話通訳をご希望の方は8月24日(木)17時までに申込みください。

第15回 レインボー交流会

性の多様性について語り合いたい方のための交流会です。どなたでもご参加いただけます。

8月19日(土)14時~16時 性の多様性を尊重する方

なし(事前の申込みは不要です。途中退室可)

相談室「ダイヤルうない」☎098-861-7515

相談受付時間:月~土 9時~12時/13時~17時

●電話相談 ●面接相談(女性のみ) ●法律相談(予約制) ●性の多様性に関する相談

あなたの保険のホームドクター  
**保険クリニック** 相談無料  
おきなわ本店 ☎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(年末年始・旧盆は休み) 駐車場/あり  
取扱保険会社/大同生命・日本生命・アフラック・ソニー生命・メディケア生命・朝日生命・メットライフ生命・チューリッヒ生命 他複数社  
取扱代理店/株式会社ヒューマン&アソシエイツ

本日でも元気に営業中! 保険クリニックおきなわ中部店 ☎0120-931-184  
うるま市石川1-43-6 石川IC近く

今年4月 保険クリニックおきなわ名護店 ☎0120-366-929  
ニューオープン店 名護市大西2丁目4-40 MoanaTerrace1F

広告 **野菜は比べるのに、保険は比べないの?**

保険も並べて比べて選べます  
複数の保険会社からあなたにぴったりの保険を

様々な研修や試験に合格したコンサルタントが、お一人おひとりにぴったりの保険選びをサポートいたします。ご相談は何度でも無料ですので、特にしっかりと準備してきていただく必要はありません。お気軽にお越しください。

保険も並べて、比べて、選ぶ  
年間相談数約40,000件 保険クリニック 沖縄 検索