

浦添市男女共同参画推進
ハーモニーセンター
☎874-5711

■ハーモニーセンターまつり
【内容】利用団体による舞台発表、パネル展示、茶席など。
【日時】11月15日(日) 10時～15時
オープニングセレモニー(餅つき大会) 10時
女団協研修報告会 11時
茶席(有料200円) 12～15時
舞台発表 13時

浦添市消防本部
☎875-0105

■救急法講習会のお知らせ
「助けたい 思いをワザに 救急法」
【内容】成人を行う心肺蘇生法、AEDの使い方、止血法、異物除去(普通)。
【日時】11月21日(土) 13時～16時
【場所】消防本部2階講堂
【定員】30人
【対象】市内在住・在勤の方優先
【費用】無料
【受付期間】11月20日(金)まで 時間は8時30分～17時(土日・祝日を除く)
【申込み】消防本部総務課

保健相談センター
☎875-2100

■マタニティスクール
【内容】妊娠中の食事の選び方、食事と妊婦健診結果の関連、グループワークや妊婦体験ジャケット・赤ちゃん人形抱っこ体験等を行います。
【日時】11月29日(日) 9時～12時
【対象】妊婦さんとそのパートナーの方(市内在住)
【申込み】11月26日(木)まで。
■乳幼児健康診査のお知らせ
【日時】11月22日(日) 3～4か月健診13時～15時、9～10か月健診9時～11時

■2歳児歯科健診事業
お子さんのむし歯を予防し、健康な歯を保つために、2歳児歯科健診を受診しましょう。
【内容】歯の診察、歯磨きの仕方、保健指導、フッ素塗布など。
【場所】市と契約している歯科医療機関で実施。
※通知書にリストを同封
【対象】2歳～3歳未満(3歳のお誕生日前日まで)の子。
【費用】自己負担額無料(公費負担)
※対象となる方には通知をしておりますので、詳細は通知書の内容をご確認ください。

【日時】12月12日(土) 7時45分から整理券配布
【場所】社会福祉センター
今回は保健相談センターではありません。
【申込み】沖縄県健康づくり財団 ☎889-6452
【申込期間】11月16日(月)～18日(水)

【場所】保健相談センター
【講師】名嘉村クリニック医師 玉城祥乃氏
【費用】無料
■第6回無料健康相談のお知らせ
【内容】簡易血糖値測定・血圧・BMI・体脂肪測定、医師による健康相談、在宅相談、パネル展など。
【日時】11月16日(月) 9時～17時
【場所】市役所1階市民ホール
【主催問い合わせ】名嘉村クリニック
☎870-6600
※詳しくは市ホームページをご覧ください。

水曜日はメンズキッチンデー
一皿から広がる新しい関係

今回は「人生を楽しむための食」をテーマに、地域支援課が開催している「男の料理教室」を紹介します。
料理教室のメニューは「豚肉と玉ねぎのポン酢炒め」「貝だくさんみそ汁」「もずくとニラの卵焼き」「コーヒゼリー」の4品でした。
栄養士の指導の下、普段から料理をしている人、妻任せの人、それぞれに料理づくりを楽しんでいる様子で「家では油を入れすぎていたなあ」と健康を考えたレシピに反省する場面もありました。

問い合わせ  **男女共同参画推進ハーモニーセンター**
☎874-5711

浦添市美術館
☎879-3219

■平成27年度第Ⅱ期常設展「五感で楽しむうるし」
【会期】平成28年1月11日(月)まで。
【費用】一般150円・大学生100円・高校生以下無料
■琉球の漆文化と科学2015年
【日時】11月14日(土) 13時～18時30分
【場所】てだこホール(市民交流室)
【内容】素材から見える琉球の漆器と植物

■第34回浦添市文化協会文化祭のお知らせ
【期間】11月26日(木)～29日(日)

浦添市立図書館
☎876-4946

■おはなしの部屋
【内容】秋のおはなし
【日時】11月14日(土) 15時30分～16時
【場所】かたりの部屋
【対象】4歳以上
【その他】「おはなしの木の会」による語り聞かせ。

児童センター
開館日:月曜日～土曜日
開館時間:10時～18時
※夜間開放もしています。
若草児童センター
☎877-0047

内間児童センター
☎876-1502

西原児童センター
☎878-1766

経塚児童センター
☎876-4100

宮城ヶ原児童センター
☎876-1895

まちなと児童センター
☎873-1898

浦城っ子児童センター
☎878-6815

森の子児童センター
☎874-7610

うらそえくすく児童センター
☎874-0417

宮城っ子児童センター
☎870-0227

前田ユブシが丘児童センター
☎871-1558

※行事などの詳細については各児童センターのホームページを参照するか直接問い合わせください。