

市民協働・男女共同参画
ハーモニーセンター
☎(874)5711

人権相談
日頃の生活の中で感じた人権侵害に関する悩みや違和感などについて人権擁護委員が無料で相談に応じます。秘密は厳守されますので一人で抱え込まずにご相談ください。
相談内容 セクハラやパワハラ、家庭内暴力、いじめ、インターネットでの誹謗中傷など
日時 第1木曜日 午前10時～午後4時(祝日・年末年始変更あり)
場所 ハーモニーセンター2階 研修室
※急ぎの場合は、法務局の電話相談「みんなの人権110番」☎0570(003)110

浦添市消防本部
☎(875)0119

救急法講習会(普通Ⅲ)
「助けたい思いをワザに救急法」心肺蘇生法(主に小児・乳児、新生児を対象)、AEDの使い方、止血法、異物除去法など
日時 10月17日(土) 午後1時～午後4時
場所 消防本部2階 講堂
定員 20人(市内在住・在勤の人優先)
費用 無料
申し込み 講習日前日まで(定員に達し次第締め切り)
※コロナ感染拡大防止のため

浦添市美術館
☎(879)3219

浦添市市制施行50周年記念展・令和2年度第2期常設展「琉球漆の今―受け継がれる技―」
沖縄で活躍する現代漆芸作家の作品を中心に約90点を展示します。
会期 9月23日(水)～令和3年1月17日(日)
場所 常設展示室
観覧料 高校生以下無料/一般200(160)円/大学生130(100)円/65歳以上160円
※()は20人以上の団体料金
浦添市市制施行50周年記念・尚寧王没後400年尚寧王展―浦添より首里に照り上がった国王―
尚寧王没後400年を記念し、王の生涯と王墓・浦添ようどれに関する展覧会。
会期 10月16日(金)～11月15日(日)
場所 企画展示室1・2
観覧料 常設展と共通料金
うるしの日 堆錦体験教室
堆錦技法を体験し、9cmほどのオリジナルコースターを作ります。
日時 11月14日(土) 午後1時40分～午後4時
費用 3千円+入館料

中止、もしくは内容を一部変更して開催場合があります。
第2回浦添市防火管理講習の実施
10月24日(土)・25日(日)の甲種防火管理新規講習は、コロナ感染拡大防止のため定員を半減して開催します。それに伴い受講者を市内の事業所の防火管理する人に限らせていただきます。問い合わせは浦添市消防本部予防課まで☎(878)3982(直通)

保健相談センター
☎(875)2100

65歳以上の人のインフルエンザ予防接種が始まります
対象 ①65歳以上の人 ②60～64歳で心臓、腎臓、呼吸器、免疫の機能に障害を有する人(身障1級程度) ③今年度65歳になる人
接種費用 千円自己負担(生活保護受給者または中国残留邦人等自立給付受給者は、無料で接種可能です。)
実施期間 10月1日(木)～令和3年2月28日(日)
ロタウイルスワクチンの定期接種が始まります
対象 令和2年8月1日以降に生まれた人で、出生6週0日後から24週0日後(ワクチンの種類によっては32週0日後)までの間にある人。
接種費用 全額公費負担(無料)
実施期間 10月1日(木)から対象者には生後2か月にな

浦添市立図書館
☎(876)4946

おはなし会
浦添市立図書館でおはなし会を開催します。図書館利用カードをお持ちで各会先着4組限定となります。
※参加時はマスク着用をお願いします。受け付け時に検温がありますので協力をお願いします。
おはなしの部屋
図書館職員による読み聞かせ
日時 10月10日(土) 午前11時30分～正午
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13日(火) 午前11時～午前11時30分
空とぶじゅうたんおはなし会
タイトル ハロウィン
日時 10月18日(日) 午前11時30分～正午
読書月間「ホントノチカラ」
浦添市立図書館35周年「35年の歴史を振り返り今までの「館報」やベストリーダー資料の展示
場所 浦添市立図書館エントランスホール

浦添市中央公民館
☎(879)5503
FAX(879)5503
MAIL: rns@koninkan.city.usoe.lg.jp
窓口対応は土日祝日除く午前9時～午後5時
開催期間 10月24日(土)～11月26日(木)
移動図書館「しまる」公開
日時 11月3日(火・文化の日) 午前10時～午前11時
場所 図書館前広場
※貸出・返却可
スマホを使いこなして「コロナ禍を乗りきろう!」(全4回)
スマホデビューしたあなたにおすすめの講座です。
日時 11月4日～18日の毎週水曜日
【Androidコース】午前10時～正午
【iPhoneコース】午後2時～午後4時
※11月25日(水)【2コース合同】午前10時～正午
場所 中央公民館2階第1研修室と3階ホール
講師 「Androidコース」株式会社りゅうせき商事「iPhoneコース」ドコモショップ経塚店(スマホに潜む危険性について)調整中
対象 市内在住・在勤の人でスマートフォンを持っている人
費用 無料
持ち物 ご自身のスマートフォン



▲コロナ感染拡大防止のため、集団検診会場では検温や入場者数調整を行います。

る頃に予診票を発送しますので同封のチラシをご覧ください。
集団健診のお知らせ
11月の集団健診(特定健診・がん検診)の予約を受け付けます。
実施日 11月14日(土)・15日(日)
場所 保健相談センター(WEB予約もできます。詳しくは市ホームページ、がん受診券をご覧ください。)
※コロナ感染拡大防止のため、健(検)診を中止する場合があります。
申し込み 10月14日(水)～16日(金) 沖縄県健康づくり財団 ☎(889)64502

