



うらそえ

9

笑
顔
は
じ
げ
る
!



市の人口

人口 113,937人(+109人)
 男 55,548人 (+65人)
 女 58,389人 (+44人)
 世帯数 47,893世帯 (+157)
 平成28年7月末現在

今月のラインアップ

P2-5 第39回てだこまつり
 P6-9 若年層から増加する生活習慣病
 P16-17 ROAD~輝く人たち~





まつり

浦添市 夏の風物詩「てだこまつり」

7月22日（金）に屋富祖大通りで行われた前夜祭を皮切りに、23日（土）・24日（日）の日程で「第39回浦添てだこまつり」が開催されました。

浦添運動公園のメイン会場には、市内外から約17万人が来場し、浦添市の夏の風物詩である「てだこまつり」を楽しみました。

会場では、メインイベントの「てだこ演舞まつり」、「浦添三大王統まつり」のほか、SKY's The Limit などによるゲストコンサートが催され、観客を魅了しました。

また、牧港漁港では、24日（日）にハーリー大会が行われ、総勢76チームが参加し、炎天下の中、熱戦を繰り広げました。そのほかの会場では、ちびっこ相撲、サマーヤングフェスタ（ダンス）、文化協会舞台芸能、老人クラブによるカラオケ・わなげ大会など多種多様なイベントが行われ、子どもから高齢者まで楽しめるまつりとなりました。



4 5



6



第39回：奉納 龍舞 URASOE TEDAKO MATSURI



- ①屋台で働く女の子
- ②市民総踊りカチャーシー
- ③演劇に見入る市民
- ④剣術
- ⑤Sky's The Limitのゲストコンサート
- ⑥まつりを楽しむ親子





5



6



3



1



2



9



4

友好都市 浦添市長
稲葉 正吉 様

このたび、私が初めて浦添市長に就任して依頼、是非一度見たいと思っていました「浦添でだこまつり」への参加の夢が叶い、松本市長様始め多くの浦添市民の皆様とお会い出来ましたことに心からお礼を申し上げます。

厳粛と静寂の中で執り行われた「採火式」、南国情緒あふれる伝統芸能の数々、迫力満点の「浦添三大王統まつり」、灼熱の太陽の日差しの下、大歓声で力のこもった応援の「ハーリー大会」と、浦添市でしか体験出来ない貴重な時間を過ごすことが出来ましたことに、改めて感謝申し上げます。

今後とも浦添市の皆様との交流を深めて参りたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願い致します。



2016年でだこレディ
活躍の意気込み

私はこれからの1年間、浦添市へ1人でも多くの観光客の方や地元の方々が足を運ぶように「生懸命PRに努めて参りたいと思っていますのでよろしく申し上げます。」

(サンフラワー 渡邊可南子さん)
浦添市の子どもの活躍をいろんな方々にPRしていきたいと思っています。また、得意の語学を活かして海外の方にもPRしていきたいと思っていますので、よろしく申し上げます。

(ゴールデンカップ 池宮愛華さん)
てだこレディという仕事を通して、たくさんの人たちとご縁が繋がることを願い、責任を持って楽しく務めることができるよう1年間頑張りたいと思います。よろしく申し上げます。
(ホワイトトリリー 喜屋武由梨さん)





- ①空手の演舞
- ②てだこレディによるてだこ火採火式
- ③てだこ火点火式
- ④華麗なダンス
- ⑤老人クラブカラオケ大会
- ⑥エイサー演舞
- ⑦第11回ジュニアフットサル大会
- ⑧おきこクローバーZ
- ⑨⑩浦添三大王統まつり
- ⑪第16回てだこハーリー大会
- ⑫第12回浦添市長杯ちびっ子相撲大会

この1年間たくさんさんの貴重な経験をさせていただき大きく成長させてもらいました。大勢の人前に出ることやスピーチをすることは苦手意識がありました。このてだこレディを務めたことで自分の自信につながりました。この機会をくれた、てだこまつり実行委員会の皆さまや、いつでも支えて応援してくれた家族や友人、職場の

(ホワイトリリー 奥平志歩さん)

2015年てだこレディ 1年間を振り返って

この1年間浦添市の親善大使として大変貴重な体験をさせていただくことができました。公務を通して浦添市のことをもっと好きになり、この大好きな浦添市のPRができたことを本当に誇りに思っています。1年間ありがとうございました。



私たちを温かく見守ってくれた関係者の方々、そして何よりも家族のみんなに感謝の気持ちでいっぱいです。てだこレディで学んだ多くのことを日々の生活へ反映できようこれからも気を引き締めていきたいと思っています。1年間本当にありがとうございました。

(サンフラワー 仲宗根芽衣さん)

この1年でだこレディとして様々な公務を務めて参りました。その中で10代では経験できないような公務にも参加させていただき、とても貴重な時間を過ごすことができました。今ではだこレディになったことで成長できたと感じています。

皆さま、レディのお二人そして関わってくださった皆さまへ感謝の気持ちでいっぱいです。本当に1年間どうもありがとうございました。



(ゴールデンカップ 金城優希さん)

若年層から増加している 生活習慣病

生活習慣病の多くは自覚症状がほとんどなく、不調を訴え病院に行った頃には重大な結果を招く事もあります。

誤った生活習慣の積み重ねによって起こりますが、正しい生活習慣で予防が可能な病気でもあります。



あなたの生活習慣
乱れていませんか？

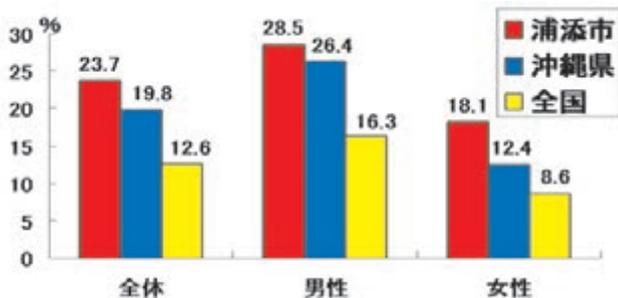
近年、医療技術の進歩などにより、全国的に平均寿命が延びていく一方、食習慣、運動習慣、喫煙や飲酒等の生活習慣が深く関与して発症する「生活習慣病」が増加しています。

沖縄県の若い人（65歳未満）の死亡率は全国に比べて高く、浦添市においてはその沖縄県の平均よりさらに高い状態となっています。

浦添市における65歳未満の主な死因をみると、がん、心疾患（心筋梗塞など）、脳血管疾患（脳梗塞など）で、5割を占めます。がん、心疾患、脳血管疾患は、食生活や飲酒、喫煙などの生活習慣の改善で予防可能な場合があります。

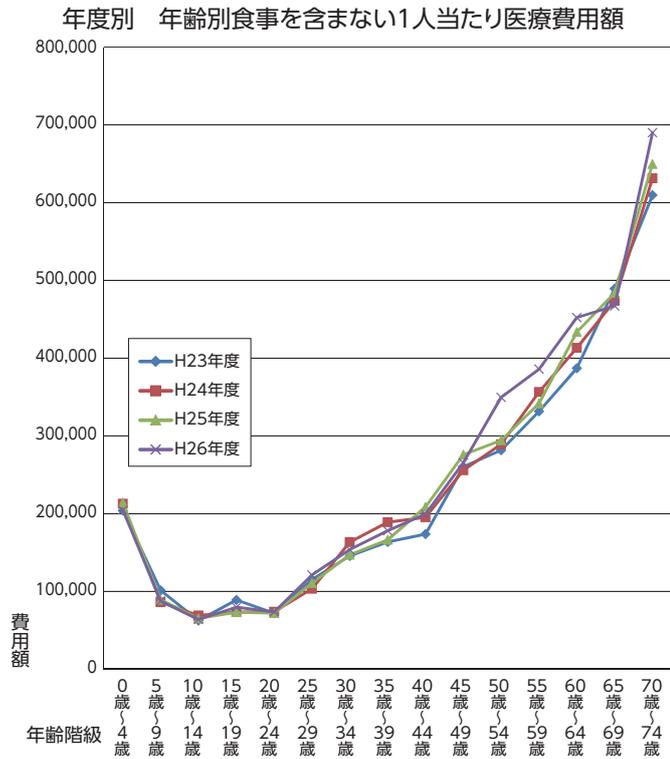
寝不足、過度なアルコールの摂取、脂質塩分の多い食べ物ばかり摂取する（野菜を食べない）等の生活をくり返している人は生活習慣を見直し、まずは少しでもウォーキングを日課にする事や早寝早起きなど、できる事から生活習慣を改善しましょう。

