

◆=要予約・申し込み

浦添市美術館
 ☎(879)32119
 FAX(878)12211
 休館日：毎週月曜日(祝日は開館)
 ▲美術館 ホームページ

令和7年度 第2期常設展
 「アジア世界報」アジアと沖繩の漆文化
 期間 令和8年1月15日(木)まで
 「ギャラリートーク」
 日時 毎週日曜日午後2時
 音声ガイド(日本語・英語 無料貸し出し)



▲朱漆胎児供物容器 (ミャンマー)

2025～2026年度
 ライオンズクラブ国際平和ポスターコンテスト展
 期間 10月25日(土)～26日(日)
 観覧料 無料
 OKINAWA POINT
 期間 10月25日(土)～11月4日(火)
 観覧料 一般500円
 和紙染・古布二人展
 期間 10月29日(水)～11月5日(水)
 観覧料 無料
 2025年新しい出会い

中央公民館ホール
 対象 保護者および社会教育、家庭教育の支援者
 参加費 無料
 定員 先着50人※未就学児託児あり。要予約。
 申込期間 9月24日(水)～定員になり次第締め切り
 ◆お金のなし講座(セカンドライフ編)
 50代からはじめる資産運用を学びます。
 講師 高田 大輝氏(SMBC コンシューマーファイナンス株式会社)
 日時 10月25日(土)午前10時～正午
 場所 中央公民館第1研修室
 対象 市内在住・在勤の人
 参加費 無料
 定員 30人(定員を超えた場合は事務局にて抽選)
 持ち物 筆記用具
 申込期限 10月1日(水)～15日(水)まで
 ◆はじめての健康マージャン講座
 初心者が全6回で基本を習得し「マージャンを楽しむ講座」
 講師 前花 正樹氏(沖縄県健康マージャン連盟会長)
 日時 11月6日・13日・20日・27日・12月4日・11日(全木曜日)午後7時～9時
 場所 中央公民館ホール第1研修室
 対象 市内在住・在勤・在学のマージャン初心者の人
 参加費 1200円(教材代)

飾展
 期間 10月29日(水)～11月3日(月)
 観覧料 無料
 ヨシダナギ写真展
 期間 10月22日(水)まで
 観覧料 ホームページでご確認ください。
 ◆うるしの日体験教室
 講師 後間 義雄氏(コシマ漆芸工房)
 日時 11月30日(日)午後1時10分～3時30分(ギャラリートークあり)
 参加費 5300円+常設展観覧料
 定員 10人(先着順)
 申込期間 10月10日(金)～27日(月)窓口またはホームページで受け付け

浦添市立図書館
 ☎(876)4946
 休館日：毎週月曜日、31日(金)資料整理の日

10月1日(水)～各イベント前日まで電話・カウンターで受け付け。
 ◆おはなしの部屋
 「おはなしの木の会」による語り聞かせや絵本の読み聞かせ。今回は「ハロウィン」です。
 日時 10月11日(土)午前11時30分～正午
 場所 図書館1階かたりの部屋
 対象 4歳以上
 ◆英語のおはなし会
 浦添市国際交流員による英語の絵本の読み聞かせ。
 日時 10月14日(火)午後3時

持ち物 筆記用具
 定員 20人(定員を超えた場合は事務局にて抽選)
 申込期間 10月1日(水)～29日(水)まで
 ※手話通訳なし・託児なし
 ◆令和7年度リプロダクティブ・ヘルス/ライツ講座「産婦人科医と鍼灸師から学ぶ女性の不調とセルフケア」
 女性のカラダは一生を通じてホルモンの影響を大きく受けます。いくつになっても楽しく健康に過ごすには、女性ホルモンとの付き合い方が鍵となります。PMSや月経トラブル、更年期症状など、ライフステージで異なる女性特有の健康課題を、「仕方がない」と諦めず自分に合った解決方法を探しましょう。椅子に座ったままでできる簡単なセルフケア等の実技もあります。対面にて開催。
 講師 高宮城 直子氏(Naoko 女性クリニック/院長、大城 千夏氏(鍼灸庵Imacoco 代表・ヨガインストラクター)
 日時 11月9日(日)午前10時～11時15分
 場所 ハーモニーセンター1階

30分～4時
 場所 図書館1階かたりの部屋
 ◆アメリカシネマ上映会「Mouse Hunt」
 日時 10月19日(日)午後2時(98分)
 場所 図書館2階 視聴覚室
 ※英語音声・日本語字幕付き。途中入退室自由
 ◆そらとぶじゅうたんおはなし会
 当館職員による絵本の読み聞かせ。今回は「ハロウィン」です。
 日時 10月21日(火)午前10時30分～11時
 対象 0～2歳児と保護者
 定員 先着10組
 ◆文化の日ボードゲーム体験会
 ボードゲームを体験してみよう！初心者大歓迎。※月曜日ですが、図書館は開館します。
 日時 11月3日(月)午前10時～正午
 対象 小学生(保護者同伴必須) 定員 先着10名

