

# 情報パック Information

日時・期間 内容 費用  
 期間 対象 申し込み  
 会場・場所 定員 お問い合わせ

講座・催し物などで特に記載のないものは誰でも参加可(申し込み不要)です。

スマホなどで見られる広報紙

iPhone, iPadの場合 Androidの場合

LINE@

## お知らせ

### 年末年始の休業

【市役所本庁舎・各支所】  
 12月29日(金)～1月3日(水)

【ごみの収集・搬入】  
 収集▼12月30日(土)～1月3日(水)  
 搬入▼1月1日(月)～1月3日(水)  
 園クリーン推進課 ☎889・3567

### 第41回那覇市民バザールへの不用品無償提供のお願い&開催のお知らせ

「物の価値を見直そう」、「限りある資源を大切にしよう」をテーマに市民バザールを開催します。市民のみならず、不用品の無償提供にご協力ください。

《不用品の受付について》  
 【募集期間】1月9日～19日の月～金曜日 11時～16時  
 【受付場所】那覇市婦人連合会(なは市民協働プラザ3階)  
 【募集物品】衣類、バッグ、靴、子供服、タオル、おもちゃなど  
 ※新品または新品同様の物をお願いします。  
 《開催について》  
 1月21日(日) 12時～15時  
 場 牧志駅前ほしぞら公民館  
 園 那覇市婦人連合会 ☎867・3563



### 平成30年度市民税・県民税申告会場のお知らせ

【申告会場】タイムスビル(久茂地)2階タイムスギャラリー、3階タイムスホール  
 ※詳しくは、2月号でご確認ください。  
 ※申告会場には、専用駐車場がありますので、公共交通機関をご利用ください。  
 なお、車でお越しになる場合は、各自で近隣の民間有料駐車場をご利用ください。  
 ※申告のための市役所本庁舎地下駐車場の利用はできません。  
 園 市民税課 ☎861・3328

### 視覚障がい者や本を読むことが困難な方のためのデジタル録音図書CD

中央図書館では、視覚障がい者や本を読むことが困難な方のためのデジタル録音図書CD(デイジー図書)を144本所蔵しています。ぜひ、ご利用ください。

- ・ 図書館戦争
- ・ バカの壁(養老 孟司)
- ・ あまのきみこセレクション全5巻
- ・ 三国志
- ・ 西遊記
- ・ 銀河鉄道の夜 など

### 旧前島小学校と旧久茂地小学校のメモリアルホームページ開設

園 中央図書館 ☎917・3449

学校統合した、旧前島小学校と旧久茂地小学校に関するメモリアルHPを那覇小学校のHPにリンクさせています。懐かしい思い出がいっぱい。ぜひご覧ください。

《那覇小学校ホームページ》↓ 前島小学校  
 おもいで・久茂地小学校おもいで  
 園 教育委員会総務課 ☎917・3500

### 災害伝承10年プロジェクト防災講演会

災害対応力の強化や地域住民の防災意識の向上を図るため、東日本大震災の被災地で活動した方を災害伝承語り部としてお招きして、左記の通り防災講演会を実施します。

1月27日(土) 13時～14時半  
 園 那覇市津波避難ビル  
 ※公共交通機関をご利用ください。  
 園 市民防災室 ☎861・1102

### 地域移行・定着支援講演会「統合失調症ってなんだろう？」

統合失調症の方が住み慣れた地域で本人らしく安心して生活ができるよう、統合失調症を理解するための講演会を開催します。多くの市民の参加をお待ちしております。

1月23日(火) 14時～16時  
 「統合失調症ってなんだろう？」  
 【講師】精神科医師 平良直樹氏、当事者  
 園 市保健所3階 大会議室 園 那覇市民定50人 ※電話申込 園 無料  
 園 園 保健所地域保健課 ☎853・7973

### あなたの肝臓、大丈夫？生活習慣と肝臓病予防講演会

1月17日(水) 15時～16時半(受付14時半) 園 市保健所3階 大会議室  
 【講師】仲吉朝史氏(なかよし内科クリニック 肝臓専門医)  
 園 生活習慣と肝臓病の関係など  
 園 那覇市民 園 先着80人 園 無料  
 園 1月4日(木)～15日(月)  
 園 保健所健康増進課 ☎853・7961

### へーそだったんだ!!糖尿病予防講演会

糖尿病の正しい知識や予防方法、生活習慣の改善について、専門医と管理栄養士が分かりやすくお話しします。

1月25日(木) 19時～20時半(受付18時半) 園 【講師】屋宜宣治氏(屋宜内科医院院長 糖尿病専門医)  
 園 市保健所3階 大会議室 園 無料  
 園 20代～60代の市民(先着80人) ※要予約  
 園 特定健診課 ☎862・0564

### 健推さんと学ぼう!!《第1回健康講座》

市民の健康づくりを推進するボランティアの健推さん(健康づくり推進員)が、講座を企画!!一緒に学びませんか?