65歳未満の死亡率

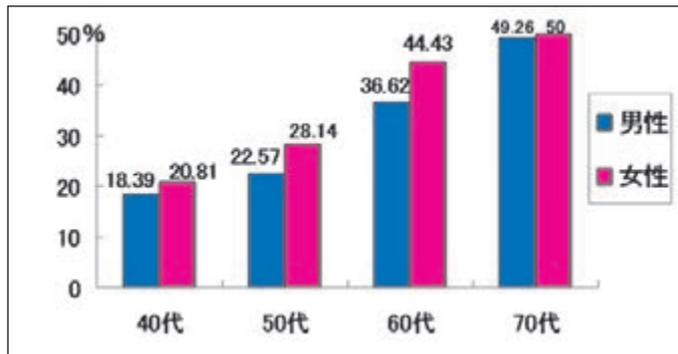


浦添市 65歳未満死亡者の主な死因





浦添市特定健診受診率



浦 添市の医療費は年間80億20億。一人当たりの医療費は年々増加しており、厳しい財政状

況にあります。このままいくと

浦 添市の健康診断の結果を見てみると、25歳から高血圧や糖尿病の人もいれば、30歳から脂質異常症(血管詰まり)が出始める人もいます。若いうちはいいますが、10年・20年後の45歳から倒れる人が多く、後遺症が残ることもあります。「自分の健康は大丈夫」と過信し、健康診断に行かず病気を10年以上放置すると重病になりますので非常に危ないです。

病気の潜伏期間



国民健康保険課 医療費適正化専門嘱託員 呉屋 圭子さん



無料で受けられます。市民一人一人が健康に配慮し、医療費の削減を意識することで浦添市の未来につながると思います。

早期発見が大事

年齢を重ねると、すでに生活習慣病を発症していた場合、合併症を起こすリスクが高くなり、医療費が非常に高額になります。そうならないためにも若いうちから特定健診を受けてほしいですね。国民健康保険証の下に「特定健診受診券」が付いていますので提示すると無料で受けられます。

病気は突如、牙をむく

注目されている

「健康寿命」とは

特定健診、きちんと受けていますか?

左 のグラフは、過去3年間(平成23年度～平成25年度)医療費用額(食事費用は含まない)を被保険者数で割ったもので、いずれの年度も45歳から急激に上昇しています。

その理由は、脳出血、脳梗塞、その他の心疾患やがんなどの症状が急激に出始めるからで、年を追うごとに増加傾向にありますが、それらの症状は普段の生活習慣などからくる疾患がほとんどです。

介 護などを必要とせず、健康的に日常生活を送る期間を「健康寿命」と言います。

生活習慣病が悪化すると、医師より食事や運動の制限を指示されることもあります。生活の楽しみが奪われることは辛いことです。

楽しく充実した人生を過ごすには、日頃の生活習慣を見直す必要があります。「健康寿命」を延ばすことにつながります。

浦 添市国保加入者の平成26年度特定健診受診率は全体の37.4%で、特に40代から50代の受診率が低い状況です。

特定健診は、生活習慣病の予防・早期発見にはとても大事な健診です。

早期発見することで重病になる前に治療ができ、健康寿命を延ばす大きな要因にもなりますので、浦添市では特定健診を受診することを推奨しています。

試してみよう

健康チャレンジ手帳

「最近、ズボンやスカートのウエストがきつくなってきたかな」

「忙しいから運動する時間なんて作れない」などと感じていませんか？

これまでの生活を振り返って、改善できそうなことをちよつと意識してみませんか。市では、健康チャレンジ手帳を配布しています。

手帳には、食事の見直しポイントや、ながら運動に関する情報、頑張ったことや反省点も記録できる体重管理表などが掲載されています。

記録をすることで、いつでも確認し振り返ることができるので、時々さぼっても大丈夫。途切れてもめげないことが大事です。



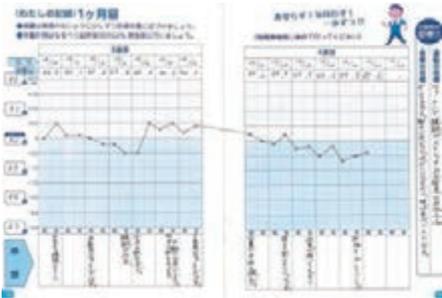
手帳配布時には、専門スタッフが目標体重を一緒に設定し、肥満・メタボを防ぐポイントを伝えます。

「自分ではそんなに食べ過ぎている気がするけど。いったい食べ過ぎてどれ位のことを言うの？」という方には、減量に向けた1日の必要エネルギー量を計算します。

手帳には食品のカロリーや一日摂取量、ながら運動なども記載されています。

日々の生活を見直し、記録を続けることで、自分に合った減量方法がみえてきます。

まずは、できることから始めてみませんか？



自分で体重の目標値を設定し、その増減を記入していきます。過去の状況を確認できるので、始めたところからの変化が一目で分かります！

健康チャレンジ手帳 職場のメンバーで始めました！

琉球調理師専修学校の職員の方々に今回はご協力いただきました。職場全体でこのチャレンジ手帳に取り組んでおり、誰が一番効果が出ているか競っています。



川畑 和弘さん(左上) 津波 正江さん(中央上) 鈴木 昭さん(右上)
宮山 和美さん(左下) 宮川 典子さん(中央下) 加藤 亜紀子さん(右下)

きっかけは些細な事

川畑 うちにチャレンジ手帳の案内がきて、「じゃあみんなやってみようか」と言うに乗っかってくれて、それがきっかけですね。

津波 校長先生の行動が早く、どうせなら競争しようという事になりました(笑)

宮川 いざ始めると、私以外は凄く頑張っていて、私も頑張らないと！と思ったんです。

普段の生活も

意識するようになった

鈴木 でも皆は絶食などの無理な生活はしてないんです。私は食べ物を多く噛むようにしたのですが、すごく体重が落ちて血圧も下がりました。

宮山 休日などに運動をいつもより長くしたりする、朝飯多めで夕飯少なめという事も意識しました。すると体調もなんだかよくなった気分になるんです。

一人だとつらい

宮川 結果が出て、他の人と比べると楽しいですが、一人だと

と…途中で挫折したと思います。津波 皆でやると闘争心がわきますよね。それに結果が出ると周りの家族に教えてあげたくありませんよね。

今までは踏み出せなかった

川畑 健康が大事なものは分かりますが、ダイエットやこの健康手帳を始める事はしませんでしたね。続かないのが分かっていましたけど、それを理由に踏み出せないのもありました。

加藤 でも始めた途端に私の生活スタイルが分かるようになってきました。日頃全然歩いていないと分かった時はびっくりしました。チャレンジ手帳をやった良かったと思っています。



一番効果があった鈴木さん。なんと一週間で3キロ痩せた事もあるそうです。



健康づくり課
管理栄養士
崎原 和子さん

健康づくり課
管理栄養士
濱元 ゆり子さん

毎日忙しい！でも健康も気になる…
そんなあなたに！

まずは習慣づけから

小 学校の頃、「朝ごはんは絶対抜くな！」と先生に言われたことはありませんか？朝ごはんは一日で最初の食事で、体エンジン始動の為のエネルギー摂取でもあります。そして昼・夕と食事をとることによって一日のリズムができます。「まずはご飯と納豆などのおかずから。習慣づいてから内容を考えてみてください。第一関門は習慣づけから始まります」と崎原さんは語ります。

食事は最短20分

忙 しいときはどうしても早食いになりがちです。しかし早食いは適量より多くの物を食べてしまう為、肥満になりやすい傾向があります。崎原さんは「肥満は血糖値を下げるインスリンの働きを鈍くします。早食いで血糖値が急激に上がりますので、糖尿病を引き起こすリスクがかなり高くなります」と「負のスパイラル」を語りました。食べ物を噛む回数は最低15回が目安で、ベストは30回。これを守るには最低でも20分は

食事に必要な時間としてとっておきましょう。

バランスの良い食事を

沖 縄島の食文化は塩分脂質多めのあじくーたーな物が多く、美味しいからといって食べすぎには気を付けなければなりません。これは、全国よりも肥満者が多い事にもつながり、生活習慣病を引き起こしやすい環境にあります。「食卓だけでなく弁当にもポーク缶やコンビーフがありますが、塩分が多すぎます。缶詰などの加工品は知らずに塩分を取りすぎてしまうため注意が必要です。食事には野菜が非常に重要で、食物繊維の働きで血糖の急上昇を防ぎます。また、お肉よりはコレステロール値を下げる青魚をお勧めします。野菜炒めのそばに焼き魚や刺身を置くとよりベターになります」と2人は話しました。