浦添市立中央公民館
 ☎(879)5503
 午前9時～午後5時
 電話・窓口対応は土日祝日除く

◆こどものココロとカラダを整える大人の教室
 子どもに関わる全ての人が子どものメンタルケアについて学びます。
 講師 脇 龍平氏(公認心理師 臨床心理士)
 日時 10月23日(木)午後7時～9時

ホール
 対象 関心のある方はどなたでも(居住地不問)
 受講料 無料
 申込方法 二次元コードまたは、市のホームページから申し込み
 申込期限 10月31日(金)午後1時まで(定員50人)
 ※手話通訳が必要な方も、申し込みフォームから申し込みください。
 ※軽い運動をしますので軽装でお越しください。
浦添市保健相談センター
 ☎(875)2100
 FAX(875)1579
 ◆がん検診受診率向上集中キャンペーン期間「パネル展」
 がんを予防する生活習慣や、がん検診についてパネル展を行います。ぜひご覧ください。
 展示期間 10月8日(水)～14日(火)
 展示場所 サンエー経塚シティ店1階スターバックス前共有スペース
 ◆第25回アディクションフォーラム
 〈皆で考えよう依存症〉
 入場無料。申し込み不要。
 日時 11月3日(月・祝日)午後12時30分～4時(正午～開場)

薬・健康の週間 10/17・23・30
県民公開講演会
 令和7年 10月19日(日) 入場無料
 12:30～14:00
 浦添市産業振興センター 結の街 (3階 大研修室) (浦添市庁舎4-13-1)
 沖縄県の皆様に寄り添ったくすりと健康のお話
 -ワクワクの人生をデザインしよう!!-
 新橋クリニック 理事長 玉城 研太郎
 日時/令和7年10月19日(日) 14:00～16:00 (受付12:00～)
 場所/浦添市産業振興センター結の街 3階 小・中研修室
 高齢時になろうと子どもと親の絆
 認知症の予防と対応
 健康とくすり相談会
 浦添市による健康づくり
 主催：沖縄県・沖縄県薬剤師会 共催：浦添市 後援：那覇市 沖縄県薬剤師会事務局 ☎098-963-8930
 沖縄県薬剤師会 会務室
 医療センター前
 とよみ 薬局(浦添市) ☎098-963-7111

◆第56回精神保健福祉普及大会(式典および講演会)
 〈楽しく高齢社会を生きる〉
 入場無料。申し込み不要。
 日時 11月5日(水)午後1時～
 場所 アイム・ユニバースでだこホール大ホール
 問い合わせ (二財)沖縄県精神保健福祉協会
 ☎098(888)1396

浦添市消防本部
 ☎(894)9998
 午前9時～午後5時
 電話・窓口対応は土日祝日除く
 ◆救急法講習会(入門)
 「助けて!思いをワザに救急法」
 成人への救命処置を目的としたコース。応急手当の重要性や心肺蘇生法など。
 日時 10月18日(土)午前9時30分～11時
 場所 消防本部2階講堂
 参加費 無料
 定員 30人(市内在住・在勤の人優先)
 申し込み 電話受け付け(講習日前日まで。定員に達し次第締め切り)

乳幼児・ママさん健診 無料
 各健診の対象者には通知書を送付しています。1歳6か月児健診は1歳7～9か月頃、3歳児健診は3歳7～9か月頃の案内になります。最新の情報は市ホームページをご確認ください。
 ☎子ども家庭課 ☎(876)6825

内容	日程	受付時間	場所
乳児健診(集団健診) 要予約	【前期】 3～4か月児	午後0時45分～2時45分	保健相談センター ※うらそえ子育て応援アプリ「母子モ」または電話で事前予約してください。
	【後期】 9～10か月児	午前8時45分～10時45分	
幼児健診(集団健診) 要予約	1歳6か月児(全回木曜日)	10月9日、23日、30日	▲アプリダウンロードはこちら
	3歳児(全回水曜日)	10月8日、22日、29日	

●乳児健診では薬剤師によるお薬相談コーナー(午前のみ)もあります。希望する人はお薬手帳を持参してください。
 ●産婦健診は、産後2週目と1か月頃の健診2回分が助成対象(上限額1回あたり5千円)。
 ●産婦健診、妊婦歯科健診の受診票は親子健康手帳交付時にお渡ししています。

ベビースクール(離乳食教室)
 離乳食についての講話やデモンストレーションなど。
 日時 10月10日(金) 午後1時～3時
 対象 4～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住者)
 場所 保健相談センター
 申し込み 10月7日(火)まで

こどもの発達講演会
 乳幼児の育ちと就学前までにやっておきたいこと。
 講師：城間直秀先生(医療法人愛燦会理事長)
 手話が必要な方は10月30日(木)までご連絡ください。
 日時 11月15日(土) 午後2時～4時
 場所 保健相談センター 2階大ホール
 対象 未就学児の保護者等
 申し込み 10月15日(水)～11月7日(金)まで

産後ケア事業
 助産師さんが家庭訪問等を行い、心身ケアや育児相談などを行います。
 詳しくはこちら