産後ケア事業
助産師が心身ケアや育児相談等を行います。
対象者 産後4か月頃までの母親と乳児で、家族等から援助が受けられず、心身の不調等がある人
利用料 自己負担あり(市町村民税非課税世帯、生活保護世帯は無料)詳しくは、市ホームページもしくは電話で問い合わせください。

浦添市立中央公民館
☎(879)5503
FAX(879)5503
MAIL: rns@koninkan.city.usoe.lg.jp
窓口対応は土日祝日除く午前9時～午後5時
開催期間 10月24日(土)～11月26日(木)
移動図書館「しまる」公開
日時 11月3日(火・文化の日) 午前10時～午前11時
場所 図書館前広場
※貸出・返却可
スマホを使いこなして「コロナ禍を乗りきろう!」(全4回)
スマホデビューしたあなたにおすすめの講座です。
日時 11月4日～18日の毎週水曜日
【Androidコース】午前10時～正午
【iPhoneコース】午後2時～午後4時
※11月25日(水)【2コース合同】午前10時～正午
場所 中央公民館2階第1研修室と3階ホール
講師 「Androidコース」株式会社りゅうせき商事「iPhoneコース」ドコモショップ経塚店(スマホに潜む危険性について)調整中
対象 市内在住・在勤の人でスマートフォンを持っている人
費用 無料
持ち物 ご自身のスマートフォン

産前、産後の健康チェック **ママさん健診**
問い合わせ: 保健相談センター ☎(875)2100
産婦健康診査
対象 ▶ 浦添市に住所登録のある産後8週以内の産婦さん
場所 ▶ 浦添市と契約している医療機関
※県外で受けた人は、ご連絡ください。
妊婦歯科健診事業 ●歯・歯周病の診察 ●保健指導
対象 ▶ 妊婦さん
場所 ▶ 浦添市と契約している歯科医療機関(親子健康手帳交付時にリストを配布)
費用 ▶ 無料(公費負担) ※受診票が必要です。
マタニティスクール
食事と妊婦健診結果の関連・食事の選び方・妊婦ジャケットの装着体験・赤ちゃん人形抱っこ体験等。
対象 ▶ 妊婦さんとそのパートナー(市内在住者)
日時 ▶ 11月29日(日) 午前9時～正午
申し込み ▶ 10月29日(木)～11月26日(木)

こども・子育て 乳幼児健康診査日程
問い合わせ: 保健相談センター ☎(875)2100
各健診の対象者には通知書を交付しています。
ベビースクール(離乳食教室)
●離乳食についての講話 ●デモンストレーション
日時 ▶ 10月16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 ▶ 10月13日(火)まで
※ゆっくり講話を聞くために、お子さんは預けて来ていただくことをお勧めします。
2歳児歯科健診事業
●歯の診察 ●フッ素塗布 ●歯磨きの仕方・保健指導
対象 ▶ 2歳～3歳未満の子(3歳のお誕生日前日まで)
場所 ▶ 浦添市と契約している歯科医療機関 ※通知書にリストを同封
費用 ▶ 無料(公費負担)
乳幼児健診
●前期(3～4か月) 新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、時限的に個別健診(各医療機関)で実施しています。詳細は通知書の内容をご確認ください。
●後期(9～10か月) 日程 ▶ 10月11日(日) 受付時間は予約制になりました。詳細は通知書の内容をご確認ください。
1歳6か月児健診(全回水曜日)
日時 ▶ 10月8日、15日、22日、29日
受付時間 ▶ 午後1時15分～午後2時15分
3歳児健診(全回水曜日)
日時 ▶ 10月7日、14日、21日、28日
受付時間 ▶ 午後1時15分～午後2時15分

浦添市リサイクルプラザ
☎(861)3196
休館日: 毎週月曜日
着物のリメイク(二部式着物作り)(全2回)
日時 10月17日(土)・18日(日) 両日とも午後12時30分～午後4時30分
参加費 100円
持ち物 筆記用具
定員 10人
秋の園芸講座(全2回)
日時 10月24日(土)・25日(日) 両日とも午前10時～正午
参加費 420円
持ち物 24日筆記用具、25日軍手、タオル、帽子、汚れてもいい服装と靴、ヘラ、直径30cm・高さ20cmの鉢が入る持ち帰り用のビニール袋
定員 12人
ダンボールコンポストを使って生ごみ堆肥を作ろう!
日時 10月28日(水) 午前10時～正午
参加費 100円
持ち物 筆記用具
定員 10人
Under 40限定書で思いを伝える「うちなあくちで年賀状」(全5回)
20～40代を対象に、筆ペンを使ってうちなあくちの年賀状を作成します。
日時 11月6日～12月4日(毎週金曜日) 午後7時～午後9時
場所 中央公民館2階第1研修室
講師 与儀千鶴子氏(うちなあくち講師)・新里利浩氏(書道家)
対象 市内在住・在勤の20～40代の人
費用 300円(材料費)
※筆ペンは各自持参
定員 15人程度
受け付け 10月12日(月)から定員になり次第締め切り。受講決定後改めて連絡します。
申し込み 電話・FAX・メール・公民館窓口
参加費 150円
持ち物 着物・ミシン・裁縫セット
定員 8人
トートバッグの柿染め(全2回)
日時 10月20日(火)・11月10日(火) 両日とも午前9時30分～午後12時30分
参加費 2220円
持ち物 トートバッグと染めたい布(天然素材)・お手拭き
定員 8人
帯のリメイク(つくり帯)
日時 10月21日(水) 午後12時30分～午後4時30分
参加費 60円
持ち物 帯・ミシン・裁縫セット、ひもをつくる布(30cm×28cm)
定員 8人