

浦添市男女共同参画推進
ハーマニーセンター
☎874-5711

■情報ボランティア募集中
浦添市男女共同参画推進
ハーマニーセンターでは、
毎月第3木曜日10時から12
時まで、新聞スクラップの
ボランティアを実施してい
ます。謝礼・交通費の支払
いはありませんが、月に一
度おしゃべりをしながら
ゆつくりと新聞を読む機会
にしてみませんか。
詳しくは市ホームページま
たはハーマニーセンターま
で。

浦添市消防本部
☎875-0105

■救急法講習会のお知らせ
「助けて!思いをワザに
救急法」
【内容】成人に行う心肺蘇
生法、AEDの使い方、
止血法、異物除去
【日時】7月25日(土) 13時
〜16時
【場所】浦添市消防本部2
階
【定員】30人(浦添市在住・
在勤の方を優先にします)
【費用】無料
【受付期間】7月24日(金)
まで。
9時〜17時(土日・祝日
を除く)

保健相談センター
☎875-2100

■ベビースクール(離乳食
教室)
【内容】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)
【対象】4ヶ月〜8ヶ月の
乳児を持つ保護者(浦添
市民)
【日時】8月7日(金) 13
時30分〜16時(受付13時
〜13時30分)
【申込期間】7月7日(火)
〜8月5日(水)
【その他】ゆつくり講話を
聞くためにお子さんは預
けて来ていただくことを
お勧めしています。

■予防接種ステーションの
お知らせ
浦添市には、日曜日の
午前中に病院で予防接種
を受けることができる「予
防接種ステーション」があ
りますので、ぜひご利用く
ださい。7月・8月9月は、
同仁病院となっています。
なお、ご利用の際は、必
ず前日までに電話予約を
行ってください。
☎876-2212
■健康相談のご案内
健康のことで、日頃不安
に思っていることはありませんか?
なんでも、お気
軽にご相談ください。
【内容】健診結果の見方、

血糖値やコレステロール
の下げ方等生活習慣病に
関すること。その他健康
に関する相談、血圧測定。
【日時】毎週水・金曜日10
時〜12時(祝祭日除く)
【場所】市保健相談セン
ター 健康相談室
【対象】市内在住の方
【費用】無料
【持参】健診結果等
【申込】電話でご予約く
ださい。
※詳細は、市ホームページ
にも掲載しています。

■8月総合健診(集団健診)
のご案内
特定健診(自己負担な
し)、がん検診(一部自己
負担あり)を受けることが
できます。
※詳細は、市ホームページ
にも掲載しています。

【健診日】8月8日(土)、
9日(日)
【場所】市保健相談セン
ター
【予約期間】7月13日(月)
〜15日(水)
【予約先】沖縄県健康づく
り財団
(☎889-6452)
※予約期間が短くなってい
ますので、ご注意ください。
※詳細は、市ホームページ
にも掲載しています。

■企画展
みんなだいすきアンパン
マン・やなせたかしの世
界展
【日時】7月3日(金)〜
8月9日(日)
【費用】一般800円(700円)
中・高生600円(500円)
3歳〜小学生400円
(300円)
※(一)内は前売りおよび
20人以上の団体料金

浦添市ゲートキーパー養成講座

あなたの身近に、悩みや問題を抱えつらい思いをし
ている人はいませんか?
最近元氣のない友人や同僚、家族がいたりしませんか?
一人一人が、身近な人の様子を気かけ、こころの
サインに気づくことが、心の健康やいのちを守ることに
繋がります。
浦添市では、ゲートキーパー養成講座
を下記日程で開催します。

気づき 傾聴 つなぎ 見守り

◆7月28日(火)
自殺の現状・ゲートキーパーの役割
講師:健康づくり課 保健師
◆8月3日(月)
うつ病などの精神疾患の理解と対応
講師:仲本晴男 氏
(県立総合精神保健福祉センター所長)
◆8月11日(火)
傾聴法・リラクゼーション法
講師:兼久満 氏(糸満晴明病院 臨床心理士)
◆8月18日(火)
借金・経済問題を抱える人への支援
講師:伊藝広介 氏
(沖縄県司法書士会司法書士)
◆10月2日(金)
自殺予防と地域でできること
講師:仲本晴男 氏
(県立総合精神保健福祉センター所長)