痩せる!? 食べ方

濱 元さんから「一口目は野菜から食べるといいですよ。そのあとは自由に食べても

大丈夫です。寝る前の食事は肥満につながりやすいので食事が遅くなりそうときは、夕方5時近くに炭水化物を取り、夜遅くにおかず中心に食べる方法もあります」とアドバイスがありました。栄養士は食事の栄養バランスのアドバイスだけでなく、実情に合わせた食べ方も知っています。何か困った点があれば気軽に相談しましょう！

市からのアシストを有効活用しましょう

自分にどんな栄養が足りないのか、何を取り入れればいいのか。食事のバランスを考えることは重要だけど難しいことです。市では月に2回（第2・4曜日）保健相談センターにて栄養相談を行っています。自分や家族の食事の相談などに是非活用しましょう！



▲食育教室で調理。総カロリー487キロカロリー。総塩分2.83グラム

話題がいっぱい!
なかゆくい



8/6(土) 異文化交流サロン・ゆしどうふ作り

仲間自治会協力のもと、うらそえぐすく児童館で、ゆしどうふ作りが行われました。当日はJICAの研修員たちや子どもたちも多く参加し、石臼を使って大豆からゆしどうふを作る体験をして交流を深めました。出来上がったゆしどうふは大好評で、鍋3つ全て完食。

エジプトのアテフさん(JICA)からは、「石臼の体験は思っていたよりも簡単で、とても楽しかったです。ゆしどうふもとてもおいしかったです」と笑顔で話してくれました。また、参加者の饒波かりんさんと山城早貴さんは「アフリカのドクターと将来についてのお話ができ、もっと英語を勉強したいと思った」と話してくれました。



7/29(金) 宮崎県で少年野球チームが戦って ～31(日) きました。

「第4回東京ヤクルトスワローズカップ少年野球交流大会」が宮崎県西都市で開催されました。この大会は、ヤクルト球団に縁のある自治体4市が集まり、軟式野球や地域の文化観光体験を通して、スポーツ振興や、健全育成に寄与する事を目的としています。結果は優勝に及ばなかったものの、子どもたちは真剣に全力プレーで戦いました。

野球以外にも、西都牛や新鮮野菜等特産品を用いたバーベキュー、農家民泊体験、西都原考古博物館では、「まがたま制作」を行うなど、思い出に残る充実の3日間となりました。



7/19(火) 前田トンネル(仮)工事現場見学会

浦添市では現在、前田小学校の側でトンネル工事を行っています。7月19日(火)に工事現場見学会を行い、前田小学校、前田自治会、グリーンハイツ自治会から多くの人に参加しました。

見学会ではトンネルの中に入って実際に機械を動かしてトンネルを掘る状況や、様々な特殊重機を使用するため、その重機が実際に動く状況を見学しました。

子どもたちからは普段見る事ができない工事現場である事から、「毎日でも見に来たい」と楽しそうな声が上がりました。



7/18(月) 泉州市のお友達と国際交流 ～22(金) ようこそ浦添市へ

平成28年度中国泉州市・浦添市小中学生交流事業が、7月18日(月)から22日(金)までの日程で行われました。この事業は、浦添市と中国泉州市が締結した友好交流を青少年まで拡大したもので、小中学生の交流は今年で13回目になります。時代を担う両市の小中学生の訪問・交流を推進することにより、相互の文化に対する理解と友好の絆を深めることを目的に行われています。

今年度は泉州市から小学生の代表16人、職員6人の総勢22人が浦添市を訪問し、市内の児童生徒との様々な体験・交流会が行われました。



8/9(火) 絆のある学校をつくろう

神森中学校に市内各中学校の生徒会員が集まり、生徒会フォーラムが行われました。レク交流や活動報告、いじめ問題解決への話し合いが行われ、特にレク交流では学生が笑顔で和気あいあいと楽しみながら交流を深めました。

活動報告では、新聞や劇、プロジェクターを使ったプレゼンがされ、最後の話し合いではLINEやSNSなどによるいじめの話題があがり、生徒会としてどういう対応をしていくべきか、真剣に議論していました。



8/11(木) 内間康平選手リオ五輪から帰る

自転車個人ロードレース日本代表としてリオ五輪に初出場した市大平出身の内間康平選手。

夢舞台でのレースを終え、8月11日(木)沖縄に帰ってきました。那覇空港の到着ロビーでは内間選手を出迎えるため、大勢の人たちが集まりました。

到着口に内間選手の姿が見えると割れんばかりの拍手と歓声が起こり、内間選手を迎えました。

到着後行われたセレモニーの中で内間選手は、「これまでのレース経験を生かして、自分の中では今年一番のコンディションで走ることができたと思っています。たくさんの応援ありがとうございました」とオリンピックに出場しての感想と応援してくれた皆さんに感謝の気持ちを伝えました。



8/13(土) 子どもたちによる子どものための祭り!

中央公民館分館で「分館子どもフェスタ」が開催されました。各ブースではバザーや紙芝居、切り絵などが行われ、当日は多くの親子連れが参加しました。

舞台では各団体の創作エイサーやキッズダンスの披露。バンド演奏ではSOTS(ソッツ)も登場。その中でも特に盛り上がりを見せたのが(猫の)むぎちゃんショーで、持ち前の木琴技術やユニークなネタで会場を沸かせ、フェスタに来ていた子どもたちは、「とてもおもしろい!」と満面の笑顔で楽しんでいました。

ハイサイ こちら市長室!

「世の光に」

去る7月26日、神奈川県相模原市の障害者支援施設「津久井やまゆり園」で凄惨な殺傷事件が起きてしまいました。容疑者は犯行前に衆議院議長に宛てた手紙の中で「障がい者は不幸を作ることしかできない」と記し、犯行を「人類のため」と書いています。19人も尊い命を奪った事実もさることながら、この犯行の動機を知り、心の底に何とも言えない鉛のような重さを今でも残したまま、私は今月のコラムを綴っています。

事件後、施設の警備体制や、措置入院のあり方、医療と警察と行政の連携、薬物依存者への監視体制など、さまざまな対策が検討されていますが、私はこの事件を一人の異常な者による特異な事件として片付けてはいけなさと考えています。検討されているような対策だけではなく、私たちの心のもっと深い所に潜んでいる思想や心のあり方まで見つめ直していく必要があるのかもしれない。能力や生産性によって命の重さに違いをつける事など絶対に認められないはいきません。最も大切な「命」への向き合い方を私たちがもう一度立ち止まり、一人ひとりが再確認する貴重な機会にしていくことこそが本当の哀悼であり再発防止になることだと考えています。

「この子らを世の光に」という言葉は、福祉へ人生を捧げた糸賀一雄氏の言葉です。福祉関係者なら知らない者はいないという程に有名な言葉であり、そして、最も大切にしてきた思想でもあります。彼は「この子ら『に』世の光『を』」ではなく、逆に、「この子ら『を』世の光『に』」と書きました。そのことの意味を、こんな悲しい事件が発生した後だからこそ、私たちはもう一度確認し、そしてもっと広めていかななくてはなりません。この世に生を受けた時点で既に、全ての命は等しく尊重され、そして、その存在自体に大きな意味があります。それぞれの命や生き方の多様性を認め合い、優しさや愛で溢れる浦添市にしていきたいでしょう。



浦添市長 松本哲治

問い合わせ
秘書課 ☎(876)1234
(内線2563)

文化課発信 うあひー ありんくりん 第18回

～ 貝のアクセサリーは大人気! ～

砂浜を散歩するとさまざまな形や模様の貝殻を目にしますね。それを思わず手に取った経験は誰もがきっとあります。貝塚時代の遺跡を発掘すると貝を加工したアクセサリーや道具類が出土します。当時の沖縄では貝が身近な材料として広く用いられていました。

今からおよそ2200年前、九州の人たちは南の海で採れる大型の珍しい貝（ゴホウラ・イモガイ）を求めて海を越えてやってきました。それらの貝は特権階級の人たちの腕を飾る特殊なブレスレットに加工されました。彼らはそのブレスレットを身に着けることで、自分が特別な人物であることを周りの人々にアピールしました。キャンプキンザー内の嘉門貝塚では多くの貝製品やブレスレットの原料となる大型貝を貯えていた場所が見つかっています。貝を集めていたのは海から採った貝を交易に備えて大事に保管をするためでした。

これらの貝製品は今年2月にオープンした港川の「浦添市歴史にふれる館」で見学することができます。同館ではブレスレットの製作の様子が見られる資料や、大型貝を集めた状況などを分かりやすく展示しています。また他にもさまざまな種類の貝製品を見ることができます。市民の皆さま、素敵な貝のアクセサリーをご覧にぜひお越しください!



