

浦添市男女共同参画推進
ハーモニーセンター
☎874-5711

女性の健康講座「知っておきたい女性のカラダとココロ」婦人科の立場から
【内容】思春期・妊娠・出産・更年期とライフステージで変化する女性の身体、それに伴う心の変化を理解する講座。
【日時】8月19日(水) 19時～20時30分
【場所】ハーモニーセンター
【講師】高宮城直子氏 (Naoko女性クリニック院長)
【対象】市内在住・在勤の方
【費用】無料
【定員】30人
【申込み】8月17日(月)まで。
【その他】定員に達し次第締切(託児・要予約)

【定員】30人
【申込み】8月25日(火)まで。
【その他】定員に達し次第締切(託児・要予約)

財団 ☎889-6452
【申込期間】8月17日(月)～19日(水)
【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】9月13日(日) 9時～12時
【場所】保健相談センター
【対象】妊婦さんとそのパートナーの方(市内在住)
【申込み】8月13日(木)～9月10日(木)

シヨン・試食(保護者のみ)
【日時】9月25日(金) 13時30分～16時(受付13時～13時30分)
【対象】4か月～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住)
【申込み】8月25日(火)～9月18日(金)

浦添市美術館
☎879-3219
休館日 毎週月曜日
【漆器の中のものがたり】
【日時】9月13日(日)まで。
【費用】一般150円・大学生100円・高校生以下無料

救急法講習会のお知らせ
【内容】成人を行う心肺蘇生法、AEDの使い方、止血法、異物除去
【日時】8月15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
【申込み】消防本部総務課
【申込期間】8月3日(月)～14日(金) 8時30分～17時(土日を除く)

特定健診のお知らせ
9月の総合健診(集団健診)の予約を受け付けます。生活習慣病の予防と早期発見のために特定健診・がん検診を受けましょう。
【日時】9月26日(土) 27日(日) 7時45分から整理券配布
【場所】保健相談センター
【申込み】沖縄県健康づくり

乳幼児健康診査のお知らせ
【日時】8月15日(土) 3～4か月健診13時～15時、9～10か月健診9時～11時、1歳6か月健診8月6日(木) 13日(木) 13時15分～3歳児健診8月5日(水) 12日(水) 13時15分～
【妊婦健康診査について】妊娠中に必要な14回の妊婦健診が公費で受けられます。妊娠中は今以上に体調管理に気を配らないといけません。安心して出産を迎えられるよう妊婦健診を受けましょう。
県外で妊婦健診を受ける場合は事前に、その他妊婦健診に関する事など、保健相談センターにお問い合わせください。

浦添市サイクルプラザ
☎FAX 861-3196
休館日 毎週月曜日
柿渋を使って一貫張り
【日時】8月14日(金) 11時～12時、21日(金) 11時～12時
【費用】650円(材料費・保険代含む)
【定員】10人
【持ち物】お手ふき・カゴ
【廃材を使って「ミニチュア小物作り」】
【日時】8月15日(土) 10時～12時30分
【費用】400円(材料費・保険代含む)
【定員】10人
【持ち物】お手ふき・絵具セット
※各講座の申込みは8月7日(金)9時からです。
※冬物衣料の持ち込みは7月で終了しました。

文学の中の女性像
【内容】文学作品の中に描かれる女性は、時代とともにどのように変わってきたのでしょうか。文学を通してジェンダーを考えよう。講座。
【日時】8月31日(月) 19時～20時30分
【場所】ハーモニーセンター
【講師】与那覇恵子氏(東洋英和女学院大学教授)
【対象】市内在住・在勤の方
【費用】無料

保健相談センター
☎875-2100
【特定健診のお知らせ】
9月の総合健診(集団健診)の予約を受け付けます。生活習慣病の予防と早期発見のために特定健診・がん検診を受けましょう。
【日時】9月26日(土) 27日(日) 7時45分から整理券配布
【場所】保健相談センター
【申込み】沖縄県健康づくり