時 間: 14時〜16時
場 所: 浦添市保健相談センター
対 象: 市内在住・在勤・在学者
※全日程受講できる方を優先。これまでの
浦添市ゲートキーパー養成講座受講者は
除く。
定 員: 35人(先着順)
申込期間: 7月27日まで
申 込 先: 浦添市保健相談センター ☎875-2100

【開館時間】9時30分〜17
時(入館は16時30分ま
で)
※金曜日は19時まで(入
館は18時30分まで)
浦添市立図書館
☎876-4946
休館日 毎週月曜日

■なつかしの映画会
『The Maltese Falcon』
【日時】7月18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
『Captain America』
【日時】7月18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
■空とぶじゅうたんおはな
し会
【日時】7月19日(日) 15
時30分〜16時
【場所】かたりの部屋
【その他】図書館職員によ
る絵本・紙芝居の読み聞
かせ
■おはなしのたから箱
【日時】7月26日(日) 15
時30分〜16時
【場所】かたりの部屋
【その他】図書館ボラン
ティアによる「浦添・
沖縄の民話」のかたり
聞かせ、絵本の読み聞

かせ等
■ミニ英会話
Fun! Fun! English
【内容】ゲームを通して外
国人講師と英会話を楽
しむ
【日時】8月1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)
【募集期間】7月16日(木)
〜31日(金)まで。
【申込】電話・メールまた
は図書館カウンター
■英語のおはなし会
【日時】8月4日(火) 16
時〜16時30分
【場所】かたりの部屋
【その他】英語の絵本の読
み聞かせ
■シンポジウム「故郷を離
れたウラシモンチュ渡
航・戦争・戦後」
浦添からの移民の実態
や戦後浦添の復興を支えた
人々の姿をまとめた移民史
「本編」、証言や資料を収録
した「証言・資料編」の刊

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
うらそえぐすく児童センター
☎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。

行を記念してシンポジウム
を開催します。
【日時】8月9日(日) 14
時〜16時
【場所】浦添市男女共同参
画ハーマニーセンター
■市立図書館臨時休館のお
知らせ
コンピュータシステム入
替作業館内レイアウト変更
等のため7月15日(水)ま
で臨時休館します。
※休館中の返却は、ブッ
クポストをご利用くださ
い。
※詳細については、図書
館ホームページをご覧
ください。

浦添市立中央公民館
☎879-5503
■「かぎやで風」完全マス
ター講座
琉球舞踊の文化と所作を
学び、祝いの席に欠かせな
い「かぎやで風」をマスター
しましょう。
【日時】8月11日〜9月15日
毎週火曜日15時〜17時

【場所】中央公民館本館視
聴覚室
【対象】市内在住・在勤者
【費用】無料(扇子あれば
持参)
【定員】15人
【申込期間】7月27日(月)
〜8月3日(月) 電話:
窓口先着順
浦添市リサイクルプラザ
☎FAX861-3196
休館日 毎週月曜日 21日(火) 海
の日の振替休

■夏休みエコ・チャレンジ
ウィーク
☆22日(水)「木っ端でク
ラフト」
【参加費】300円(材料費・
保険代含む)
☆23日(木)「さき織でコー
スター作り」
【参加費】110円(材料費・
保険代含む)
☆24日(金)「葉っぱのク
ラフト 昆虫作り」
【参加費】60円(材料費・
保険代含む)
☆25日(土)「玉ねぎの皮
でTシャツを染めよう」
【参加費】200円(材料費・
保険代含む)
【持ち物】蓋付ビン・小さ
い人形・ビーズなど
☆28日(火)「海のかから
でクラフト」
【参加費】210円(材料費・
保険代含む)
☆29日(水)「古紙で昆虫
切り絵」
【参加費】60円(材料費・
保険代含む)
【持ち物】ハサミ・古紙
いずれも定員10人、11時
〜12時、13時〜14時の2回
講座です。
(22日木っ端でクラフトの
み11時〜12時30分、14時〜
15時30分)
講座の受付は、7月7日
(火)9時から