▲腕輪装着イメージ



▲歴史に触れる館(位置図)

問い合わせ 文化課 内線6214・6217



ジェレミー・エックスタイン
Jeremy Eckstein
2015年8月から国際交流員として、
浦添市役所国際交流課に配置される。
米国フィラデルフィア出身
原文・和訳:ジェレミー・エックスタイン

本音と建前、アメリカ人もする？

皆さん、「本当の意見を隠さずに言うアメリカ人」や「言いたいことを我慢する日本人」のイメージを聞いたことありますか？日本では、人に迷惑をかけないように建前を使いこなし、家族と仲の良い友達にしか本音を見せないことを幼い時から教わります。アメリカにもそういった本音と建前があります。

アメリカ人の子どもは、嘘をつくのが悪いということを教わります。この点は日本と同じですね。ただし、アメリカ人から見ると「本音」が本当に思うことならば、「建前」はちょっとした嘘です。それに、幼い時から教わるアメリカ人みんなの個人的な意見は等しく大切であるということも含めたら、「本当の意見を隠さずに言うアメリカ人」というイメージの由来が分かります。みんなの個人的な意見は等しく大切であるアメリカの文化に加えて、小中学校では自信を持って自分の意見を強く言うことやディベートのやり方等を学び、高校と大学では周りの人(教授や年上でも)の言うことに従って質問を促されます。そのため、多くのアメリカ人は自分の意見が反対されるときに、別に嫌な気持ちにならないで自分の意見を主張しながら解決に向けて努力します。このように、アメリカ人は政治や宗教等のなかなか難しい分野に関しても、日常的に話し合います。一方、多くの日本人は人に嫌な思いをさせたくないため、議論を引き起こしそうなトピックを避けて、本当の意見を隠します。

それでも、アメリカ人も建前を使う場合もあります。例えば、人の体の話は失礼だと思われるため、特に「あなたはちょっと太ったの？」のような悪い意見を絶対に言いません。他にも他人と自分の給料の話、良く知っている人以外の交際や結婚についての質問や話などがあります。

皆さん、アメリカと日本の建前と本音の違いについてどう思いますか？何をやるにしても、外国に行こうとしたら「失礼なことしたくない!」と考えすぎないで、異文化に対して柔軟な態度を保つようにしてください。そのほうが楽しいから!

“Tatemae” and “Honne” in America

Have you ever heard the stereotype of the overly honest American or the heavily reserved Japanese? Japanese people learn from a young age to use what's called *tatemae* (one's public position or attitude) in order to hide their private opinions (called *honne*) which only come out in front of family or close friends. In America, we use our *tatemae* and *honne* a little bit differently.

American kids, just like Japanese kids, learn that telling lies is bad. The difference lies in the fact that an American might say that if *honne* is what a person truly believes, then their *tatemae* opinion is technically a lie- if only a small one. Many Americans are taught from a young age that everyone's opinions are equally important. Now you are probably beginning to understand the origin of the overly honest American stereotype. Add that to the fact that American elementary and middle schoolers are taught to state their opinions with strong confidence and how to debate; then when they move on to high school and college, they are taught to question the statements and opinions of others- even their elders and professors. So, when Americans have a disagreement, without taking offense over simply being challenged, they try to move toward a resolution while also making sure to clearly state their own opinion on the matter. In this way, Americans are able to civilly talk about touchy subjects like politics and religion. On the other hand, in an effort not to cause another person to feel badly or awkward, many Japanese people will either hide their true feelings on certain matters or avoid controversial topics entirely.

This, however, is not to say that Americans never use *tatemae*. Commenting, for example, on someone's body is considered to be impolite and negative remarks like, "Have you gained weight recently" are especially taboo. Other situations in which Americans would be reserved are when talking about their own or other people's money, or the relationship/marriage of someone who they do not know very well.

So, what do you think of American *tatemae* and *honne* culture? If you decide to take a visit to another country, whatever you do, don't get stressed trying not to be rude, and instead keep an open mind. It's more fun that way anyway!



百日になったよ!
救急隊員の皆さん
ありがとう。

こみね かずや
小嶺 和也ちゃん(0歳) 内間在



初のお年玉!
離しません!笑

てどころん りょうえい
手登根 良栄ちゃん(0歳) 内間在



初ムーチー♪

いは たいり
伊波 大理ちゃん(0歳) 内間在

「てだっ子STUDIO」写真募集

- 日頃の子どもの写真を郵送または画像データをメールで毎月月末までに送付してください。窓口へ直接提出も可。集合写真は不可。
- ※被写体の子どもの氏名(ふりがな)・年齢(0か月,1歳など)・居住地区(安波茶・伊祖など)一言コメントの記入を忘れずに!

〒901-2501 浦添市安波茶1-1-1
浦添市役所 国際交流課
☎(876)1234(内線2613・2614)
E-mail:kokusai@city.urasoe.lg.jp

浦添市男女共同参画推進
ハーモニーセンター
☎(874)5711



浦添市消防本部
☎(875)0105

■空調設備改修工事のお知らせ
ハーモニーセンターでは、空調設備改修工事のため、施設の利用ができなくなります。期間 10月1日(土)から平成29年3月31日(金)まで
※音楽室のみ利用可能
大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。

■市民企画講座「思春期の子を持つ親たちへ心と体・性の発達をサポートする」
内容 思春期の体や心、性について学ぶ。
日時 9月14日(水) 午後7時～午後9時
講師 笹良 秀美氏(助産師・思春期保健相談士)
申し込み 9月7日(水)まで
託児・要予約。手話通訳あり。

■男女の健康講座「聞いて納得 大腸がん～早期発見と予防～」
内容 県内女性の「大腸がん」死亡率が全国ワーストであることから、大腸がんの早期発見や予防の重要性について学ぶ。
日時 9月23日(金) 午後7時～午後8時30分
講師 外間 昭氏(琉球大学医学部附属病院診療教授)
申し込み 9月16日(金)まで
託児・要予約。手話通訳あり。

■上級救急法講習会のお知らせ
内容 成人・小児・幼児に行う心肺蘇生法(AED含む)、止血法、異物除去など
日時 9月17日(土) 午前9時～午後6時(1時間休憩)
場所 市消防本部2階講堂
申し込み 9月16日(金)まで(土日祝日を除く午前8時30分～午後5時)

保健相談センター
☎(875)2100

■10月1日(土)からB型肝炎ワクチンの定期予防接種が始まります
対象 平成28年4月1日以降に生まれたお子さんと、1歳未満まで。
※対象者でも定期接種開始前に接種した場合は、任意接種となり全額自己負担になります。
費用 無料
※対象者には個別に予診票を郵送します。

■ベビースクール
内容 離乳食についての講話・デモンストレーション・試食(保護者のみ)
日時 9月30日(金) 午後1時～午後3時30分
対象 市内在住で4～8か月の乳児を持つ保護者

申し込み 9月27日(火)まで
■乳幼児健康診査日程のお知らせ
【乳児健診】
日時 9月18日(日) ▼前期(3～4か月児) 午後1時～午後3時 ▼後期(9～10か月児) 午前9時～午前11時
【1歳6か月児健診】
日時 9月8日、15日、29日(木) 午後1時15分～午後2時15分
【3歳児健診】
日時 9月7日、14日、28日(水)、午後1時15分～午後2時15分

■2歳児歯科健診事業
対象 2歳児(3歳の誕生日前日まで)
場所 医療機関一覧を参照
費用 自己負担額無料
健診の内容
○歯の診察
○フッ素塗布
○歯磨きの仕方・保健指導
※詳細は通知書をご確認ください。

■高齢者肺炎球菌予防ワクチンの接種について
対象者 ①今年度65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる人(該当する人には紫色の予診票を郵送しています)。
②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓または呼吸器の機能、免疫機能に障がいがある人(身体障害者手帳1級程度)
①または②に該当する人で今

までに肺炎球菌予防ワクチンを接種したことがない人。
期間 平成29年3月31日(金)まで
接種回数 1回
※平成31年度からは65歳になる人のみ対象になります。
自己負担額 4千円
※以前にこのワクチンを接種したか不明な場合は、医療機関へご確認ください。

■10月の総合健診(集団健診)の予約受付について
特定健診・がん検診を受けましょう。
健診実施日 10月16日(日)
申込期間 9月12日(月)～14日(水)
申し込み 沖縄県健康づくり財団 ☎(889)6452

今月の **さんかくデータ** ②

男女共同参画って何? 130万人

これは、「介護をしている男性有業者数」(平成24年就業構造基本調査)です。共働き世帯の増加や未婚率の上昇に伴って、女性だけでなく男性の介護者も増えています。

脳卒中などにより介護は突然始まることもあり、先の見通しも難しい側面があります。そのため、介護離職する人も少なくありません。「介護はまだ先」と思わず、介護休暇制度や介護サービスなどの情報を前もって収集し、いざというときに「仕事と介護の両立」ができるような働き方を社会全体で考えていく必要があります。



