

浦添市男女共同参画推進  
ハーモニセンター  
☎ 874-5711

■女性のためのワーク・ライフ・バランス  
子育て期でもなりたい自分になる方法  
内容 働いている女性や、復職したい女性が、家庭と仕事を共に充実させるコツを学ぶ。  
日時 10月22日(水) 10時～12時  
場所 ハーモニセンター  
対象 市内在住・在勤の方  
費用 無料  
定員 20人(先着順)  
募集期間 10月15日(水)まで  
講師 NPO おきなわ共育フアンド代表 田中美幸氏  
その他 託児は要予約。

浦添消防本部  
☎ 875-0105

■危険物取扱者試験  
日時 12月7日(日)  
場所 琉球大学、北部農林高等学校、那覇工業高等学校、八重山農林高等学校、久米島高等学校  
申込期間 10月24日(金)～31日(金)  
申込方法 受験願書を消防試験研究センターへ郵送または直接窓口へ持参してください。受験案内書は各消

防本部予防課、消防試験研究センター沖縄県支部で配布しています。  
※電子申請できます。詳しくは消防試験研究センターのホームページをご覧ください。  
試験種類 甲種、乙種(第1類、第6類)、丙種  
問い合わせ (財)消防試験研究センター沖縄県支部 ☎ 900-0029  
那覇市旭町 116-37  
自治会館6階  
☎ 941-5201

■救急法講習会  
「ものよりも 確かな備え 救急法」愛する命を守りたい！  
内容 成人に行う心肺蘇生法(AED含む)、止血法、異物除去。  
日時 10月18日(土) 13時～16時  
場所 市消防本部2階講堂  
定員 30人(市内在住・在勤の方優先)  
募集期間 10月17日(金)まで。受付時間は、9時から17時まで(土・日・祝日を除く)。

保健相談センター  
☎ 875-2100

■ベビースクール  
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)。  
日時 11月7日(金) 13時30分～16時(13時受付)  
対象 5か月～8か月の乳児を持つ保護者(市内在住)  
募集期間 10月7日(火)～11月4日(火)  
その他 ゆっくり講話を聞かために、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。

■こころの講演会  
「症状からみるこころの病(こころの不調を訴える何らかのサイン)」  
こころの病は誰もが抱える可能性があります。ただ突然病気になるわけではありません。なかなか気がつかないでいることが多いのですが、サインを見逃さないことが大切です。こころの健康について学んでみませんか？  
内容 こころの病の症状、受診方法や治療・予防について。  
日時 10月16日(木) 14時～16時  
場所 市保健相談センター2階大ホール  
費用 無料  
講師 大田裕一精神科医師(平安病院 院長)

■なかまクラブ  
内容 家に閉じこもりがち

その他「おはなしの木」の会による語り聞かせや絵本の読み聞かせ。

■空とぶじゅうたんおはなし会  
テーマ ハッピーハロウィン。  
日時 10月19日(日) 15時30分～16時  
場所 かなりの部屋  
その他 図書館職員による絵本等の読み聞かせ。

■英語のおはなし会  
日時 11月4日(火) 16時～16時30分  
場所 かなりの部屋  
その他 浦添市国際交流員クック・マリコ氏による英語の絵本等の読み聞かせ。

■なつかしの映画会  
映画『C'era l'Amore』  
日時 10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  
映画『A Mighty Heart』  
日時 10月18日(土) 14時～16時  
場所 2階視聴覚室  
その他 英語音声・日本語字幕付き。  
◆休日のご返却はブックポストをご利用ください。また、休日もインターネット上での検索・予約は可能です。

浦添市立中央公民館  
☎ 879-5503

■各種講座募集  
申込方法 電話・窓口にて10月7日(火)～20日(月)受付(先着順)。

■うらそえ織体験講座(全3回)  
内容 浦添織の施設見学後、糸ひき、染め、織の体験学習。

で出かける場のない方、もう一度生活範囲を広げられるよう仲間やスタッフと一緒に話し合ってみませんか？  
日時 毎月第2水曜日 14時～15時  
場所 市保健相談センター  
対象 市内在住でこころの病を患っている方。通院・治療を継続している方。保健相談センターへの来所が可能の方。  
費用 無料  
その他 保健師との面談に参加登録を行います。

また、水痘と高齢者の肺炎球菌の予防接種が、10月から新たに始まります。対象者の方には10月初旬に通知が届きますので、この機会にぜひ接種を受けましょう。  
浦添市美術館  
☎ 879-3219  
休館日 毎週月曜日  
■平成26年度第Ⅱ期常設展「うるしで発見! あ・い・う・え・お」ギャラリートーク  
日時 10月11日(土) 14時  
費用 一般150円、大学生100円、高校生以下無料  
■うるしの日体験教室  
内容 丸皿を加飾します。

「健康シリーズ」  
**水痘(すいとう)は予防ができます!!**  
水痘とは、いわゆる「みずぼうそう」のことで、水痘帯状疱疹ウイルスによって引き起こされる発疹性の病気です。空気感染、飛沫感染、接触感染により広がり、潜伏期間は感染から2週間程度と言われます。発疹の発現する前から発熱が認められ、発疹は赤くなり、水泡、膿疱となった後、かさぶたができ、治癒します。一部は重症化し、小児では熱性痙攣、肺炎、気管支炎など合併症を引き起こすこともあります。成人は稀ですが、水痘そのものが重症化する危険があります。  
この水痘にはワクチンがあり、水痘ワクチンの接種により発症を予防できると考えられています。10月1日より定期予防接種(全額公費負担)となりました。接種対象者となるのは1歳・2歳と、3歳・4歳(平成26年度に限り対象)のお子様です。対象となるお子様へ個別通知いたします。この機会に接種しましょう。ただし、既に水痘ワクチンを必要回数接種しているお子様、水痘にかかったお子様は接種不要です。接種前に必ず親子健康手帳でお子様の接種履歴をご確認ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。  
問い合わせ こども健康課(予防係) ☎ 875-2100



日時 10月21日(火)、22日(水)、23日(木)、10時～12時  
場所 サン・シルク  
対象 市内在勤・在住の成人  
費用 1,100円(材料費)  
定員 10人

■琉舞カナーヨー講座(全6回)  
内容 琉舞カナーヨーと一緒に練習しませんか？  
日時 10月30日から12月11日までの毎週木曜日(11月27日を除く) 15時～17時  
場所 本館視聴覚室  
対象 市内在勤・在住の方  
費用 無料  
定員 15人

■絵手紙で年賀状(全3回)  
内容 絵手紙に一筆添えて、心のこもった年賀作り。  
日時 11月11日(火)、18日(火)、25日(火) 19時～21時  
場所 本館第一研修室

対象 市内在勤・在住の方  
費用 600円(材料費)  
定員 20人  
浦添市リサイクルプラザ  
☎ FAX 861-3196  
休館日 毎週月曜日、14日(火)、17日(金)午後、18日(土)

■ネイチャーゲーム  
日時 10月12日(日) 13時～15時  
費用 210円(材料費・保険代含む)  
定員 親子10組  
必要 帽子・水筒

■古着のリフォーム「チュニック作り」(全2回)  
日時 10月22日、29日(水) 12時～16時  
費用 520円(材料費・保険代含む)  
定員 7人  
必要 ミシン・古着・裁縫セット

浦添市立図書館  
☎ 876-4946  
休館日 毎週月曜日、31日(金)  
■おはなしの部屋  
テーマ 秋のおはなし。  
日時 10月11日(土) 15時30分～16時  
場所 かなりの部屋  
対象 4歳以上

児童センター  
開館日：月曜日～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。

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お問い合わせください。