

浦添市消防本部

☎(875)0119

■救急法講習会(上級)

「助けたい思いをワザに救急法」
成人・小児・乳児に行う心肺蘇生法(AED含む)、外傷の処置、止血法、異物除去法、患者搬送法など

日時 9月21日(土) 午前9時～午後6時1時間の休憩あり
場所 消防本部 2階講堂

定員 30人

(浦添市在住・在勤の人優先)

費用 無料

申し込み 講習会前日まで(受付時間は土日・祝日除く午前8時30分～午後5時)

■9月9日は救急の日です

救急車は限りある資源です。本当に救急車が必要な人のために適正利用にご協力ください。

保健相談センター

☎(875)2100

■集団健診のお知らせ

10月の集団健診(特定健診・がん検診)の予約を受け付けます。
申し込み 9月25日(水)～27日(金) 沖縄県健康づくり財団 ☎(889)6452

■実施日 10月26日(土)

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。

■出張!!健康講話

健康に関する講話を職場等

に出向き行っています。ランチタイムなど、すぎま時間を健康づくりのために活用してみませんか?

費用 無料

対象者 18歳以上の市民、市内在勤者
受付時間 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

■こころの健康講演会

『なんでやめられないの?』

アルコール、ゲーム・動機づけ面接から学ぶ伝え方・変わりたいを引き出す会話術

講師 清水隆裕氏(ちばなクリニック健康管理センター医長)

日時 9月18日(水) 午後7時～午後9時(午後6時30分開場)

場所 保健相談センター2階大ホール

対象 浦添市民、精神保健関係機関職員またはテーマに関心のある人 ※手話通訳有り

費用 無料

■こころの健康パネル展

9月10日の世界自殺予防デーに併せてパネル展を開催します。

日時 9月10日(火)～17日(火)まで

場所 市役所1階展示ホール 銀行ATM前

■こころの発達講演会のお知らせ

0歳～3歳の発達段階と関わり方について

日時 9月21日(土) 午後2時～午後4時(受付:午後1時30分)

講師 城間直秀氏(発達神経

クリニックプロップ院長) ※予約不要です。詳しくはホームページをご覧ください。

浦添市美術館

☎(879)3219

■休館日…毎週月曜日

※9月16日・23日は開館

開館時間…午前9時30分～午後5時

(最終入館は午後4時30分まで)

※金曜日は午後7時まで開館(最終入館は午後6時30分まで)

▲美術館 ホームページ

▲美術館 Facebook

■令和元年度第1期常設展「琉球漆器ってなんだろう?見て知って楽しむ常設展」

会期 9月23日(月・祝)まで

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
関連講座 「琉球漆器の修復」文化財としての漆器の修復についての講話。

日時 9月22日(日) 午後2時～午後4時

場所 常設展示室5
講師 土井菜々子氏(漆文化財修復師)

定員 30人

聴講料 常設展観覧券が必要

■マイ漆器作り教室

漆塗りのマイ箸や、スプレー・ヘア・箸置きを作る。

期日 9月21日、28日、10月5

日、12日、19日(全土曜日)

時間 午前10時～正午

講師 鈴木仁氏(漆芸家)

定員 10人(全5回出席できる人)

費用 3千円

申し込み 8月13日(火)～9月7日(土) ※電話受け付けのみ

浦添市立図書館

☎(876)4946

■休館日…毎週月曜日、24日(火)、27日(金)資料整理日

■アメリカシネマ上映会

内容 『Coco』

日時 9月8日(日) 午後2時～(105分)

場所 2階視聴覚室

その他 英語音声・日本語字幕付き・アニメ

■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 9月10日(火) 午後4時～午後4時30分

■第11回暮らしに役立つ図書

館講座 「老い支度―相続・遺言、尊厳死宣言」

元公証人による相続、遺言にまつわる知識を深める座学。

※手話通訳有り

日時 9月20日(金) 午後2時～午後4時

場所 2階視聴覚室

対象 一般(18歳以上)

定員 25人(要申し込み・先着順)

講師 平良晶氏(元公証人)

受付開始 9月1日(日)～19日(木)

■やさしい本から読み始める

英語多読

日時 10月6日(日) 午前11時～正午

対象 英語学習に興味のある人(中学生くらいの英語力から)

定員 20人

講師 新川智清氏(元沖縄工業高等学校教授)

浦添市立中央公民館

☎(879)5503

FAX(879)5530

■スマホを使いこなそう!