1月24日(水) 14時～16時10分  
 ①「意外と知らない『痔と便秘と便失禁』のはなし」  
 【講師】大浜第一病院 仕垣幸太郎先生  
 ②「心臓病との戦い方・付き合い方」  
 【講師】大浜第一病院 前田武俊先生  
 園 市保健センター(那覇西高校隣り)

### 園 那覇市民 園 無料 園 市保健センター ☎858・1456

### まちかど健診・国保集団健診

園 健康診査▼20～39歳の国民健康保険加入者/特定健康診査▼40～74歳の国民健康保険加入者  
 ※国保証(受診券付)1枚で受診できます。  
 平成30年3月末まで  
 《実施医療機関》  
 個別健診▼県内ほとんどの医療機関  
 集団健診▼ホームページでご確認ください。  
 ※実施医療機関は、昨年3月に送付している「医療機関一覧表」または市ホームページをご覧ください。

まちかど健診・集団健診の日程					
健診日時	予約受付期間	会場	健診項目	定員	予約受付先
1月27日(土) 8時～9時半	1月4日(木)～19日(金) ※定員に達し次第終了	那覇市立病院 健診センター	・特定健診 ・がん検診(肺、胃、大腸、乳)	健診項目によって異なりますので、予約の際にご確認ください。	那覇市立病院健診センター ☎0120-784-155 平日9時半～16時
1月30日(火) 13時～15時半	1月4日(木)～定員に達し次第終了	本庁1階(市民会議室)	特定健診	40人	特定健診課 ☎862-0564 平日8時半～12時/13時～17時15分
1月31日(水) 13時～15時半			・特定健診 ・乳がん検診	・特定健診(40人) ・乳がん検診(20人)	
2月18日(日) 8時半～10時	1月29日(月)～31日(水)	沖縄産業支援センター	・特定健診 ・がん検診(肺、胃、大腸、子宮、乳)	健診項目によって異なりますので、予約の際にご確認ください。	沖縄県健康づくり財団 ☎889-6452 平日8時半～12時/13時～16時

### 《受けよう!がん検診》大腸がんが増えています!

沖縄県は大腸がんの死亡率が高く、全国ワースト2位となっています。大腸がんは早期発見の場合、9割以上の人が治ると言われています。早期発見のために、毎年1回がん検診を受けましょう。

※大腸がんを始め、各種がん検診(胃、大腸、肺、子宮、乳)の助成を行っています。詳しくはお問い合わせください。  
 園 保健所健康増進課 ☎853・7961

### 子宮がん・乳がん無料クーポン券ご利用いただけましたでしょうか?

市民のみなさんの健康作りに役立てていただくため、一定の年齢の人を対象に子宮がん・乳がん無料クーポン券をお送りしています。有効期限が過ぎると、クーポン券は利用できなくなりますのでご注意ください。

《子宮がん無料クーポン対象者》  
 平成8年4月2日～平成9年4月1日(20歳)《乳がん無料クーポン対象者(マンモ)》  
 昭和51年4月2日～昭和52年4月1日(40歳)  
 ◎有効期間 平成30年2月末まで  
 《乳がん無料クーポン受診券対象者》  
 昭和62年4月1日～昭和63年3月31日(30歳) 昭和56年4月1日～昭和57年3月31日(36歳)  
 ◎有効期間 平成30年3月末まで  
 ※手元のない人はお問い合わせください。  
 園 保健所健康増進課 ☎853・7961

### 20～30代のための生活習慣病予防健診

1月16日・23日・30日(毎週火曜日) 9時～15時 園 市保健所1階  
 園 身体測定、血液・尿検査、保健・栄養指導(1時間程度で終了予定)  
 園 20～30代の市民(国保加入者以外)  
 ※国保加入者は特定健診課へ  
 園 無料 園 電話予約  
 園 保健所健康増進課 ☎853・7961

### エイズ(HIV)などの無料匿名検査

①即日無料匿名検査(要予約)  
 園 月・水・金9時半～11時半、13時～15時  
 園 HIV・クラミジア・梅毒  
 ②エイズ・梅毒無料匿名夜間検査(要予約)  
 園 1月10日(水) 17時～20時  
 ③肝炎ウイルス(B型・C型肝炎)検査(要予約) ※市民対象  
 園 月・水・金9時半～11時半、13時～15時  
 ※肝炎検査は初めての方のみ無料  
 園 ①②③共通 市保健所(相談室105)  
 園 保健所保健総務課 ☎853・7971

### 高齢者インフルエンザ予防接種

インフルエンザは感染力が高く、気管支炎や肺炎などを合併し、重症化することが多いという特徴があります。インフルエンザ