【問い合わせ】
男女共同参画推進ハーモニーセンター ☎(874)5711

■こころの健康パネル展
9月の自殺対策強化週間にあわせてうつ予防、自殺予防に関するパネル展示やリーフレット配布などを行います。
日時 9月9日(金)～16日(金)まで
場所 市役所1階ロビー
■「こころの健康講演会」のお知らせ
内容 うつ病の治療と予防
折れない心(レジリエンス)を強くしよう、
講師 小椋 力氏(元琉球大学名誉教授・医療法人正清会久田病院・精神科医師)
対象 浦添市民、精神保健関係機関職員、民生委員等
日時 10月7日(金) 午後2時～午後4時

費用 無料
※予約不要・手話通訳あり

浦添市美術館

☎(879)3219

休館日 毎週月曜日
開館時間 午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで) ※金曜日は午後7時まで(入館は午後6時30分まで)

常設展

平成28年度 第II期常設展
第6回世界のウチナーンチュ大会記念
『琉球漆芸と浦添の宝もの』

期間 9月9日(金)～平成29年1月10日(火)

観覧料 一般200円(160円)・大学生130円(100円)・65歳以上160円・高校生以下無料

■特別展示 10月25日(火)～11月6日(日)の期間「琉球交易港図屏風」を特別展示します。

企画展

『ダウン症の女流書家 金澤翔子の世界展～共に生きる～』
期間 9月3日(土)～10月2日(日)

観覧料 一般800円(700円)・中・高校生600円(500円)・小学生400円(300円)

※()内は団体料金です。
問い合わせ 琉球新報社 営業局 ☎(865)5200

篆刻教室

内容 名一字印を彫ります。
日時 10月8日・15日・22日(土)、全3回

午後2時～午後4時
講師 比嘉 南牛氏(日展会友)

定員 10人

費用 2千円程度

申し込み 電話受け付け。

9月6日(火)～25日(日)
※申し込み多数の場合は抽選。
当選者のみに電話連絡します。

浦添市立図書館

☎(876)4946

休館日 毎週月曜日、22日、30日

■やさしい本から読み始める
英語多読

日時 9月4日、10月2日(日) 午前11時～正午

講師 新川 智清氏
定員 10人(要申込・先着順)

対象 英語学習に興味のある人(中学卒業程度の英語力)
■英語のおはなし会

日時 9月6日、10月4日(火) 午後4時～午後4時30分

その他 浦添市国際交流員による英語の絵本の読み聞かせ

■おはなしのたから箱
内容 たべもののおはなし
日時 9月10日(土) 午後3時30分～午後4時

その他 図書館ボランティアによる「浦添・沖縄の民話」の語り聞かせ等

■なつかしの映画会
『Mr. Smith Goes to Washington』

日時 9月17日(土) 午前10時から(129分)

その他 英語音声・日本語字幕付き

幕付き
■アメリカ映画上映会
『Gung Ho』

日時 9月17日(土) 午後2時から(111分)

その他 英語音声・日本語字幕付き

■にこにこ赤ちゃんおはなし会

日時 9月18日(日) 午前11時30分～正午

対象 0～2歳児とその保護者

定員 15組(要申込・先着順)

申し込み 9月17日(土)まで。電話・カウンターで受け付け

■せかいのおはなし会 空と

ぶじゅうたんスペシャル

日時 9月18日(日) 午後3時30分～午後4時30分

その他 JICA研修員による絵本の読み聞かせ

■アメリカ留学説明会

日時 9月21日(水) 午後4時30分～午後5時30分

定員 10人(先着順)

浦添市立中央公民館

☎(879)5503

中央公民館分館
☎(879)6640

※全講座手話通訳付き
※申し込み 9月6日(火)から定員になり次第締め切ります。

電話・FAX・窓口・メール
■琉舞「かぎやで風」完全マスター講座(全7回)

内容 琉球舞踊の文化と諸作を学びながら、「かぎやで風」をマスターする

日時 9月13日・20日・27日・10月4日・11日・18日・25日(火) 午前10時～正午

講師 宮城 茂雄氏(琉球舞踊宮城流教師伝統組踊立方)

場所 中央公民館 視聴覚室

対象 市内在住・在勤の人
持ち物 扇子1本

■ママと一緒にミニトランポリン

内容 ミニトランポリンの弾みを利用して親子で楽しむ。

日時 10月4日(火) 午前10時～正午

講師 尾尻 義彦氏(琉球大学医学部保健学科助教)

場所 中央公民館分館

対象 3歳～5歳児の親子

費用 1組500円

その他 運動できる服装

浦添市リサイクルプラザ
☎(861)3196

休館日 毎週月曜日、20日、22日

※講座の受付は、9月7日(水)午前9時から。

※定員 各10人(先着順)

※エコなクッキング「こだわ

りグラノーラ作り」
日時 9月23日(金) 午前10時～午後1時

参加費 560円(材料費・保険料含む)

持ち物 エプロン・三角巾

■布のリフォーム「ピエロのブローチ作り」
日時 9月24日(土) 午後1時～午後4時

参加費 160円(材料費・保険料含む)

持ち物 裁縫セット

■布のリフォーム「足に優しい布ぞうり作り」
日時 9月25日(日) 正午～午後4時

参加費 360円(材料費・保険料含む)

持ち物 よく切れるハサミ・古いTシャツ4～5枚

■布のリフォーム「体にやさしい布ライナー作り」
日時 9月27日(火) 午後1時～午後4時

参加費 360円(材料費・保険料含む)

持ち物 ミシン、裁縫セット

児童センター Information

開館日

月～土曜日

開館時間

午前10時～午後6時

※夜間開放もしています。
※行事などの詳細については直接各児童センターへ問い合わせください。



保育課 わんぱく係
(内線:3624)

「自分ですが、私、自分の声が好きなんです」と照れながらも笑顔で語るのは、今年のだこまつりで司会を務めその美声を聞かせた浦添市屋富祖出身でフリーアナウンサーの鶴渚さやかさん(34)。

鶴渚さんは現在、テレビ和歌山やびわこ放送、ABCラジオなど関西圏でニュースやリポート、ラジオなど幅広く活躍しています。

子どもの頃から自分の声が好きだったと語る鶴渚さん。中学生の時には部活や少年少女合唱団の演奏会などで自ら志願して司会を務めるほど。子どもの頃から漠然と「声を生かした仕事がしたい」とそう思っていた鶴渚さんが、アナウンサーを目指したのは大学3年生の時。元々テレビを見るのが好きで、テレビで活躍するアナウンサーを見て、「自分の声を生かせる職業はこれしかない」とアナウンサーを目指します。

アナウンサーになるため、専門のスクールに通い、本格的な発声練習や滑舌、原稿の読み方など基礎練習に励みました。スクールに通うことでなんとなく

できるような気持ちになれたと語る鶴渚さんでしたが、面接を受ける中で、以前からアナウンサー職を目指し努力を重ねてきた人との間に大きな差を感じたといいます。「面接を受ける人の中にはミスコンなどにも出場し、カメラ慣れた人たちがいました。面接に臨む度胸が全然

違い、その堂々とした姿に圧倒され自分の地味さを感じました。それでも面接を通じて多くの面接官が声を褒めてくれる機会も多くあり、自信になりました」と受け続けた面接を振り返る鶴渚さん。願書の提出は実に100社以上にのぼり、その中で受験に至ったのは50社ほど。採用試験に落ち続ける日々。正直諦めようと思った時期もあり一般企業への就職が決まりかけていたと明かします。

大学卒業が間近に迫り、夢をこのまま諦めてもいいのか鶴渚さんは誰にも相談できず苦しみ悩み続けました。そんな時、高校時代の恩師の死という訃報を受け、寂しさや悲しさ、将来への不安など入り混じるいろいろな感情がこみ上げ涙します。鶴渚さんは言います「その時流した涙が全てを浄化してくれ恩師

に背中を押されたのかもしれない」。

そのことをきっかけにアナウンサーになりたいという自分の意思を貫き、夢を実現することを決意。大学を留年し夢に挑戦し続けます。

アナウンサー職はとにかく狭き門。全国各地の試験に挑戦する日々が続きました。苦しくも日々努力で駆け抜け、鶴渚さんは福井放送で念願のアナウンサーデビューを果たします。約6年務めたのち、活躍の場を地元沖縄へ。そして、現在は結婚を機に沖縄を離れ、家族とともに関西圏に拠点を移して仕事を続けています。

夢を叶えながらも挑戦し続ける鶴渚さんは、アナウンサーの魅力についてこう話します。「いろいろな人との出会いで、成功体験やその人の大事にしている言葉などに触れ、その人たちを通じて自分も成長させてもらっているのは、この仕事をやっていて良かったと思う瞬間であり魅力です」と。逆に大変なこととは「準備です」と答える鶴渚さん。