スマホデビューしたあなたにオススメの講座です。

講師 『Androidコース』『iPhoneコース』『ドコモ

ショップ経営店』『危険性について』浦添警察署城間交番所長

期日 10月4日・11日・18日・25日(全金曜日)

時間 ①Androidコース…午前10時～正午

②iPhoneコース…午後2時～午後4時

※25日は午前11時～正午(2コース合同)

場所 中央公民館 視聴覚室、第一研修室

対象 浦添市内在住・在勤の人

※スマホを持っている人

費用 無料

持ち物 ご自身のスマホ

定員 各コース先着20人

募集期間 9月9日(月)から

人数に達し次第締め切ります。

■KARATE☆キッズ

東京オリンピックの競技に採用された沖縄発祥の空手の歴史にふれながら実際に体験し、公民館まつりで披露します。

講師 松田周氏(沖縄空手小林流協会所属松門道場)

日時 10月12日(土)～11月30日(土) 毎週土曜日 全8回

午前10時～午前11時30分

場所 中央公民館 視聴覚室

対象 市内在住の小学1～3年生 ※公民館まつりでの発表まで参加できる人(保護者の参加も可・要申し込み)

費用 無料

定員 20人

募集期間 9月2日(月)から定員に達し次第締め切り

■浦添市立中央公民館開館40周年記念事業講座「朗読と劇と体験

談で織りなすピースフル講座」

大分県佐伯こども・市民ミュージカルによる絵本朗読、浦添ゆい

ゆいキッズシアターによるショート演劇『peaceful』と戦争体験者・渡口彦信氏(元少年兵)のお話を聴く平和講座。

※手話通訳有り

日時 9月28日(土) 午後1時～午後3時

場所 中央公民館3階ホール

対象 市内在住・在勤・在学の人

定員 100人(要申し込み)

申込方法 電話 FAX・公民館窓口で受け付け ※詳しくは

ホームページを確認ください。

■布のリフォーム「足に優しい布ぞうり作り」

日時 9月22日(日) 正午～午後4時

参加費 360円

持ち物 よく切れるハサミ、古いTシャツ3～5枚

定員 8人

◆不用品提供のお願い

家庭で眠っている不用品があれば、提供をお願いします。※不用品持ち込みの際は、身分証明のご提示をお願いします。

参加費 260円

持ち物 浴衣・裁縫セット

定員 10人

健康増進普及月間

健康増進普及月間とは、健康に対する国民一人一人の自覚を高めて、健康づくりの実践を促進していくことを目的として定められた月間です。令和元年度9月は、食生活改善普及運動と連携して様々な活動が全国的に実施されています。

令和元年度『健康増進普及月間』統一標語
1に運動 2に食事
しっかり禁煙 最後にクスリ
～健康寿命の延伸～

●健康増進普及月間パネル展

生活習慣病の特徴を知り、運動・食事・禁煙などの生活習慣を見直すきっかけ作りのため、パネル展を実施します。関連書籍の閲覧もできますので、お気軽にお越しください。市民のみなさん、ぜひこの機会に健康づくりに取り組みましょう。

日程 ▶9月10日(火)～25日(水)

場所 ▶浦添市立図書館 玄関ホール前

【問い合わせ】健康づくり課 ☎(875)2100

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。

こども政策課
わんぱく係
(内線 3646)



出産準備

問い合わせ：保健相談センター ☎(875) 2100

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・グループワーク・体験コーナー・妊婦体験ジャケット・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 ▶9月29日(日) 午前9時～正午
申し込み ▶9月26日(木)まで

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。