

市民協働・男女共同参画
ハーモニーセンター
 ☎(874)5711

まちづくりふれあい出前講座のご案内

市内で活動する団体等が主催する集会上、市の職員が講師として出向き市政の説明や専門知識を活かした講座等を行う出前講座を実施しています。地域活動や学校、仲間同士でぜひ活用ください。

費用 無料
 講座テーマ 健康・福祉、暮らし・環境、教育・文化、まちづくり、市政など
 ※詳しくは、ハーモニーセンターへ問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。



▲まちづくりふれあい出前講座

市民活動団体登録制度

市民活動団体の活動内容などの情報を市に登録し、ホームページなどで公開しています。市民活動に関心のある市民や、市民活動団体同士のネットワークづくりが期待できます。

※詳しくは、ハーモニーセンターへ問い合わせください。



▲市民活動団体登録

浦添市消防本部
 ☎(875)0119

救急法講習会(普通)

「助けない 思いをワザに救急法」

成人に行う心肺蘇生、AEDの使い方、止血法、異物除去法など

日時 5月18日(土) 午後1時～午後4時

場所 消防本部 2階講堂
 定員 30人

費用 無料
 申し込み 5月17日(金) まで
 (受付時間は土日・祝日除く午前8時30分～午後5時)

保健相談センター
 ☎(875)2100

「3kgやせたいあなたへ」

健康チャレンジ手帳を使用して減量に挑戦しませんか？

内容 食事や運動の情報や体重増減記録表など

費用 無料

対象者 18歳以上の市民、市内在勤・在学者

受付時間 午前8時30分～午後5時(土日・祝日を除く)

配布場所 保健相談センター
 健康づくり課

■特定健診・がん検診スタート

特定健診・がん検診が5月1日から始まります。病気の予防・早期発見のために毎年受けましょう。

内容 特定健診・がん検診・歯周病検診・生活保護一般健診・長寿健診

受診方法 集団健診(保健相談センター)・個別健診(市内外医療機関)

※各健診の対象者には受診券を送付しています。特定健診は国民健康保険証(一体型)受診の際に必ず持参してください。

産婦健康診査のご案内

対象 浦添市に住所登録のある産後8週以内の産婦さんで、産後2週目と1か月頃の健診2回分を助成します。(上限額1回当たり五千円)

場所 浦添市と契約している医療機関

※受診票が手元がない人(平成31年3月までに親子健康手帳の交付を受けた人)は、保健相談センターまでご連絡ください。

浦添市美術館
 ☎(879)3219

■休館日：毎週月曜日、祝日にあたる5月1日(水)～6日(月)は開館
 ※5月22日(水)は館内消毒のため、臨時休館。
 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

第3期常設展「福づくし」

縁起よしのおめでたい漆器展」吉祥文が描かれたおめでたい漆器を紹介します。

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(元沖縄工業高等専門学校教授)

浦添市立中央公民館
 ☎(879)5503
 FAX(879)5530

■若手女性舞踊家が教えるアラサー★アラフォーのための「かぎやで風」講座

若手女性舞踊家が教える琉球舞踊入門講座。

日時 ①6月6日(木)～7月11日(木) まで毎週木曜日 午後7時～午後9時

場所 中央公民館 視聴覚室
 講師 親盛 明佳里氏 真南風流真紀 扇美佐の会 教師

対象 市内在住・在勤・在学の20～40代の人

費用 無料

定員 12人

申し込み 5月8日(水) から定員になり次第締め切ります。

申込方法 電話・メール・公民館窓口で受け付け。



▲かぎやで風講座

※詳しくは市ホームページをご確認ください。

これからパパママになるみなさんへ
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 ▶5月19日(日) 午前9時～正午
 申し込み ▶5月16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。

こども・子育て

問い合わせ：保健相談センター ☎(875) 2100

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・試食(保護者のみ)

日時 ▶5月24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 ▶5月21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)

浦添市リサイクルプラザ
 ☎(861)3196

■休館日：毎週月曜日、GWその他5月1日(水)～6日(月)

■持ち物の着物を素敵に変身！着物のリフォーム二部式着物づくり(全2回)

日時 5月10日(金)・11日(土) 午後0時30分～午後4時30分
 参加費 200円

持ち物 着物・裁縫セット、ミシン
 定員 10人

■誰でも簡単に結べる！帯のリフォーム「つくり帯作り」

日時 5月18日(土) 午後0時30分～午後4時30分

持ち物 帯・裁縫セット・ミシン

参加費 100円
 定員 10人

LGBT(性的マイノリティ)に関する
 電話相談窓口 を開設しています！

日常生活においてさまざまな悩みを抱えた性的マイノリティの人々や、その関係者の人々からの相談に応じるための専門の電話相談窓口を開設します。性的少数者に関する悩み事について、お気軽にご相談ください。

相談日時 毎月第4土曜日、午前9時～正午
 ※日程の変更がある場合は、市のホームページでお知らせします。

対象者 性的マイノリティ当事者の人、パートナー、家族・友人や職場の人、学校の教職員、子どもの教育に関わっている人など。10代からご年配の人まで。

相談内容 性的マイノリティに関する相談全般。特に、親子関係(親へのカミングアウト、子どもからカミングアウトされた、子どもが性的マイノリティ、もしくはそうではないか等)、学校生活(制服、トイレ、髪型、友達関係、カミングアウト等)、当事者の児童・生徒への対応方法は相談員の専門分野です。

場 所 浦添市市民協働・男女共同参画課ハーモニーセンター

相談窓口 070-5491-3228(専用ダイヤル)
 ※相談時間の目安は、30分以内とします。

【問い合わせ】浦添市市民協働・男女共同参画課
 ハーモニーセンター ☎(874)5711

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)