「インタビュアーなど与えられた時間がどんなに短くても、準備

には多くの時間をかけます。『ペンペスト』という映画が公開されたとき主演の谷原章介さんに

インタビュアーする機会がありました。映画も文庫本もドラマも全く観たことがなく、インタビューの3日前に、全てを確認しインタビュー内容をまとめました。谷原さんが歴史好きだという情報もあったので、当日は琉球の歴史に触れスムーズに会話ができたと思います。音声さんから、一問一答的なインタビューが多い中、あなたのインタビューは対談みたいでとても良かった」と言っていたいただきました。準備の大変さはありませんが、相手に認めてもらうためには必要なこと。それが引き出し役としての私の役目であり、何よりも視聴者の為になると思っています」とエピソードを交えて自身の仕事に対する姿勢

を話してくれました。今後の目標は「自らの声で人の良さを引き立てたり、企業価値を高めるなど、人のため社会のために貢献できる仕事をした」と思っています。また、こう続けます。「結婚や出産など、性別を理由に制約を受けることがありますが、それを理由に自分がやりたいことを諦めたくない。仕事を続けていける環境を自分で作り、自分を発揮していきたいです」と熱く話してくれました。

挑戦し続ける姿勢と自慢の「声」が魅力な鶴渚さん。今日もまた対象の魅力を中心に込めてお茶の間に届けます。一層と声に磨きをかけ、魅力を伝える準備に抜かりはありません。



フリーアナウンサー
(オフィスキーワード所属)

鶴渚 さやか さん (34)

早稲田大学法学部を卒業後、2005年に福井放送(FBC)に入社。

2011年に沖縄テレビ放送(OTV)に中途入社。現在は関西を中心に活動している。

「うらそえ」のことを「うらぞえ」と読む人が多くいるので、県外の人にも多く浦添市を知ってもらうため、アピールしていきたいと抱負を語った。



自分の意志を貫く
諦めない気持ちで夢を現実に

ROAD

輝く人たち No.003

Marshall



ブラジル・ハワイの ウラシーンチュたち



ブラジル浦添市郷友会

浦添からブラジルへの移民は、1917年（大正6年）、81人が海を渡ったことから始まりです。（浦添市移民史ビジュアル版 その1）

その後、1985年、ブラジルサンパウロ州に、ウラシーンチュの集い「ブラジル浦添市郷友会」が創設されました。現在、郷友会には約170人のメンバーがあり、1世から4世までの世代が、沖縄の文化を受け継いでいます。



▲郷友会メンバー

新年会にて研修報告

ブラジル浦添市郷友会では、毎年3月に新年会を開催しています。敬老会も兼ねており、お年寄りが喜ぶカラオケ大会、プレゼントの贈呈もあります。

新年会のメインは、「浦添市南米移住者子弟研修生」として、浦添市で研修を終えたメンバーによる舞台発表です。琉球舞踊や三線など、5か月の研修の成果を披露します。

その他、毎年行われる沖縄祭りや、日系人のイベントにも応援で参加し、沖縄の文化・伝統を紹介しています。



▲研修生による三線の弾き語り

ハワイ浦添市人会

1904年（明治37年）、浦添初の移民9人がハワイへ渡りました。（浦添市移民史本編）その後、1912年に「宜野湾・浦添同志会」が結成され、それぞれの出身地のメンバーの数が増えたことから、1918年からは「浦添市人会」として活動しています。2012年には、宜野湾市人会と合同で、市人会100周年記念式典も開催しました。現在、浦添市人会は250家族余りのメンバーで構成され、ご高齢の2世から、3世4世、若い5世までの幅広い世代が、沖縄の文化や風習を残そうと活動を続けています。

オキナワン・フェスティバル

皆さん、毎年9月にホノルルのアラモアナ・パークで2日間に渡って行われる大イベント、「オキナワン・フェスティバル」をご存知でしょうか。ダイアモンド・ヘッドの絶景を後ろに、沖縄の芸能ステージ、数々の伝統ブース、ウチナー料理が並びます。

そんな中、100人を超える浦添市人会のメンバーもボランティアで参加し、アンダギーの店や、オリジナルTシャツ販売を行っています。特に、Tシャツブースは25年以上続いており、現在では3世代で切り盛りしています。

その他、毎年2月には、新年会が開かれ、150人程のメンバーが参加し、歌や三線、おみくじなど、大いに盛り上がりまします。また、夏が到来すると、アラモアナ・パークで、レクニックも行います。



▲100周年記念式典にてカジマヤーの表彰



▲市町村の旗上げ

2016.10.26Wed ▶ 30Sun
第6回世界のウチナーンチュ大会 **参加者募集!!**

沖縄県では、開会式・閉会式・グランドフィナーレの参加の申し込みを受け付けています。

申込方法：第6回世界のウチナーンチュ大会事務局
 ホームページより電子申請
 (http://wuf2016.com/jp/)
 申込締切り：9月30日(金)まで

ウチナーンチュ大会に合わせて、世界のウラシーンチュも市内に集結します。
 次号もお楽しみに!

■問い合わせ 国際交流課(内線2611)



▲3世代でTシャツ販売

▲アンダギー作り

(協力) ハワイ浦添市人会副会長
西原ローレンス春雄

市からの お知らせ



■第15回うらそえ青年祭開催

こども青少年課
(内線6614)

開催日 9月11日(日)

時間 午後4時～午後9時

場所 浦添市陸上競技場

※悪天候時は、9月25日(日)に延期します。

■平成29年度新年生就学時健康診断のお知らせ

学務課(内線6511)

公立幼稚園以外の幼児を対象に健康診断を開催します。

※浦添市立幼稚園の園児は各小学校・幼稚園での実施

日時 10月13日(木) 午後1時30分～午後4時

(整理券配布時間 午後0時30分～午後3時 配布場所 浦添市民体育館1階玄関入口)

場所 浦添市民体育館

対象 平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれで、次の①～③に該当する子ども

①公立・私立の保育園に通園

②私立幼稚園に通園

③家庭保育

※詳細は9月中旬頃に通知書・就学時健康診断票を各世帯に送ります。

■ハブに注意!

環境保全課(内線3215)

ハブによる被害を防止するために、ハブ捕獲機や草刈りなどの対策を行います。ハブに咬まれたときは

①ハブかどうかを確認する

②助けを呼ぶ

③傷口から毒を吸い出す

④傷口をゆるく縛る

咬傷部分を指が1本通る程度に縛るようにしてください。ハブを見かけたときは

緊急の場合は警察へ通報し捕獲の依頼を行ってください。ハブ捕獲機が必要な人は環境保全課までご相談ください。

■台風時のごみ収集について

環境保全課(内線3212)

暴風雨時のごみ収集業務は次の通りです。

①朝8時に、バスが運行停止している場合は、その日のごみ収集は中止します。

②①の場合にバスが午後3時までに運行を開始した場合、運行を開始した時刻からごみ収集を開始します。

③ごみ収集開始時刻以降にバスが運行を停止した場合は、

運行を停止した時刻をもって、ごみ収集を中止します。

※ごみ収集が中止となった場合は、次回の収集日にごみを出してください。

■平成28年度 不動産のインターネット公売

納税課(内線2322)

差し押さえた財産(不動産)のインターネット公売を行います。

申込期間 9月28日(水)午後1時～10月14日(金)午後11時

入札期間 10月21日(金)午後1時～10月28日(金)午後11時

1時
公売方法 「Yahoo!官公庁オークション」サイト上にて、期間入札により実施します。参加するには、Yahoo! JAPAN IDや連絡用メールアドレスが必要です。

※物件は9月28日に官公庁オークションに掲載予定です。※詳細は納税課までお問い合わせください。

■障がいのある人の「働きたい」を応援します!