水曜日は
メンズキッチンデー
—皿から広がる新しい関係—
今回は、浦添市 PTA 連合会会長の親盛徳三さんです。
離島で生まれ育った私は、高校進学のため親元を離れ、兄と二人の生活が始まりました。家事は私の担当で、最初の頃は味噌汁とキャベツやもやしを使った野菜炒めが中心でした。
しかし、長年の自炊生活のため、当初に比べればパントリーも増えました。今日の昼食はゴーヤーチャンプルーと味噌汁です。玉子と豆腐が無かったので代わりにソーセージとツナ缶を入れました。出来栄は写真のとおり。味はもちろん…。
食材を使い切り、小言をいわれることもあります。家族の「おいしい」という笑顔に癒されます。
「メンズキッチン写真」を募集しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。
男女共同参画推進
ハーモニーセンター
☎874-5711

浦添市立図書館
☎876-4946
休館日 毎週月曜日

なつかしの映画館
[Shanel]
【日時】8月15日(土) 10時～12時
【場所】2階視聴覚室
【その他】英語音声・日本語字幕付き

アメリカ映画上映会
[Monsters University]
【日時】8月15日(土) 14時～17時
【場所】2階視聴覚室
【その他】英語音声・日本語字幕付き

多文化コーナーデコレション
【日時】8月12日(水) 14時～16時
【場所】多文化コーナー
【対象】中学生以上
【定員】10人(先着順)
【申込み】電話・メール・図書館カウンター
空とぶじゅうたんおはなし会

こわーい夏のおはなし
【日時】8月16日(日) 15時30分～16時
【場所】かたりの部屋
【その他】アメリカの図書館司書によるおはなし会
【アメリカ留学説明会】
【日時】8月19日(水) 15時30分～16時30分
【場所】かたりの部屋

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

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

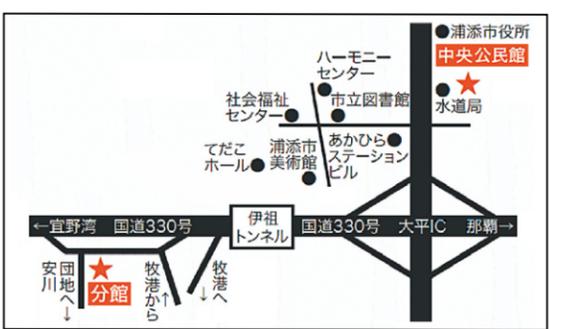
児童センター
開館日:月曜日～土曜日
開館時間:10時～18時
※夜間開放もしています。
若草児童センター
☎877-0047
内間児童センター
☎876-1502
西原児童センター
☎878-1766
経塚児童センター
☎876-4100
宮城ヶ原児童センター
☎876-1895
まちなと児童センター
☎873-1898
浦城っ子児童センター
☎878-6815
森の子児童センター
☎874-7610
うらそえくすく児童センター
☎874-0417
宮城っ子児童センター
☎870-0227
前田ユブシが丘児童センター
☎871-1558

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

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

アメリカ留学に関する英語の絵本の読み聞かせ
【日時】9月1日(火) 16時30分
【場所】かたりの部屋
【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
【英語のおはなし会】
【日時】9月1日(火) 16時30分
【場所】かたりの部屋
【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
【ミニ英会話】
Fun! Fun! English
【日時】9月5日(土) 15時30分～16時30分
【場所】2階視聴覚室
【対象】小学生・中学生
【定員】15人(応募多数の場合は抽選)
せかいのおはなし会
としよまるスペシャル
【日時】9月6日(日) 10時30分～11時10分
【場所】浦西団地公民館
【その他】JICA研修員による絵本の読み聞かせ
【移民と戦争】パネル展
様々な国や地域へ移民したウラシオンチュウの、移民先での戦争体験を写真

大人のための星空教室
【内容】夏の星座、土星、星雲、星団の観察をしながら、身近な自然に触れ、リラックスする時間を作る。
【日時】8月14日(金) 19時30分～21時30分
【場所】浦添市養蚕絹織物施設サン・シルク駐車場
【講師】赤嶺良雄氏
【対象】市内在住・在勤の方
【定員】30人
【費用】無料
【申込み】8月11日(火)～13日(木) 電話・窓口にて先着順
【内容】子ども体験学習作



品展示、サークル・団体舞発表、バザー販売など
【日時】8月8日(土) 13時～17時
【場所】中央公民館分館
【問い合わせ】中央公民館分館 ☎879-6640
※当日は中央公民館前から、専用バスが12時15分から15分間隔で運行します。詳しくは市ホームページをご覧ください。