福祉給付課 支援給付係
(内線3569)

9月は障害者雇用支援月間

9月26日(月)～30日(金)
場所 市役所1階市民ホール
◆就労事業所・自主製品販売会
期間 9月26日(月)～30日(金)
場所 市役所1階ロビー

となっております。市では障がい者の雇用と就労を支援する事業所の活動を紹介し、パネル展示と自主製品販売会を開催します。市内外の障害福祉サービスマスターや関係機関・特別支援学校等の取組の紹介も行います。ぜひご来場ください。

◆就労系サービスマスターパネル展示
期間 9月26日(月)～30日(金)
場所 市役所1階市民ホール
◆就労事業所・自主製品販売会
期間 9月26日(月)～30日(金)
場所 市役所1階ロビー

ワンコインでチケットを購入すると、スイーツがお得に楽しめちゃう♪

Urasoe Sweets Tour Tickets 2016 plus

Part1 ご利用期間 **2016! 7/28~10/31**

うらそえスイーツめぐり券プラスとは
浦添市内のスイーツ引継ぎ3枚と体験チケットが付いたお得なチケットです。

スイーツ21種類
ご利用可販売額：2065円

① プルーシュー 牧場本店	⑩ MIMON'S CAFE UKIYON
② 4in1cup(4-in-1cup)	⑪ Patis - Patis - Patis
③ ジミー 浦添店	⑫ イカライズパントリー
④ 芋苗の店 トキ家工房	⑬ パワースター・ヒロキ
⑤ アラビキアー・アート	⑭ 白パティ・アール
⑥ (株) 豊後庵	⑮ 菓実ちばな
⑦ ケーキハウスグリフォン	⑯ イーガー フレンドーズ
⑧ マルシェ堂	⑰ hulu
⑨ 日中堂	⑱ パスタ工房 専門店 HAKU
⑫ cafe de sante-Laga	⑲ PANA Cafe
	⑳ 7-11 浦添店 7-11のり

施設見学・体験
「浦添市観光協会」

スイーツチケット3枚
+ 見学・体験チケット
1冊 ¥500(税込)

「うらそえスイーツめぐり券プラス」10月末まで開催!

問い合わせ 浦添市観光協会 ☎(874)0145

■高齢者のための在宅福祉サービスの紹介

福祉給付課 在宅高齢係
(内線3567)

市では在宅で生活している高齢者の人が、健康でいきいきとした生活を送ることができるよう支援を行っています。

○配食サービス事業

食事づくりが困難な高齢者の自宅に栄養バランスのとれた夕食のお弁当を届けます。

○緊急通報システム事業

急病や事故など緊急の際、簡単な操作で外部に通報できる機器を設置し、日常生活の安全を確保します。

○在宅介護手当支給事業

在宅で介護している介護者

に対し、月額5千円の介護手当を支給します。

○高齢者外出支援サービス

一般の交通機関を利用することが困難な在宅高齢者を、リフト付車両で自宅から医療機関まで送迎します。

※それぞれのサービスで対象者が異なりますので、詳細は市ホームページまたはお問い合わせください。

市の募集

■仲間集落の散策参加者募集!

浦添グスク・ようどれ館
(月曜日休館)
☎(874)9345

第9回でだこキッズファイアーフェスタ

消防の仕事を体験してみよう!!大きな消防車両は大迫力!!はしご車にも乗れるぞ!!

9月25日(月)
サンエー経塚シティ
屋外駐車場

ミニ消防車に乗れるよ!

火災報知器いつ付けるの? **今でしょ!!**
住宅用火災警報器展示しています。

はしご車コーナー 展示コーナー 放水コーナー 煙コーナー

注意事項

- ・時間の都合上体験できない場合があります。
- ・動きやすい服装での参加をお願いします。
- ・台風などの自然災害、インフルエンザ等の感染拡大によっては中止になる場合があります。

9月9日は救急フェアです。「消防車を呼んだのになぜ救急車も来るの?」「平成26年から救急救命の範囲が広がります!」など、注目情報があります。右のQRコードをご覧ください。

詳細は市ホームページをご覧ください。
問い合わせ：浦添市消防本署 ☎(877)6123

日時 9月25日(日)

受付午前9時30分 開始午前10時~正午 ※雨天中止
集合解散場所 浦添グスク・ようどれ館前集合

募集人数 一般市民50人

コース 仲間あさと原の印部土手~根殿内~仲間樋川~クバサー~又御嶽~安波茶樋川ほか

参加料 一人300円

申込期間 9月20日(火)午後5時まで

申し込み 浦添グスク・ようどれ館に電話で申し込み。

■65歳以上生まれ!10月の介護予防教室参加者募集!

地域支援課(内線3534)

10月から週2回2か月間

事業 筋トレ教室(5か所)

水中運動教室(4か所)

対象者 市内在住の65歳以上の人で、介護の認定を受けていない人で初めての人を優先します。

費用 1回あたり100円

定員 各事業所 4~5人

申し込み 電話で仮予約の上、申込書を記入していただきます。10月開始の教室に参加する場合、9月16日(金)午後2時のオリエンテーションに参加してください。

※開催日時などは開催場所によって異なります。

◆家族介護教室(市内地域包括支援センター)

地域支援課(内線3543)

家族の健康から身近な食事を考える

日時 9月9日(金) 午後1時30分~午後3時30分

場所 市役所9階講堂

対象 市内在住の人を介護している家族

定員 50人

申し込み 地域支援課または各地域包括支援センターへ電話申込または窓口まで

・みなと ☎(876)3710

・「仁」 ☎(917)2268

・ていだ ☎(870)0150

・さつとん ☎(877)3103

■「まかせて会員」養成講座 受講生募集

ファミリーサポートセンター
☎(870)0073

仕事と家庭の両立支援のため、自宅で子どもを預かり、保育所や幼稚園の送迎等、育児の援助ができる「まかせて会員」の養成講座受講生を募集します。

講座期間 9月27日(火)~10月25日(火)の毎週火曜日、午前10時~午後4時

対象 会員活動が可能な人。講座の全日程を受講できる人。子どもが好きな人、育児経験を生かしたい人

場所 浦添市役所

受講料 3千円

募集期間 9月1日(木)～21日(水) ※日曜日以外午前9時～午後6時対応

講座内容 ①保育の心②子どもの心の発達③身体の発達と病気④小児看護の基礎知識⑤安全・事故⑥子どもの世話⑦子どもの遊び⑧子どもの栄養と食生活など

申し込み ファミリー・サポート・センター(市地域福祉センター内)

※電話受付可(締め切りまでに受講料納付および身分証明書をご持参ください)

■平成28年度災害等による特別な事情の奨学生募集

学務課(内線6511)

募集人員 若干名

応募資格 災害等による特別な事情がある学生で、1年以上浦添市に住所を有する人の子弟、かつ大学・大学院・国外の大学または沖縄県知事認可の専修学校2年課程以上の専門課程に在学する人

貸与金額 県内大学、専修学校(月額2万5千円) 県内大学院、県外・国外大学および大学院(月額3万5千円) 出願書類 7階学務課窓口で9月1日(木)より配布します(市ホームページからもダウンロード可) 検索「育英会」

申込期間 随時

※5分程度の面談を行います。電話で申し込みください。(県外大学の人は事前面談も可)

■浦添市でだこ市民大 学公開講座

生涯学習振興課(内線6064)

◆「乳がんを怖い病気にしないために」

日時 9月29日(木) 午後7時30分～午後9時 場所 市役所7階 702会議室

対象 市内在住・在勤者 定員 10人

受講料 500円

◆「発達障がいを抱える子どもの理解と支援」

日時 9月30日(金) 午後7時30分～午後9時 場所 市役所601会議室

対象 市内在住・在勤者 定員 30人

受講料 500円

◆「多様な性(LGBT)」

性の多様性について、基礎知識から現在の問題、沖縄の状況等を学びます。

日時 10月6日(木) 午後7時30分～午後9時 場所 市役所702会議室

対象 市内在住・在勤者 定員 10人

受講料 500円 申込期間 各講座の前日までに、電話またはFAXで申し

込みください。

◆あなたに伝えたい市民講座(全5回) ※てだこ市民大講座とは別の講座です。

第3回「想定を超える災害にどう備える?自然災害から生きるための防災・減災の知識」

講師 稲垣 暁氏(沖縄大学非常勤講師)

日時 9月30日(金) 場所 中央公民館3階ホール

時間 午後7時～午後9時 対象 市内在住・在勤の人

申し込み 電話または生涯学習振興課窓口で申し込み 参加料 無料

■県民環境フェアIN うらそえ出展団体募集

環境保全課(内線3221)

目的 環境保全活動の意識啓発を図る参加・体験イベント

開催日 11月27日(日) 午前10時～午後5時

場所 浦添市民体育館2階メインアリーナおよび周辺広場

対象 フェアの趣旨に賛同し、自然保護や環境保全活動の紹介又は環境配慮商品の展示/販売等を行う団体/企業

費用 1ブース 企業等営利団体5千円

NPO等市民団体2千円

募集期間 9月26日(月)まで

問い合わせ おきなわアジェンダ21県民会議事務局

(945) 2686

■平成29年成人式 若い力で思い出に残る成人式を!

こども青少年課(内線6614)

平成29年「浦添市成人式」に向けて、企画・運営をお手伝いできる人を募集します。

対象者 今年度新成人になる人(平成28年4月2日～平成29年4月1日生まれの人)

詳細は市ホームページをご確認ください

関係機関からのお知らせ・募集

■第5回「島桑フェア&浦添物産展」のご案内

浦添の「いいね」を体験・体感しよう!

浦添商工会議所(877)4606

9月8日は「桑の日」。

浦添市で特産品として取り組んでいる「桑」や「シルク」商品を一堂に集めた島桑フェアと浦添物産展を開催します。

開催日 9月9日(金)～11日(日)

午前9時～午後8時

場所 サンエー経塚シティ

第11回 雇用・就労支援フォーラム

～障がいのある人が地域で働き、地域で暮らすために～

基調講演 テーマ **障がい者千人雇用**
講師 岡山県総社市長 **片岡 聡一氏**

日時 平成28年10月8日(土)午後12時30分～午後7時

会場 浦添市でだこホール、浦添市社会福祉センター

資料代 同友会会員3千円 社員・一般2千円(交流懇親会費含む)

申し込み 沖縄同友会に電話で申し込み。

(分科会)

◆第一分科会(雇用している企業の報告)
～みんな違ってみんな良い～

(株)丸忠 代表取締役 **喜納 朝勝氏**

◆第二分科会(支援する側からの報告)
ITを活かした働き方の可能性

◆第三分科会(連携づくり～パネルディスカッション～)
すべての人の「働きたい」に応える ～雇用・就労を支える連携とは～
パネリスト(行政)(学校)(支援機関)(企業)

◆第四分科会(就労困難者支援)

コミュニケーションが苦手な若者への就労支援
～企業と若年就職困難者のマッチングについて～

地域若者サポートステーション琉球 相談員 **花城 麻衣子氏**

沖縄県中小企業家同友会 ☎(859)6205

公共交通利用の活性化検討のため、モニターを募集しています。

①本島中南部のバス停の表記情報をチェックするモニター、
②半額定期券モニター、
③バスモノパス半額モニター

対象 ①20～69歳の人②昼間時間(午前10時～午後4時)の公共交通利用が可能な人、
③65歳以上の人

募集人数 ①50人、②③各20人

沖繩総合事務局
☎(862)8280
FAX(993)7607

■公共交通モニター員募集
(株)アカクリエーション

日時 9月24日(土)午前9時30分～正午
場所 社会福祉協議会3階中研修室

てだこ公園管理共同企業体
☎(877)4922

■カガクの森
「公園の小さな実験教室」
第2回「光のフシギ」

募集期間 9月16日(金)
実施期間 10月1日(土)～31日(月)
申し込み 電話した上で、郵送(〒900-0004 那覇市銘苅2-3-1 なは産業支援センター404ブルームーンパートナーズ(株)またはFAX

「出来るときに出来ることを」
モットーに地域に密着した活動を行っている浦添市婦人連合会では、会員(個人加入可)を募集しています!

浦添市婦人連合会
☎(874)5701

■会員募集&演芸のついで

参加料 無料
対象 労働者、雇用主、他
定員 20人
申し込み 電話(要予約)

日時 9月24日(土)▼セミナー
午後1時～午後2時30分
▼相談会 午後3時～午後4時30分

場所 ハーモニセンター
参加料 無料
対象 労働者、雇用主、他
定員 20人
申し込み 電話(要予約)

沖繩県女性就業・労働相談センター
☎(941)4750

■知って得する「労働法&働き方」

参加費 千円(※保護者無料)
対象 小学生(子ども向け科
学教室)
定員 20人
講師 沖繩自然科学研究所理
学博士 森 一夫氏
・佐藤 寛之氏
※受講希望の人は、事前に連絡ください。詳細は市ホームページをご覧ください

日時 9月16日(金)
場所 てだこホール大ホール

◆講演「ネットについて考える」
午後1時20分(1時間)
全国WEBカウンセリング協議会理事長 安川 雅史氏

◆プレゼンテーション「ネットがココロとカラダに及ぼす影響」
午後2時30分(50分)
自分で考えるプロジェクトメンバー

◆パネルディスカッション
午後3時30分(1時間20分)
コーディネーター 高宮城修氏・ネットいじめパトロール隊
パネリスト 安川 雅史氏・自分で考えるプロジェクトメンバー

自分で考えるプロジェクト
2016特別フォーラム事務局
☎(860)0055

■自分で考えるプロジェクト2016特別フォーラム
「ココロとカラダにいいネットとの付き合い方」

地域貢献しながら仲間と楽しい時間を過ごしましょう。
◆演芸のついで
日時 10月3日(月)午後6時
場所 てだこホール小ホール
※会員以外の人も、ご来場大歓迎です。

■防衛大学校学生等の募集のご案内

自衛隊沖縄地方協力本部
那覇分駐所
☎(863)5280

◆募集種目

種目	受験資格	受付期間	試験日(1次)
防衛大学校(一般前期)	高卒(見込含) 21歳未満	9月5日～ 9月30日	11月5日～ 11月6日
防衛大学校(推薦)	高卒(見込含) 21歳未満	9月5日～ 9月8日	9月24日～ 9月25日
防衛大学校(総合選抜)	高卒(見込含) 21歳未満	9月5日～ 9月8日	9月24日
防衛医科大学校(医学科)	高卒(見込含) 21歳未満	9月5日～ 9月30日	10月29日～ 10月30日
防衛医科大学校(看護学科)	高卒(見込含) 21歳未満	9月5日～ 9月30日	10月15日

http://www.mod.go.jp/
gsdf/jieikanbosyu/



▲ホームページはこちら

浦添の魅力みつけ隊。

5つの学生チームがうらそえナビで浦添の魅力を発信!

期間 2016年8月～2017年2月まで
参加 琉球大学、沖縄国際大学、インターナショナルデザインアカデミー、浦添商業高校
サイト <http://www.urasoenavi.jp/mikke/>
SNS Instagram、Twitterで「#urasoenavi」「#みつけ隊」で検索!!

詳しくはうらそえナビへ▶

編集後記

生 き生きとした表情をたくさん見たてだこまつり。広報担当も全力取材。表紙をどの写真にするか悩みましたが、ハリーで優勝した女子中学生の笑顔に惹かれ採用。取材でいろいろな人の笑顔に出会いパワーをもらっています。(上江洲)

活 発に遊んだ夏休み。暑い日はクーラーが効いた涼しい場所を散策。美術館の夏休み企画は毎年楽しみにしており、今年の「宇宙散歩」は本当に神秘的です。きな時間を過ごすことができました。読書の秋。暑い9月は図書館で過ごしようかな。(宮平)

習 慣というのは怖いもので、おなか周りがだんだん気になり始めてきました。今月号の健康特集を組んだ担当としては恥ずかしい限りです。そこで、私は9月からチャレンジ手帳を始めます。(玉城)

慣 れ親しんだ祝日に、今年から「8月11日(山の日に)」が祝日に仲間入り。せつかくの山の日なので、ハブ、セミは嫌いです。が「よしー山に行こう」と決意しました。しかし、浦添市には山がないことに私は気づきました。浦添城跡は山なのではないでしょうか?私の疑問です。(宮)

あなたの「知りたい」を叶えます!

本で調べる・図書館の活用法

～レファレンスの魅力～

知りたいことがある時あなたは どう
しますか?

今回、利用者の「知りたい」をお手伝い
する仕事=レファレンスを漫画化した
埜納タオ氏を講師にお招きして講演会
を開催します。

著書である図書館を舞台にした漫画
「夜明けの図書館」を通して本で調べる
方法、図書館の活用法など、ご自身の
経験も交えてお話しします。

貴重なお話を聞くことができる機会
ですので、ご参加お待ちしております。



「夜明けの図書館」1～4巻
双葉社刊

講師プロフィール

のの 埜納 タオ 氏

漫画家・イラストレーター。広島県福山市出身。1994年新人漫
画賞でデビュー。2010年よりレファレンス図書館漫画『夜明
けの図書館』を連載中。



2016 うらそえYA文芸賞 表彰式 平成28年度 浦添市立図書館読書講演会

日 時 …… 11月3日(木)
表 彰 式 …… 午後2時～午後2時30分
(午後1時30分開場)
講 演 会 …… 午後2時30分～午後4時30分
会 場 …… 浦添市てだこホール 小ホール
定 員 …… 300人(先着順)
入 場 料 …… 無料
申込期間 …… 9月20日(火)から11月2日(水)まで
申込時間 …… 午前9時30分～午後7時(開館時間)月曜日除く

申込方法 …… ①市立図書館中央カウンター、
とよまるにて直接申し込み
②電話・FAXにて申し込み
③Eメール 件名に「読書講演会申し
込み」とし、本文には参加者氏名
(フリガナ)、連絡先(電話番号また
はメールアドレス)、年齢(年代)を
記入の上、申し込み
tosyokan@city.urasoe.lg.jp



メールアドレス
QRコード

問い合わせ 浦添市立図書館 ☎(876)4946 FAX(875)1772